

Hessischer Athleten Verband e.V.

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

59,0 kg					
Kniebeugen	Standard		130,0		
Bankdrücken	Standard		90,0		
Kreuzheben	Standard		142,5		
Dreikampf	Standard		320,0		

66,0 kg					
Kniebeugen	Standard		145,0		
Bankdrücken	Standard		110,0		
Kreuzheben	Standard		155,0		
Dreikampf	Standard		380,0		

74,0 kg					
Kniebeugen	Marco Schwarz	AV Vorwärts Groß Zimmen	165,0	30.11.2013	Langen
Bankdrücken	Marco Schwarz	AV Vorwärts Groß Zimmen	165,0	30.11.2013	Langen
Kreuzheben	Burkhardt Igor	PSV Blau Gelb Fulda	222,5	22.03.2026	Lauchhammer
Dreikampf	Abel Kenan	PSV Blau Gelb Fulda	525,0	21.03.2026	Lauchhammer

83,0 kg					
Kniebeugen	Konstanty Thomas	AC Marburg	202,5	22.03.2026	Lauchhammer
Bankdrücken	Mengler David	KSV Frankfurt	140,5	30.09.2023	Langen
Kreuzheben	Konstanty Thomas	AC Marburg	295,5	03.03.2023	Budapest
Dreikampf	Konstanty Thomas	AC Marburg	610,0	11.02.2026	Finnland

93,0 kg					
Kniebeugen	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	270,0	09.04.2016	Mainz
Bankdrücken	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	207,5	18.09.2016	Lauchhammer
Kreuzheben	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	290,0	18.09.2016	Lauchhammer
Dreikampf	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	767,5	18.09.2016	Lauchhammer

105,0 kg					
Kniebeugen	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	300,0	15.04.2023	Grötzingen
Bankdrücken	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	222,5	19.08.2022	Erfurt
Kreuzheben	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	307,5	15.04.2023	Grötzingen
Dreikampf	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	817,5	15.04.2023	Grötzingen

120,0 kg					
Kniebeugen	Scholz Björn	PSV Fulda	260,0	30.09.2023	Langen
Bankdrücken	Kircher Achim	ACS Damstadt	205,0	27.09.2014	Langen
Kreuzheben	Groß Michael	KSV Langen	265,0	16.07.2022	Herne
Dreikampf	Scholz Björn	PSV Fulda	655,0	30.09.2023	Langen

120,0+ kg					
Kniebeugen	Radeck Steffen	AC Marburg	245,0	20.05.2022	Lohr a.M.
Bankdrücken	Kircher Achim	ACS Damstadt	200,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Radeck Steffen	AC Marburg	275,0	20.05.2022	Lohr a.M.
Dreikampf	Radeck Steffen	AC Marburg	670,0	20.05.2022	Lohr a.M.

Stand: 28. Juli 2026

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

59,0 kg

Kniebeugen	Standard		120,0		
Bankdrücken	Standard		65,0		
Kreuzheben	Standard		132,5		
Dreikampf	Standard		310,0		

66,0 kg

Kniebeugen	Standard		135,0		
Bankdrücken	Standard		100,0		
Kreuzheben	Standard		145,0		
Dreikampf	Standard		370,0		

74,0 kg

Kniebeugen	Burkhardt Igor	PSV Blau Gelb Fulda	162,5	22.03.2026	Lauchhammer
Bankdrücken	Burkhardt Igor	PSV Blau Gelb Fulda	122,5	13.07.2025	Wetzlar
Kreuzheben	Burkhardt Igor	PSV Blau Gelb Fulda	222,5	22.03.2026	Lauchhammer
Dreikampf	Burkhardt Igor	PSV Blau Gelb Fulda	505,0	22.03.2026	Lauchhammer

83,0 kg

Kniebeugen	Konstanty Thomas	AC Marburg	202,5	22.03.2026	Lauchhammer
Bankdrücken	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	130,0	27.09.2014	Langen
Kreuzheben	Konstanty Thomas	AC Marburg	295,5	03.03.2023	Budapest
Dreikampf	Konstanty Thomas	AC Marburg	610,0	03.01.1900	Finnland

93,0 kg

Kniebeugen	Vidal Rodrigo Alfonso	KSV Frankfurt	247,5	20.03.2026	Lauchhammer
Bankdrücken	Vidal Rodrigo Alfonso	KSV Frankfurt	155,0	13.07.2025	Wetzlar
Kreuzheben	Vidal Rodrigo Alfonso	KSV Frankfurt	253,0	20.03.2026	Lauchhammer
Dreikampf	Vidal Rodrigo Alfonso	KSV Frankfurt	655,5	20.03.2026	Lauchhammer

105,0 kg

Kniebeugen	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	280,0	27.04.2024	Niestetal
Bankdrücken	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	217,5	27.04.2024	Niestetal
Kreuzheben	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	300,0	27.04.2024	Niestetal
Dreikampf	Burghardt Konrad	ACS Darmstadt	797,5	27.04.2024	Niestetal

120,0 kg

Kniebeugen	Titz Jürgen	AC Power Elite Haiger	245,0	11.09.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Kircher Achim	ACS Darmstadt	170,0	05.11.2022	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Titz Jürgen	AC Power Elite Haiger	245,0	11.09.2015	Lauchhammer
Dreikampf	Titz Jürgen	AC Power Elite Haiger	642,5	11.09.2015	Lauchhammer

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard		230,0		
Bankdrücken	Standard		170,0		
Kreuzheben	Udo Thielking	AC Power Elite Haiger e.V.	245,0	12.10.2017	Chemnitz
Dreikampf	Standard		640,0		

Stand:

28. Juli 2026

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

59,0 kg

Kniebeugen	Standard		110,0		
Bankdrücken	Standard		55,0		
Kreuzheben	Standard		122,5		
Dreikampf	Standard		300,0		

66,0 kg

Kniebeugen	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	115,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	70,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	140,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Dreikampf	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	335,0	10.06.2017	Groß-Zimmern

74,0 kg

Kniebeugen	Standard		140,0		
Bankdrücken	Holfeld, Martin	TSV Heiligenrode	100,0	11.03.2023	Marburg
Kreuzheben	Kottusch Elmar	PSV Fulda	175,0	20.05.2022	Lohr a.M.
Dreikampf	Standard		405,0		

83,0 kg

Kniebeugen	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	167,5	16.04.2016	Langen
Bankdrücken	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	130,0	27.09.2014	Langen
Kreuzheben	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	230,0	12.05.2018	Groß-Zimmern
Dreikampf	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	520,0	12.10.2017	Chemnitz

93,0 kg

Kniebeugen	Forys Kazimierz	KSV Langen	190,0	27.09.2014	Langen
Bankdrücken	Hook Hans-Joachim	AC Marburg	125,0	20.05.2022	Lohr a.M.
Kreuzheben	Forys Kazimierz	KSV Langen	231,0	27.09.2014	Langen
Dreikampf	Forys Kazimierz	KSV Langen	541,0	27.09.2014	Langen

105,0 kg

Kniebeugen	Schmidt Ronald	AC Marburg	185,0	28.08.2021	Greifswald
Bankdrücken	Schmidt Ronald	AC Marburg	130,0	15.08.2020	Kassel
Kreuzheben	Forys Kazimierz	KSV Langen	230,0	27.02.2015	Essen
Dreikampf	Standard		530,0		

120,0 kg

Kniebeugen	Standard		210,0		
Bankdrücken	Standard		150,0		
Kreuzheben	Standard		210,0		
Dreikampf	Standard		600,0		

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard		220,0		
Bankdrücken	Standard		160,0		
Kreuzheben	Standard		220,0		
Dreikampf	Standard		630,0		

Stand:

28. Juli 2026

Hessische Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Senioren der Altersklasse IV

59,0 kg

Kniebeugen	Standard		100,0		
Bankdrücken	Standard		45,0		
Kreuzheben	Standard		112,5		
Dreikampf	Standard		290,0		

66,0 kg

Kniebeugen	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	115,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Bankdrücken	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	70,0	10.06.2017	Groß-Zimmern
Kreuzheben	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	145,0	12.05.2018	Groß-Zimmern
Dreikampf	Werner Ludwig	AC Germania Aschaffenburg	335,0	10.06.2017	Groß-Zimmern

74,0 kg

Kniebeugen	Standard		130,0		
Bankdrücken	Standard		75,0		
Kreuzheben	Standard		130,0		
Dreikampf	Standard		395,0		

83,0 kg

Kniebeugen	Standard		145,0		
Bankdrücken	Standard		85,0		
Kreuzheben	Standard		140,0		
Dreikampf	Standard		420,0		

93,0 kg

Kniebeugen	Standard		150,0		
Bankdrücken	Standard		100,0		
Kreuzheben	Standard		160,0		
Dreikampf	Standard		510,0		

105,0 kg

Kniebeugen	Standard		180,0		
Bankdrücken	Standard		130,0		
Kreuzheben	Standard		190,0		
Dreikampf	Standard		520,0		

120,0 kg

Kniebeugen	Standard		200,0		
Bankdrücken	Standard		140,0		
Kreuzheben	Standard		200,0		
Dreikampf	Standard		590,0		

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard		210,0		
Bankdrücken	Standard		150,0		
Kreuzheben	Standard		220,0		
Dreikampf	Standard		620,0		

Stand:

28. Juli 2026