Hessischer Athleten Verband e.V.

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven

47,0 kg					
Kniebeugen	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	**106,5**	25.09.2021	Kassel
Bankdrücken	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	**62,5**	25.09.2021	Kassel
Kreuzheben	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	**152,5**	25.09.2021	Kassel
Dreikampf	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	**321,5**	25.09.2021	Kassel

52,0 kg					
Kniebeugen	Bendlin Malibee	KSV Langen	**131,0**	30.09.2023	Langen
Bankdrücken	Bendlin Malibee	KSV Langen	**81,0**	30.09.2023	Langen
Kreuzheben	Malek Cara	KSV Frankfurt	**145,0**	18.10.2024	Köln
Dreikampf	Bendlin Malibee	KSV Langen	**348,5**	30.09.2023	Langen

57,0 kg					
Kniebeugen	Hanke Lisa	TSV Heiligenrode	**160,5**	17.10.2026	Wetzlar
Bankdrücken	Kündgen Greta	Schwerathletik Gießen	**100,0**	25.06.2026	Köln
Kreuzheben	Kündgen Greta	Schwerathletik Gießen	**185,0**	25.06.2026	Köln
Dreikampf	Kündgen Greta	Schwerathletik Gießen	**445,0**	25.06.2026	Köln

63,0 kg					
Kniebeugen	Stiefel Milena	TSV Heiligenrode	**152,5**	18.10.2024	Köln
Bankdrücken	Sommer v. Bachhaus,G.	FC Rhein-Main Rüsselsheim	**115,0**	20.09.2014	Lauchhammer
Kreuzheben	Fuisting Lena	Schwerathletik Gießen	**188,0**	29.11.2025	Langen
Dreikampf	Sommer v. Bachhaus,G.	FC Rhein-Main Rüsselsheim	**425,0**	20.09.2014	Lauchhammer

69,0 kg					
Kniebeugen	Studt Tabea	TSV Heiligenrode	**190,5**	12.07.2025	Wetzlar
Bankdrücken	Studt Tabea	TSV Heiligenrode	**111,0**	12.07.2025	Wetzlar
Kreuzheben	Fink Olga	Schwerathletik Gießen	**205,0**	25.06.2026	Köln
Dreikampf	Studt Tabea	TSV Heiligenrode	**474,0**	12.07.2025	Wetzlar

72,0 kg					
Kniebeugen	Neumann Vanessa	KSV Langen	**150,0**	29.04.2017	Langen
Bankdrücken	Börsch Nicole	AC Power Elite Haiger	**85,0**	03.10.2015	Langen
Kreuzheben	Silvia Stütz	KSV Langen	**160,0**	08.10.2016	Heiligenrode
Dreikampf	Möller Julia	Schwerathletik Gießen e.V.	**359,5**	17.08.2019	Groß-Zimmern

76,0 kg					
Kniebeugen	Studt Tabea	TSV Heiligenrode	**196,0**	17.10.2026	Wetzlar
Bankdrücken	Eckhardt Helena Marie	Schwerathletik Gießen e.V.	**127,5**	20.03.2026	Malta
Kreuzheben	Kolle Leonie	Powergym Wiesbaden	**200,0**	26.04.2025	Frankfurt
Dreikampf	Studt Tabea	TSV Heiligenrode	**488,5**	17.10.2026	Wetzlar

84,0 kg					
Kniebeugen	Butzen Eva	Powergym Wiesbaden	**185,0**	21.08.2022	Erfurt
Bankdrücken	Haas Mareike	Schwerathletik Gießen	**110,0**	05.11.2022	Groß-Zimmern

Kreuzheben	Butzen Eva	Powergym Wiesbaden	**212,5**	21.08.2022	Erfurt
Dreikampf	Butzen Eva	Powergym Wiesbaden	**500,0**	21.08.2022	Erfurt

84,0+ kg					
Kniebeugen	Clark Alisha	KSV Frankfurt	**245,5**	26.07.2026	Köln
Bankdrücken	Clark Alisha	KSV Frankfurt	**122,5**	26.07.2026	Köln
Kreuzheben	Clark Alisha	KSV Frankfurt	**220,0**	26.07.2026	Köln
Dreikampf	Clark Alisha	KSV Frankfurt	**588,0**	26.07.2026	Köln

Stand: 28. Oktober 2026