



**Niedersächsischer Gewichtheberverband e.V.**

**Niedersächsische Meisterschaftsrekorde  
Kraftdreikampf Classic  
– Männer –**

**Stand: 22.06.2025**

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen B-Jugend

-53,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-59,0

Kniebeuge	Strauch, Krystian	SV Quitt Ankum	<b>85,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Bankdrücken	Strauch, Krystian	SV Quitt Ankum	<b>40,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Kreuzheben	Strauch, Krystian	SV Quitt Ankum	<b>90,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Total	Strauch, Krystian	SV Quitt Ankum	<b>215,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

-66,0

Kniebeuge	Reiswich, Lucas	SV Quitt Ankum	<b>50,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Bankdrücken	Reiswich, Lucas	SV Quitt Ankum	<b>65,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Kreuzheben	Reiswich, Lucas	SV Quitt Ankum	<b>100,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Total	Reiswich, Lucas	SV Quitt Ankum	<b>215,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

-74,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-83,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-93,0

Kniebeuge	Tkachenko, Ivan	SV Quitt Ankum	<b>165,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Bankdrücken	Tkachenko, Ivan	SV Quitt Ankum	<b>121,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Kreuzheben	Tkachenko, Ivan	SV Quitt Ankum	<b>165,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
Total	Tkachenko, Ivan	SV Quitt Ankum	<b>451,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

-105,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-120,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

+120,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen A-Jugend

**-53,0**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

**-59,0**

<b>Kniebeuge</b>	Skorbach, Dmitriy	SV Quitt Ankum	<b>77,5 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Skorbach, Dmitriy	SV Quitt Ankum	<b>60,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Skorbach, Dmitriy	SV Quitt Ankum	<b>95,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Skorbach, Dmitriy	SV Quitt Ankum	<b>232,5 kg</b>	25.06.22	Ankum

**-66,0**

<b>Kniebeuge</b>	Ustica, Emanuele Alejandro	V.f.V: Braunschweig	<b>142,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Ustica, Emanuele Alejandro	V.f.V: Braunschweig	<b>86,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Dilek, Nurallah	VT Union Groß Ilsede	<b>165,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Dilek, Nurallah	VT Union Groß Ilsede	<b>372,5 kg</b>		

**-74,0**

<b>Kniebeuge</b>	Kranz, Noel	V.f.V: Braunschweig	<b>215,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Eida, Eduard	SV Quitt Ankum	<b>142,5 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Kranz, Noel	V.f.V. Braunschweig	<b>227,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Total</b>	Eida, Eduard	SV Quitt Ankum	<b>573,5 kg</b>	01.06.19	Ankum

**-83,0**

<b>Kniebeuge</b>	Kranz, Noel	V.f.V. Braunschweig	<b>250,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Bankdrücken</b>	Stumpp, Akay	V.f.V. Braunschweig	<b>150,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Stumpp, Akay	V.f.V. Braunschweig	<b>266,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Total</b>	Stumpp, Akay	V.f.V. Braunschweig	<b>636,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

**-93,0**

<b>Kniebeuge</b>	Fiedler, Peter	VfK Hannover	<b>230,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Tsupor, Illia	V.f.V. Braunschweig	<b>170,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Tsupor, Illia	V.f.V. Braunschweig	<b>245,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Tsupor, Illia	V.f.V. Braunschweig	<b>640,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

**-105,0**

<b>Kniebeuge</b>	Libuda, Jean	SV Quitt Ankum	<b>235,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Abdel-Rahman, Yunus	VfK Hannover	<b>150,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Abdel-Rahman, Yunus	VfK Hannover	<b>272,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Abdel-Rahman, Yunus	VfK Hannover	<b>653,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

**-120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Gertzen, Jakob	SV Quitt Ankum	<b>172,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Gertzen, Jakob	SV Quitt Ankum	<b>107,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Gertzen, Jakob	SV Quitt Ankum	<b>225,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Gertzen, Jakob	SV Quitt Ankum	<b>505,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

**+120,0**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Junioren

-53,0					
<b>Kniebeuge</b>	Daniel, Nils	VfK Hannover	<b>80,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Daniel, Nils	VfK Hannover	<b>62,5 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Daniel, Nils	VfK Hannover	<b>127,5 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Total</b>	Daniel, Nils	VfK Hannover	<b>270,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt

-59,0					
<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

-66,0					
<b>Kniebeuge</b>	Baar, Kevin	FSV Sarstedt	<b>183,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Baar, Kevin	FSV Sarstedt	<b>113,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Baar, Kevin	FSV Sarstedt	<b>225,5 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Baar, Kevin	FSV Sarstedt	<b>521,5 kg</b>	25.06.22	Ankum

-74,0					
<b>Kniebeuge</b>	René Hüsing	VfK Hannover	<b>220,0 kg</b>	24.07.21	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Lehnart, Cornelius	Todtglüsinger SV	<b>135,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Lehnart, Cornelius	Todtglüsinger SV	<b>240,0 kg</b>		
<b>Total</b>	René Hüsing	VfK Hannover	<b>577,5 kg</b>	24.07.21	Ankum

-83,0					
<b>Kniebeuge</b>	Reinhold, Adam	FSV Sarstedt	<b>245,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Dörzbach, Hendrik	SV Quitt Ankum	<b>165,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Dörzbach, Hendrik	SV Quitt Ankum	<b>285,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Total</b>	Dörzbach, Hendrik	SV Quitt Ankum	<b>675,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

-93,0					
<b>Kniebeuge</b>	Wobst, Hendrik	Tuspo Weende	<b>265,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Diestro Pescht, David	VfK Hannover	<b>170,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Diestro Pescht, David	VfK Hannover	<b>300,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Diestro Pescht, David	VfK Hannover	<b>690,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

-105,0					
<b>Kniebeuge</b>	Dücker, Bjarne	V.f.V. Braunschweig	<b>277,5 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Abdel-Rahman, Yunus	VfK Hannover	<b>195,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Abdel-Rahman, Yunus	VfK Hannover	<b>288,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Total</b>	Dücker, Bjarne	V.f.V. Braunschweig	<b>745,0 kg</b>	25.06.22	Ankum

-120,0					
<b>Kniebeuge</b>	Wiendieck, Jonah	SV Quitt Ankum	<b>285,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Wiendieck, Jonah	SV Quitt Ankum	<b>220,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Wiendieck, Jonah	SV Quitt Ankum	<b>300,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Wiendieck, Jonah	SV Quitt Ankum	<b>805,0 kg</b>	25.06.22	Ankum

+120,0					
<b>Kniebeuge</b>	Morosov, Felix	Powerlifting Osnabrück	<b>290,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Bankdrücken</b>	Morosov, Felix	Powerlifting Osnabrück	<b>187,5 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Öncel, Ahmad	VfK Hannover	<b>290,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Morosov, Felix	Powerlifting Osnabrück	<b>742,5 kg</b>	21.06.25	Bremen

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Aktiven

**-59,0**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

**-66,0**

<b>Kniebeuge</b>	Jost, Thomas	SV Quitt Ankum	<b>165,0 kg</b>	26.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Jost, Thomas	SV Quitt Ankum	<b>120,0 kg</b>	26.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Jost, Thomas	SV Quitt Ankum	<b>205,0 kg</b>	26.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Jost, Thomas	SV Quitt Ankum	<b>490,0 kg</b>	26.06.22	Ankum

**-74,0**

<b>Kniebeuge</b>	Lück, Clemens	Todtglüsinger SV	<b>210,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Bankdrücken</b>	Mouammar, Sleman	V.f.v. Braunschweig	<b>138,0 kg</b>	22.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Lück, Clemens	Todtglüsinger SV	<b>252,5 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Total</b>	Lück, Clemens	Todtglüsinger SV	<b>600,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück

**-83,0**

<b>Kniebeuge</b>	Hüsing, René	VfK Hannover	<b>243,5 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Bankdrücken</b>	Birkemeyer, Marcus	SV Quitt Ankum	<b>155,0 kg</b>	26.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Toporowicz, Philipp	V.f.v. Braunschweig	<b>268,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Total</b>	Toporowicz, Philipp	V.f.v. Braunschweig	<b>630,0 kg</b>	22.06.25	Bremen

**-93,0**

<b>Kniebeuge</b>	Steins, Marcel	VfK Hannover	<b>270,5 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Bankdrücken</b>	Schutan, Maxim	FSV Sarstedt	<b>192,5 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Steins, Marcel	VfK Hannover	<b>310,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Total</b>	Virzi, Francesco	KSV Renchtal	<b>737,5 kg</b>		

**-105,0**

<b>Kniebeuge</b>	Lapinske, Niklas	SV Quitt Ankum	<b>295,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Bankdrücken</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>200,5 kg</b>	26.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Steins, Marcel	VfK Hannover	<b>325,0 kg</b>	22.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Lapinske, Niklas	SV Quitt Ankum	<b>785,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück

**-120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Brand, Jesper	VfK Hannover	<b>280,0 kg</b>	03.08.24	Osnabrück
<b>Bankdrücken</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>205,5 kg</b>	22.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Beyer, Moritz	Tuspo Weende	<b>295,5 kg</b>	22.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>720,5 kg</b>	22.06.25	Bremen

**+120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Koch, Kevin	KSV Team Harz	<b>315,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Koch, Kevin	KSV Team Harz	<b>260,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Koch, Kevin	KSV Team Harz	<b>300,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Koch, Kevin	KSV Team Harz	<b>862,5 kg</b>		

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Senioren AK I

**-59,0**

<b>Kniebeuge</b>				
<b>Bankdrücken</b>				
<b>Kreuzheben</b>				
<b>Total</b>				

**-66,0**

<b>Kniebeuge</b>				
<b>Bankdrücken</b>				
<b>Kreuzheben</b>				
<b>Total</b>				

**-74,0**

<b>Kniebeuge</b>	Schaper, Stephan	SV Quitt Ankum	<b>160,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Schaper, Stephan	SV Quitt Ankum	<b>100,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Schaper, Stephan	SV Quitt Ankum	<b>190,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Schaper, Stephan	SV Quitt Ankum	<b>450,0 kg</b>	25.06.22	Ankum

**-83,0**

<b>Kniebeuge</b>	Patzer, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>195,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Patzer, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>130,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Reichel, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>200,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Patzer, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>510,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

**-93,0**

<b>Kniebeuge</b>	Strehlau, Thorsten	V.f.V. Braunschweig	<b>220,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Strehlau, Thorsten	V.f.V. Braunschweig	<b>175,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Strehlau, Thorsten	V.f.V. Braunschweig	<b>270,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Strehlau, Thorsten	V.f.V. Braunschweig	<b>660,0 kg</b>	21.06.25	Bremen

**-105,0**

<b>Kniebeuge</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>260,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>201,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Koch, Matthias	V.f.V. Braunschweig	<b>292,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Hentschel, André	VT Union Groß Ilsede	<b>726,5 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

**-120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Ittemann, Urs	Tuspo Weende	<b>195,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Ittemann, Urs	Tuspo Weende	<b>132,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Kreuzheben</b>	Ittemann, Urs	Tuspo Weende	<b>210,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Ittemann, Urs	Tuspo Weende	<b>537,5 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

**+120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Al Masri, Abed Al Rahman	Todtglüsing SV	<b>175,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Blank, Andreas	VfV Cremlingen	<b>125,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Al Masri, Abed Al Rahman	Todtglüsing SV	<b>185,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Al Masri, Abed Al Rahman	Todtglüsing SV	<b>452,5 kg</b>	21.06.25	Bremen

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Senioren AK II

**-59,0**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

**-66,0**

<b>Kniebeuge</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>125,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>90,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>170,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Total</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>385,0 kg</b>	01.06.19	Ankum

**-74,0**

<b>Kniebeuge</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>137,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>102,5 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>187,5 kg</b>		
<b>Total</b>	Kulhawy, Steffen	FSV Sarstedt	<b>425,0 kg</b>		

**-83,0**

<b>Kniebeuge</b>	Gieseler, Christian	KSV Team Harz	<b>155,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Gieseler, Christian	KSV Team Harz	<b>110,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Gieseler, Christian	KSV Team Harz	<b>210,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Total</b>	Gieseler, Christian	KSV Team Harz	<b>465,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt

**-93,0**

<b>Kniebeuge</b>	Sulik, Henryk	VfV Cremlingen	<b>212,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Sulik, Henryk	VfV Cremlingen	<b>135,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Stumpp, Steffen	V.f.V. Braunschweig	<b>230,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Sulik, Henryk	VfV Cremlingen	<b>567,5 kg</b>		

**-105,0**

<b>Kniebeuge</b>	Mandel, Friedhelm	Todtglüsinger SV	<b>185,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Pasemann, Holger	SC Lüchow	<b>140,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Rüdiger, Andreas	Herrnburger AV 77	<b>195,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Total</b>	Mandel, Friedhelm	Todtglüsinger SV	<b>507,5 kg</b>	01.06.19	Ankum

**-120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Schubert, Andree	SC Elite	<b>155,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Schubert, Andree	SC Elite	<b>135,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Schulde, Dimo Dimitrov	FSV Sarsetdt	<b>220,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Total</b>	Schulde, Dimo Dimitrov	FSV Sarsetdt	<b>490,0 kg</b>	25.06.22	Ankum

**+120,0**

<b>Kniebeuge</b>	Schubert, Andree	SC Elite	<b>165,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Wolf, Jochen	SV Quitt Ankum	<b>160,0 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Severings, Hanno	Turnverein Papenburg	<b>190,5 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Schubert, Andree	SC Elite	<b>500,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Senioren AK III

-59,0

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

-66,0

<b>Kniebeuge</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>110,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>72,5 kg</b>	25.06.22	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>140,0 kg</b>	17.06.23	Braunschweig
<b>Total</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>320,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig

-74,0

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

-83,0

<b>Kniebeuge</b>	Hundertmark, Dieter	KSV Team Harz	<b>190,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Hundertmark, Dieter	KSV Team Harz	<b>140,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Hundertmark, Dieter	KSV Team Harz	<b>210,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Hundertmark, Dieter	KSV Team Harz	<b>540,0 kg</b>		

-93,0

<b>Kniebeuge</b>	Schuricht, Lutz	VfV Cremlingen	<b>207,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Schuricht, Lutz	VfV Cremlingen	<b>140,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Hundertmark, Dieter	KSV Team Harz	<b>210,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Schuricht, Lutz	VfV Cremlingen	<b>555,0 kg</b>		

-105,0

<b>Kniebeuge</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>200,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Pasemann, Holger	SC Lüchow	<b>130,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>225,0 kg</b>	24.07.21	Ankum
<b>Total</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>542,5 kg</b>		

-120,0

<b>Kniebeuge</b>	Falk, Hans-Peter	Herrnburger AV 77	<b>200,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Falk, Hans-Peter	Herrnburger AV 77	<b>160,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>205,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Falk, Hans-Peter	Herrnburger AV 77	<b>560,0 kg</b>		

+120,0

<b>Kniebeuge</b>	Paul, Harald	FSV Blau Weiß Bergen	<b>185,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Paul, Harald	FSV Blau Weiß Bergen	<b>155,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Paul, Harald	FSV Blau Weiß Bergen	<b>205,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Paul, Harald	FSV Blau Weiß Bergen	<b>545,0 kg</b>		

## Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der männlichen Senioren AK IV

-59,0

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					

-66,0

<b>Kniebeuge</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>110,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Bankdrücken</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>70,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>150,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Axt, Alexander	SV Quitt Ankum	<b>330,0 kg</b>	21.06.25	Bremen

-74,0

<b>Kniebeuge</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>140,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>90,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>170,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>400,0 kg</b>		

-83,0

<b>Kniebeuge</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>130,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>80,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>155,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Total</b>	Häusler, Wilfried	MTV Vater Jahn Peine	<b>365,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt

-93,0

<b>Kniebeuge</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>150,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Bankdrücken</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>95,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>180,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Total</b>	Weidemeier, Wolfgang	MTV Vater Jahn Peine	<b>425,0 kg</b>	21.06.25	Bremen

-105,0

<b>Kniebeuge</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>150,5 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Bankdrücken</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>130,0 kg</b>	21.06.25	Bremen
<b>Kreuzheben</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>230,0 kg</b>	22.06.24	Braunschweig
<b>Total</b>	Leesemann, Arnold	SC Elite	<b>500,5 kg</b>	21.06.25	Bremen

-120,0

<b>Kniebeuge</b>	Abels, Horst Ulrich	FSV Sarstedt	<b>115,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Abels, Horst Ulrich	FSV Sarstedt	<b>90,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Abels, Horst Ulrich	FSV Sarstedt	<b>140,0 kg</b>		
<b>Total</b>	Abels, Horst Ulrich	FSV Sarstedt	<b>345,0 kg</b>		

+120,0

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Total</b>					