

Hessischer Athleten Verband e.V.

Hessische Rekorde 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	135,0	08.06.2015	Salo
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	332,5	08.06.2015	Salo

72,0 kg					
Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	55,0
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	210,0

84,0 kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	155,0	15.08.2020	Kassel
Bankdrücken	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	75,0	15.08.2020	Kassel
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	170,0	15.08.2020	Kassel
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	400,0	15.08.2020	Kassel

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: 28. Oktober 2021

Hessische Rekorde im Kraftdreikampf der weiblichen A-Jugend

43,0 kg					
Kniebeugen	Standard	72,5
Bankdrücken	Standard	37,5
Kreuzheben	Standard	72,5
Dreikampf	Standard	172,5

47,0 kg					
Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	42,5
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	212,5

52,0 kg					
Kniebeugen	Standard	97,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	97,5
Dreikampf	Standard	232,5

57,0 kg					
Kniebeugen	Viktoria Beilmann	TSV Heiligenrode	135,5	10.02.2017	Lauchhammer
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	Viktoria Beilmann	TSV Heiligenrode	330,5	10.02.2017	Lauchhammer

63,0 kg					
Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	213,0	13.04.2016	Malaga
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	115,0	14.04.2016	Malaga
Kreuzheben	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	160,0	15.04.2016	Malaga
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	FC Rhein-Main Rüsselsheim	488,0	16.04.2016	Malaga

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	155,0	15.08.2020	Kassel
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	175,0	19.09.2021	Würzburg
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	402,5	19.09.2021	Würzburg

84,0+ kg					
Kniebeugen	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	162,5	26.09.2021	Kassel
Bankdrücken	Standard	95,0
Kreuzheben	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	175,0	26.09.2021	Kassel
Dreikampf	Hinz Lara	Powergym Wiesbaden	422,5	26.09.2021	Kassel

Stand: 28. Oktober 2021