

Hessischer Athleten Verband e.V.

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen B-Jugend

43,0 kg					
Kniebeugen	Standard	45,0
Bankdrücken	Standard	25,0
Kreuzheben	Standard	45,0
Dreikampf	Standard	110,0

47,0 kg					
Kniebeugen	Standard	55,0
Bankdrücken	Standard	32,5
Kreuzheben	Standard	55,0
Dreikampf	Standard	135,0

52,0 kg					
Kniebeugen	Standard	60,0
Bankdrücken	Standard	37,5
Kreuzheben	Standard	60,0
Dreikampf	Standard	150,0

57,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	110,0	21.03.2015	Pilsen
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	67,5	21.03.2015	Pilsen
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	130,0	21.03.2015	Pilsen
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	307,5	21.03.2015	Pilsen

63,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	122,5	08.06.2015	Salo
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	75,0	08.06.2015	Salo
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	140,0	03.10.2015	Langen
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	332,5	08.06.2015	Salo

72,0 kg					
Kniebeugen	Reuter Hanna Sophie	AC Power Elite Haiger	105,0	12.09.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Standard	55,0
Kreuzheben	Reuter Hanna Sophie	AC Power Elite Haiger	107,5	12.09.2015	Lauchhammer
Dreikampf	Reuter Hanna Sophie	AC Power Elite Haiger	265,0	12.09.2015	Lauchhammer

84,0 kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	120,0	02.11.2019	Langen
Bankdrücken	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	63,0	02.11.2019	Langen
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	145,0	02.11.2019	Langen
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	328,0	02.11.2019	Langen

84,0+ kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	110,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	140,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	310,0	17.08.2019	Groß-Zimmern

Stand: 11. November 2019

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen A-Jugend

43,0 kg					
Kniebeugen	Standard	50,0
Bankdrücken	Standard	30,0
Kreuzheben	Standard	50,0
Dreikampf	Standard	110,0

47,0 kg					
Kniebeugen	Standard	60,0
Bankdrücken	Standard	37,5
Kreuzheben	Standard	60,0
Dreikampf	Standard	145,0

52,0 kg					
Kniebeugen	Standard	65,0
Bankdrücken	Standard	42,5
Kreuzheben	Standard	65,0
Dreikampf	Standard	160,0

57,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	110,0	21.03.2015	Pilsen
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	67,5	21.03.2015	Pilsen
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	130,0	21.03.2015	Pilsen
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	307,5	21.03.2015	Pilsen

63,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	122,5	08.06.2015	Salo
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	75,0	08.06.2015	Salo
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	140,0	03.10.2015	Langen
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	332,5	08.06.2015	Salo

72,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	135,5	10.06.2017	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	80,5	10.06.2017	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	145,0	05.03.2016	Tartu
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	355,0	05.03.2016	Tartu

84,0 kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	120,0	02.11.2019	Langen
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	145,0	02.11.2019	Langen
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	328,0	02.11.2019	Langen

84,0+ kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	110,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	140,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	310,0	17.08.2019	Groß-Zimmern

Stand: 11. November 2019