

Hessischer Athleten Verband e.V.

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse I

47,0 kg

Kniebeugen	Standard	67,5
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	67,5
Dreikampf	Standard	160,0

52,0 kg

Kniebeugen	Standard	72,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	72,5
Dreikampf	Standard	175,0

57,0 kg

Kniebeugen	Standard	82,5
Bankdrücken	Hoffmann Katja	AC Power Elite Haiger	60,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Hoffmann Katja	AC Power Elite Haiger	95,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Dreikampf	Hoffmann Katja	AC Power Elite Haiger	227,5	10.06.2017	Groß-Zimmern

63,0 kg

Kniebeugen	Weßling Dorothee	KSV Langen	90,0	27.09.2014	Langen
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Weßling Dorothee	KSV Langen	105,0	27.09.2014	Langen
Dreikampf	Weßling Dorothee	KSV Langen	247,5	27.09.2014	Langen

72,0 kg

Kniebeugen	Börsch Nicole	AC Power Elite Haiger	130,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Börsch Nicole	AC Power Elite Haiger	110,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Börsch Nicole	AC Power Elite Haiger	150,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Dreikampf	Börsch Nicole	AC Power Elite Haiger	390,0	17.08.2019	Groß-Zimmern

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	107,5
Bankdrücken	Standard	72,5
Kreuzheben	Köster Anke	AS Heros Kassel	140,0	08.10.2016	Heiligenrode
Dreikampf	Köster Anke	AS Heros Kassel	285,0	08.10.2016	Heiligenrode

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	112,5
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	112,5
Dreikampf	Standard	285,0

Stand: 22. August 2019

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse II

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	Standard	75,0
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	75,0
Dreikampf	Standard	185,0

63,0 kg

Kniebeugen	Standard	82,5
Bankdrücken	Standard	55,0
Kreuzheben	Standard	82,5
Dreikampf	Standard	205,0

72,0 kg

Kniebeugen	Köster Anke	AS Heros Kassel	92,5	12.05.2018	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Standard	60,0
Kreuzheben	Köster Anke	AS Heros Kassel	142,5	12.05.2018	Groß-Zimmern
Dreikampf	Köster Anke	AS Heros Kassel	292,5	12.05.2018	Groß-Zimmern

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	100,0
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	100,0
Dreikampf	Standard	245,0

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	105,0
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Standard	105,0
Dreikampf	Standard	260,0

Stand: 22. August 2019

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse III

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	Standard	70,0
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	70,0
Dreikampf	Standard	175,0

63,0 kg

Kniebeugen	Standard	77,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Kring Pia	AC Power Elite Haiger e.V.	105,0	29.04.2017	Langen
Dreikampf	Kring Pia	AC Power Elite Haiger e.V.	235,0	29.04.2017	Langen

72,0 kg

Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	55,0
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	210,0

84,0 kg

Kniebeugen	Standard	95,0
Bankdrücken	Standard	60,0
Kreuzheben	Standard	95,0
Dreikampf	Standard	235,0

84,0+ kg

Kniebeugen	Standard	100,0
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	100,0
Dreikampf	Standard	250,0

Stand: 22. August 2019

Hessische Rekorde (RAW) 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: 22. August 2019