

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

FRAUEN - 44 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 47,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 50,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

FRAUEN - 53 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)	Senftleben, Karolin (2011)	70,00	Senftleben, Karolin (2011)	45,00	Senftleben, Karolin (2011)	92,50	Senftleben, Karolin (2011)	207,50
SR (24-39)	Senftleben, Karolin (2011)	70,00	Senftleben, Karolin (2011)	45,00	Senftleben, Karolin (2011)	92,50	Senftleben, Karolin (2011)	207,50
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 55,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Stephan, Sarah (2025)	115,00	Stephan, Sarah (2025)	79,00	Stephan, Sarah (2025)	140,00	Stephan, Sarah (2025)	332,50
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 58,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Wunder, Anne (2024)	107,50	Wunder, Anne (2024)	57,50	Wunder, Anne (2024)	120,00	Wunder, Anne (2024)	285,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

FRAUEN - 63 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Ciller, Melissa (2024)	110,00	Ciller, Melissa (2024)	60,00	Ciller, Melissa (2024)	122,50	Ciller, Melissa (2024)	292,50
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 70 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Hegner, Heide (2017)	50,00	Hegner, Heide (2017)	57,50	Hegner, Heide (2017)	90,00	Hegner, Heide (2017)	197,50
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)	Hegner, Heide (2017)	50,00	Hegner, Heide (2017)	57,50	Hegner, Heide (2017)	90,00	Hegner, Heide (2017)	197,50
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 80 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Kappe, Sonja (2025)	112,50	Kappe, Sonja (2025)	70,00	Kappe, Sonja (2025)	122,50	Kappe, Sonja (2025)	305,00
M1 (40-44)	Kappe, Sonja (2022)	100,00	Kappe, Sonja (2022)	55,00	Kappe, Sonja (2022)	115,00	Kappe, Sonja (2022)	267,50
M2 (45-49)	Kappe, Sonja (2025)	112,50	Kappe, Sonja (2025)	70,00	Kappe, Sonja (2025)	122,50	Kappe, Sonja (2025)	305,00
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

FRAUEN - 90 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

FRAUEN - 110 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

MÄNNER - 52 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 56 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 60 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

MÄNNER - 67,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Binger, Frank (2015)	165,00	Binger, Frank (2015)	100,00	Binger, Frank (2015)	202,50	Binger, Frank (2015)	467,50
M1 (40-44)	Binger, Frank (2015)	165,00	Binger, Frank (2015)	100,00	Binger, Frank (2015)	202,50	Binger, Frank (2015)	467,50
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 75 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 82,5 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Schleier, Tom Joshua Paul (2024)	165,00	Schleier, Tom Joshua Paul (2024)	130,00	Schleier, Tom Joshua Paul (2024)	195,00	Schleier, Tom Joshua Paul (2024)	490,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

MÄNNER - 90 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)	Lam Vu, Viet Anh (2021)	155,00	Lam Vu, Viet Anh (2021)	140,00	Lam Vu, Viet Anh (2021)	205,00	Lam Vu, Viet Anh (2021)	500,00
SR (24-39)	Richter, Steffen (2022)	190,00	Lam Vu, Viet Anh (2021)	140,00	Rivera, Anthony (2025)	250,00	Rivera, Anthony (2025)	560,00
M1 (40-44)	Schädlich, Johannes (2025)	135,00	Schädlich, Johannes (2025)	97,50	Schädlich, Johannes (2025)	200,00	Schädlich, Johannes (2025)	432,50
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)	Richter, Steffen (2022)	190,00	Richter, Steffen (2022)	102,50	Richter, Steffen (2022)	165,00	Richter, Steffen (2022)	457,50
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 100 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Piron, Roger (2022)	210,00	Piron, Roger (2019)	135,00	Bauer, Michael (2021)	280,00	Bauer, Michael (2021)	615,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)	Pütz, David (2023)	160,00	Pütz, David (2023)	180,00	Pütz, David (2023)	210,00	Pütz, David (2023)	545,00
M3 (50-54)								
M4 (55-59)	Piron, Roger (2019)	190,00	Piron, Roger (2019)	135,00	Kotschenreuther, Peter	222,50	Piron, Roger (2019)	530,00
M5 (60-64)	Piron, Roger (2022)	210,00	Piron, Roger (2022)	135,00	Piron, Roger (2022)	215,00	Piron, Roger (2022)	560,00
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 110 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Heinrich, Hanno (2022)	240,50	Dahlbeck, Marcel (2016)	182,50	Heinrich, Hanno (2022)	258,00	Dahlbeck, Marcel (2016)	680,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)	Geitner, Alexander (2024)	175,00	Geitner, Alexander (2024)	150,00	Geitner, Alexander (2024)	290,00	Geitner, Alexander (2024)	615,00
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)

GERMAN DRUG-FREE POWERLIFTING FEDERATION e. V.

KRAFTDREIKAMPF EQUIPPED : DEUTSCHE REKORDE

MÄNNER - 125 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Schäfer, Loren (2018)	260,00	Tetzlaff, Martin (2017)	210,00	Schäfer, Loren (2018)	250,00	Schäfer, Loren (2018)	690,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)	Holetzeck, Conrad (2014)	230,00	Tetzlaff, Martin (2019)	225,00	Holetzeck, Conrad (2014)	240,00	Tetzlaff, Martin (2019)	665,00
M3 (50-54)	Tetzlaff, Martin (2024)	225,00	Tetzlaff, Martin (2024)	210,00	Tetzlaff, Martin (2024)	210,00	Tetzlaff, Martin (2024)	645,00
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER - 145 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)	Tetzlaff, Martin (2018)	220,00	Tetzlaff, Martin (2018)	210,00	Tetzlaff, Martin (2023)	220,00	Tetzlaff, Martin (2023)	645,00
M1 (40-44)								
M2 (45-49)	Tetzlaff, Martin (2018)	220,00	Tetzlaff, Martin (2018)	210,00	Tetzlaff, Martin (2018)	200,00	Tetzlaff, Martin (2018)	630,00
M3 (50-54)	Tetzlaff, Martin (2023)	215,00	Tetzlaff, Martin (2023)	210,00	Tetzlaff, Martin (2023)	220,00	Tetzlaff, Martin (2023)	645,00
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

MÄNNER + 145 KG

	KNIEBEUGE		BANKDRÜCKEN		KREUZHEBEN		GESAMT	
T1 (14-15)								
T2 (16-17)								
T3 (18-19)								
JR (20-23)								
SR (24-39)								
M1 (40-44)								
M2 (45-49)								
M3 (50-54)								
M4 (55-59)								
M5 (60-64)								
M6 (65-69)								
M7 (70-74)								
M8 (74-79)								
M9 (80-84)								

Neuer Rekord (bei der letzten Aktualisierung aufgenommen)