

## Gewichtheberverband Nordrhein-Westfalen (GV-NRW e.V.)

27.05.2024

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen Jugend (B)

Name Verein Leistung Datum Ort

<b>43kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>47kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>52kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>57kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Aysenur Mentese	AC Siegen	82,5	09.10.2022	Essen
Bankdrücken	Aysenur Mentese	AC Siegen	50	09.10.2022	Essen
Kreuzheben	Aysenur Mentese	AC Siegen	122,5	09.10.2022	Essen
Total	Aysenur Mentese	AC Siegen	255	09.10.2022	Essen
<b>69kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>76kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>84kg</b>					
Kniebeugen	Victoria Gonsior	KSV Essen	112,5	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	Victoria Gonsior	KSV Essen	65	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Victoria Gonsior	KSV Essen	162,5	08.10.2022	Essen
Total	Victoria Gonsior	KSV Essen	340	08.10.2022	Essen
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen Jugend (A)**

Name                                      Verein                                      Leistung                                      Datum                                      Ort

<b>43kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>47kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>52kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>57kg</b>					
Kniebeugen	Helene Fischhöfer	Kraftsport Colonia	112,5	25.05.2024	Gütersloh
Bankdrücken	Helene Fischhöfer	Kraftsport Colonia	60	25.05.2024	Gütersloh
Kreuzheben	Helene Fischhöfer	Kraftsport Colonia	112,5	25.05.2024	Gütersloh
Total	Helene Fischhöfer	Kraftsport Colonia	285	25.05.2024	Gütersloh
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Susann-Marie Gola	AC Goliath Mengede	120	01.06.2019	Aachen
Bankdrücken	Susann-Marie Gola	AC Goliath Mengede	67,5	01.06.2019	Aachen
Kreuzheben	Susann-Marie Gola	AC Goliath Mengede	160	01.06.2019	Aachen
Total	Susann-Marie Gola	AC Goliath Mengede	347,5	01.06.2019	Aachen
<b>69kg</b>					
Kniebeugen	Aysenur Mentese	AC Siegen	122,5	25.05.2024	Gütersloh
Bankdrücken	Lina Sofie Coenen	Aachener Kraftsport	75	25.05.2024	Gütersloh
Kreuzheben	Aysenur Mentese	AC Siegen	142,5	25.05.2024	Gütersloh
Total	Aysenur Mentese	AC Siegen	332,5	25.05.2024	Gütersloh
<b>76kg</b>					
Kniebeugen	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	142,5	17.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	75	17.09.2022	Rottendorf
Kreuzheben	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	175	17.09.2022	Rottendorf
Total	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	392,5	17.09.2022	Rottendorf
<b>84kg</b>					
Kniebeugen	Victoria Gonsior	Kraftsport Colonia	147	25.05.2024	Gütersloh
Bankdrücken	Victoria Gonsior	Kraftsport Colonia	85	25.05.2024	Gütersloh
Kreuzheben	Victoria Gonsior	Kraftsport Colonia	191	25.05.2024	Gütersloh
Total	Victoria Gonsior	Kraftsport Colonia	423	25.05.2024	Gütersloh
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen	Julia Kambarow	Cologne Strength Club	130	22.10.2023	Gütersloh
Bankdrücken	Julia Kambarow	Cologne Strength Club	77,5	22.10.2023	Gütersloh
Kreuzheben	Julia Kambarow	Cologne Strength Club	140	22.10.2023	Gütersloh
Total	Julia Kambarow	Cologne Strength Club	347,5	22.10.2023	Gütersloh

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen Junioren**

Name	Verein	Leistung	Datum	Ort
<b>43kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>47kg</b>				
Kniebeugen	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	97,5	19.11.2023 Chemnitz
Bankdrücken	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	50	19.11.2023 Chemnitz
Kreuzheben	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	115	19.11.2023 Chemnitz
Total	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	262,5	19.11.2023 Chemnitz
<b>52kg</b>				
Kniebeugen	Francesca Favetta	Aachener Kraftsport	105	17.09.2022 Rottendorf
Bankdrücken	Emmy Luisa Urban	KSV Lippe	60	22.10.2023 Gütersloh
Kreuzheben	Francesca Favetta	Aachener Kraftsport	120	17.09.2022 Rottendorf
Total	Francesca Favetta	Aachener Kraftsport	275	17.09.2022 Rottendorf
<b>57kg</b>				
Kniebeugen	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	163	19.11.2023 Chemnitz
Bankdrücken	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	95	10.10.2023 Budapest
Kreuzheben	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	192,5	29.08.2023 Cluj Napoca
Total	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	445	29.08.2023 Cluj Napoca
<b>63kg</b>				
Kniebeugen	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	160	19.11.2023 Chemnitz
Bankdrücken	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	92,5	16.09.2022 Rottendorf
Kreuzheben	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	192,5	19.11.2023 Chemnitz
Total	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	440	19.11.2023 Chemnitz
<b>69kg</b>				
Kniebeugen	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	163	25.05.2024 Gütersloh
Bankdrücken	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	90,5	25.05.2024 Gütersloh
Kreuzheben	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	195	26.04.2024 Niestetal
Total	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	445	26.04.2024 Niestetal
<b>76kg</b>				
Kniebeugen	Miriam Pütz	Kraftsport Colonia	181	19.11.2023 Chemnitz
Bankdrücken	Miriam Pütz	Kraftsport Colonia	92,5	26.04.2024 Niestetal
Kreuzheben	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	200,5	25.05.2024 Gütersloh
Total	Jasmin Haas	Kraftsport Colonia	445	19.11.2023 Chemnitz
<b>84kg</b>				
Kniebeugen	Isabel Schubert	AC Goliath Mengede	160	25.05.2024 Gütersloh
Bankdrücken	Isabel Schubert	AC Goliath Mengede	92,5	25.05.2024 Gütersloh
Kreuzheben	Jana Rudolph	Kraftsport Colonia	205	22.10.2023 Gütersloh
Total	Jana Rudolph	Kraftsport Colonia	440	22.10.2023 Gütersloh
<b>+84kg</b>				
Kniebeugen	Julia Roll	Aachener Kraftsport	137,5	05.05.2018 Westerholt
Bankdrücken	Julia Roll	Aachener Kraftsport	90	05.05.2018 Westerholt
Kreuzheben	Lea Schreiner	AC Goliath Mengede	160,5	14.10.2017 Chemnitz
Total	Julia Roll	Aachener Kraftsport	387,5	05.05.2018 Westerholt

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen Aktiven**

	Name	Verein	Leistung	Datum	Ort
<b>47kg</b>					
Kniebeugen	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	97,5	26.04.2024	Niestetal
Bankdrücken	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	50	26.04.2024	Niestetal
Kreuzheben	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	112,5	26.04.2024	Niestetal
Total	Vivienne Kraeter	Cologne Strength Club	260	26.04.2024	Niestetal
<b>52kg</b>					
Kniebeugen	Sarah Klein	Aachener Kraftsport	147,5	04.12.2023	Tartu
Bankdrücken	Sarah Klein	Aachener Kraftsport	85,5	26.04.2024	Niestetal
Kreuzheben	Sarah Klein	Aachener Kraftsport	185	11.06.2023	Valetta
Total	Sarah Klein	Aachener Kraftsport	415	04.12.2023	Tartu
<b>57kg</b>					
Kniebeugen	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	163	19.11.2023	Chemnitz
Bankdrücken	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	95	10.10.2023	Budapest
Kreuzheben	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	192,5	29.08.2023	Cluj Napoca
Total	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	445	29.08.2023	Cluj Napoca
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	157,5	19.11.2023	Chemnitz
Bankdrücken	Helena Mariella Decker	Kraftsport Colonia	92,5	16.09.2022	Rottendorf
Kreuzheben	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	192,5	19.11.2023	Chemnitz
Total	Susann-Marie Gola	KSV Bochum	440	19.11.2023	Chemnitz
<b>69kg</b>					
Kniebeugen	Sonia Goncalves da Silva	Kraftsport Colonia	172,5	26.04.2024	Niestetal
Bankdrücken	Corinna Lindsay	Kraftsport Colonia	96	25.06.2022	Dortmund
Kreuzheben	Sonia Goncalves da Silva	Kraftsport Colonia	202,5	26.04.2024	Niestetal
Total	Sonia Goncalves da Silva	Kraftsport Colonia	470	26.04.2024	Niestetal
<b>72kg</b>					
Kniebeugen	Abigail Looi	Kraftsport Colonia	160	26.09.2020	Köln
Bankdrücken	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	103	30.03.2019	Niestetal
Kreuzheben	Lea Schreiner	AC Goliath Mengede	210	30.03.2019	Niestetal
Total	Lea Schreiner	AC Goliath Mengede	450	30.03.2019	Niestetal
<b>76kg</b>					
Kniebeugen	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	197,5	16.03.2024	Velika Gorica
Bankdrücken	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	112,5	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	225	08.12.2023	Tartu
Kreuzheben	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	532,5	16.03.2024	Velika Gorica
<b>84kg</b>					
Kniebeugen	Anna Ieronimos	Kraftsport Colonia	190	28.04.2024	Niestetal
Bankdrücken	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	108	14.10.2023	Köln
Kreuzheben	Anna Ieronimos	Kraftsport Colonia	225,5	28.04.2024	Niestetal
Total	Anna Ieronimos	Kraftsport Colonia	518	28.04.2024	Niestetal
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen	Sabine Schächter	KSV Essen	200,5	16.04.2023	Grötzingen
Bankdrücken	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	110	16.04.2023	Grötzingen
Kreuzheben	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	221	16.04.2023	Grötzingen
Total	Lea Schreiner	KSV Fitnesskreis	516	16.04.2023	Grötzingen

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen AK1**

Name                                      Verein                                      Leistung                                      Datum                                      Ort

<b>47kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>52kg</b>					
Kniebeugen	Ira Neitzel	Kraftsport Colonia	108,5	04.06.2023	Aachen
Bankdrücken	Ira Neitzel	Kraftsport Colonia	61	04.06.2023	Aachen
Kreuzheben	Yuki Arai	Goliath Mengede	132,5	22.10.2023	Gütersloh
Total	Ira Neitzel	Kraftsport Colonia	285,5	04.06.2023	Aachen
<b>57kg</b>					
Kniebeugen	Marion Zeschau	TV Röhlinghausen	77,5	06.09.2014	Essen
Bankdrücken	Marion Zeschau	TV Röhlinghausen	50	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Marion Zeschau	TV Röhlinghausen	97,5	06.09.2014	Essen
Total	Marion Zeschau	TV Röhlinghausen	225	06.09.2014	Essen
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	96	24.06.2022	Dortmund
Bankdrücken	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	72,5	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	142,5	29.08.2015	Essen
Total	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	307,5	29.08.2015	Essen
<b>69kg</b>					
Kniebeugen	<i>Standard</i>		95		
Bankdrücken	<i>Standard</i>		72,5		
Kreuzheben	<i>Standard</i>		142,5		
Total	<i>Standard</i>		307,5		
<b>72kg</b>					
Kniebeugen	Susanne Küttler	Kölner AC	137,5	12.09.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	85	12.05.2012	Duisburg
Kreuzheben	Susanne Küttler	Kölner AC	150	12.09.2015	Lauchhammer
Total	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	355	29.08.2015	Essen
<b>76kg</b>					
Kniebeugen	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	172,5	23.03.2024	Lauchhammer
Bankdrücken	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	107,5	17.02.2024	Malaga
Kreuzheben	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	185	17.02.2024	Malaga
Total	Friederike Hoppe	Kraftsport Colonia	455	17.02.2024	Malaga
<b>84kg</b>					
Kniebeugen	Katja Kolm	SSV Hagen	140	28.08.2021	Greifswald
Bankdrücken	Katja Kolm	SSV Hagen	72,5	28.08.2021	Greifswald
Kreuzheben	Katja Kolm	SSV Hagen	145	28.08.2021	Greifswald
Total	Katja Kolm	SSV Hagen	357,5	28.08.2021	Greifswald
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen	Mariana Moreno Cederberg	Kraftsport Colonia	175	14.06.2019	Helsingborg
Bankdrücken	Mariana Moreno Cederberg	Kraftsport Colonia	102,5	30.03.2019	Niestetal
Kreuzheben	Mariana Moreno Cederberg	Kraftsport Colonia	192,5	30.03.2019	Niestetal
Total	Mariana Moreno Cederberg	Kraftsport Colonia	467,5	14.06.2019	Helsingborg

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen AK2**

Name                                      Verein                                      Leistung                                      Datum                                      Ort

<b>47kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>52kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>57kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	96	24.06.2022	Dortmund
Bankdrücken	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	72,5	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	142,5	29.08.2015	Essen
Total	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	307,5	29.08.2015	Essen
<b>69kg</b>					
Kniebeugen	<i>Standard</i>		95		
Bankdrücken	<i>Standard</i>		72,5		
Kreuzheben	<i>Standard</i>		142,5		
Total	<i>Standard</i>		307,5		
<b>72kg</b>					
Kniebeugen	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	122,5	29.08.2015	Essen
Bankdrücken	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	85	29.08.2015	Essen
Kreuzheben	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	147,5	29.08.2015	Essen
Total	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	355	29.08.2015	Essen
<b>76kg</b>					
Kniebeugen	Olga Dell	Kraftsport Colonia	132,5	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	<i>Standard</i>		85		
Kreuzheben	Olga Dell	Kraftsport Colonia	150	08.10.2022	Essen
Total	<i>Standard</i>		355		
<b>84kg</b>					
Kniebeugen	Olga Dell	Kraftsport Colonia	137,5	14.02.2024	Malaga
Bankdrücken	Olga Dell	Kraftsport Colonia	65	22.10.2023	Gütersloh
Kreuzheben	Olga Dell	Kraftsport Colonia	155	14.02.2024	Malaga
Total	Olga Dell	Kraftsport Colonia	352,5	14.02.2024	Malaga
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen	Linda Lanzrath	Kraftsport Colonia	105	14.02.2024	Malaga
Bankdrücken	Linda Lanzrath	Kraftsport Colonia	52,5	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Linda Lanzrath	Kraftsport Colonia	140	29.04.2023	Lauchhammer
Total	Linda Lanzrath	Kraftsport Colonia	292,5	29.04.2023	Lauchhammer

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen AK3**

Name                                      Verein                                      Leistung                                      Datum                                      Ort

<b>47kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>52kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>57kg</b>					
Kniebeugen	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	60	05.05.2018	Westerholt
Bankdrücken	Beate Marszallek	KSV Essen	60	20.04.2024	Essen
Kreuzheben	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	92,5	05.05.2018	Westerholt
Total	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	195	05.05.2018	Westerholt
<b>63kg</b>					
Kniebeugen	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	96	24.06.2022	Dortmund
Bankdrücken	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	70	06.05.2017	Westerholt
Kreuzheben	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	140	24.06.2022	Dortmund
Total	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	300	06.05.2017	Westerholt
<b>69kg</b>					
Kniebeugen	<i>Standard</i>		60		
Bankdrücken	<i>Standard</i>		40		
Kreuzheben	<i>Standard</i>		85		
Total	<i>Standard</i>		185		
<b>72kg</b>					
Kniebeugen	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	60	08.09.2018	Essen
Bankdrücken	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	40	08.09.2018	Essen
Kreuzheben	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	85	08.09.2018	Essen
Total	Susanne Wischnewski	SV Westerholt	185	08.09.2018	Essen
<b>76kg</b>					
Kniebeugen	<i>Standard</i>		60		
Bankdrücken	<i>Standard</i>		40		
Kreuzheben	<i>Standard</i>		85		
Total	<i>Standard</i>		185		
<b>84kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>+84kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der weiblichen AK4**

Name Verein Leistung Datum Ort

Name	Verein	Leistung	Datum	Ort
<b>47kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>52kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>57kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>63kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>69kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>76kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>84kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				
<b>+84kg</b>				
Kniebeugen				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				