

Hessischer Athleten Verband e.V.

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Juniorinnen

43,0 kg					
Kniebeugen	Standard	57,5
Bankdrücken	Standard	37,5
Kreuzheben	Standard	57,5
Dreikampf	Standard	135,0

47,0 kg					
Kniebeugen	Standard	67,5
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	67,5
Dreikampf	Standard	160,0

52,0 kg					
Kniebeugen	Malibee Bendlin	ACS Darmstadt	117,5	17.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Malibee Bendlin	ACS Darmstadt	75,0	17.09.2022	Rottendorf
Kreuzheben	Beutel Julia	Powergym Wiesbaden	127,5	17.09.2022	Rottendorf
Dreikampf	Malibee Bendlin	ACS Darmstadt	310,0	17.09.2022	Rottendorf

57,0 kg					
Kniebeugen	Kündgen Greta	Powergym Wiesbaden	137,5	21.05.2022	Lohr a.M.
Bankdrücken	Kündgen Greta	Powergym Wiesbaden	87,5	17.09.2022	Rottendorf
Kreuzheben	Kündgen Greta	Powergym Wiesbaden	155,5	21.05.2022	Lohr a.M.
Dreikampf	Kündgen Greta	Powergym Wiesbaden	380,0	17.09.2022	Rottendorf

63,0 kg					
Kniebeugen	Lepper Paula	Schwerathletik Gießen e.V.	123,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	75,0	08.06.2015	Salo
Kreuzheben	Wagner Sara	Schwerathletik Gießen e.V.	145,0	16.09.2022	Rottendorf
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	332,5	08.06.2015	Salo

69,0 kg					
Kniebeugen	Ruschke Pia	TSV Heiligenrode	162,0	17.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Lehmpfuhl Lea	Schwerathletik Gießen e.V.	85,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Kreuzheben	Ritter Maja Fee	Powergym Wiesbaden	183,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Dreikampf	Ruschke Pia	TSV Heiligenrode	423,5	17.09.2022	Rottendorf

72,0 kg					
Kniebeugen	Möller Julia	Schwerathletik Gießen e.V.	136,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Möller Julia	Schwerathletik Gießen e.V.	81,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Beckenbach Anna	AV Groß-Zimmern	160,0	02.11.2019	Langen
Dreikampf	Möller Julia	Schwerathletik Gießen e.V.	359,5	17.08.2019	Groß-Zimmern

76,0 kg					
Kniebeugen	Lippert Helena	TSV Heiligenrode	150,0	16.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	175,0
Dreikampf	Lippert Helena	TSV Heiligenrode	375,0	16.09.2022	Rottendorf

84,0 kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	165,0	25.11.2022	Skierniewice

Bankdrücken	Haas Mareike	Schwerathletik Gießen e.V.	90,0	17.08.2019	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	187,5	04.09.2022	Istanbul
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	435,0	04.09.2022	Istanbul

84,0+ kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	180,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Bankdrücken	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	95,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	200,0	21.05.2022	Lohr a.M.
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	475,0	21.05.2022	Lohr a.M.

Stand: 21. Januar 2023