

Hessische Rekorde im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse I

47,0 kg

Kniebeugen	Standard	97,5
Bankdrücken	Standard	52,5
Kreuzheben	Standard	97,5
Dreikampf	Standard	235,0

52,0 kg

Kniebeugen	Standard	110,0
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Standard	110,0
Dreikampf	Standard	270,0

57,0 kg

Kniebeugen	Standard	122,5
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Standard	122,5
Dreikampf	Standard	300,0

63,0 kg

Kniebeugen	Standard	135,0
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Anita Thimm	KSV Langen	145,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Dreikampf	Standard	345,0

72,0 kg

Kniebeugen	Standard	147,5
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Nicole Siemsen	AS Heros Kassel	155,0	24.09.2011	Wiesbaden
Dreikampf	Standard	360,0

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	160,0
Bankdrücken	Standard	92,5
Kreuzheben	Standard	160,0
Dreikampf	Standard	390,0

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	170,0
Bankdrücken	Standard	105,0
Kreuzheben	Standard	170,0
Dreikampf	Standard	422,5

Stand:

5. September 2015

Hessische Rekorde im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse II

47,0 kg

Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	42,5
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	200,0

52,0 kg

Kniebeugen	Standard	97,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	97,5
Dreikampf	Standard	232,5

57,0 kg

Kniebeugen	Standard	110,0
Bankdrücken	Standard	60,0
Kreuzheben	Standard	110,0
Dreikampf	Standard	265,0

63,0 kg

Kniebeugen	Standard	122,5
Bankdrücken	Anita Thimm	KSV Langen	75,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Kreuzheben	Anita Thimm	KSV Langen	145,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Dreikampf	Anita Thimm	KSV Langen	330,0	01.04.2011	Gräfenhainichen

72,0 kg

Kniebeugen	Standard	135,0
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	135,0
Dreikampf	Standard	330,0

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	147,5
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Standard	147,5
Dreikampf	Standard	360,0

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	155,0
Bankdrücken	Standard	95,0
Kreuzheben	Standard	155,0
Dreikampf	Standard	382,5

Stand:

5. September 2015

Hessische Rekorde im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse III

47,0 kg

Kniebeugen	Standard	72,5
Bankdrücken	Standard	35,0
Kreuzheben	Standard	55,0
Dreikampf	Standard	170,0

52,0 kg

Kniebeugen	Standard	82,5
Bankdrücken	Standard	42,5
Kreuzheben	Standard	82,5
Dreikampf	Standard	195,0

57,0 kg

Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	92,5
Dreikampf	Standard	222,5

63,0 kg

Kniebeugen	Anita Thimm	KSV Langen	110,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Bankdrücken	Anita Thimm	KSV Langen	75,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Kreuzheben	Anita Thimm	KSV Langen	145,0	01.04.2011	Gräfenhainichen
Dreikampf	Anita Thimm	KSV Langen	330,0	01.04.2011	Gräfenhainichen

72,0 kg

Kniebeugen	Standard	115,0
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	115,0
Dreikampf	Standard	280,0

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	125,0
Bankdrücken	Standard	72,5
Kreuzheben	Standard	125,0
Dreikampf	Standard	305,0

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	132,5
Bankdrücken	Standard	80,0
Kreuzheben	Standard	132,5
Dreikampf	Standard	325,0

Stand:

5. September 2015

Hessische Rekorde im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse IV

47,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

52,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

57,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

63,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

72,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

84,0 kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

84,0+ kg

Kniebeugen
Bankdrücken
Kreuzheben
Dreikampf

Stand:

5. September 2015