

## RSM Klubrekorder – Damer Master 1 – 40-49 år - Udstyr

<b>Vægtkl.</b>	<b>Squat:</b>	<b>Kilo</b>	<b>Stævne</b>	<b>Dato</b>
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	162,5	DM Masters squat	02.11.2024
<b>Vægtkl.</b>	<b>Bænkpres 3 kamp:</b>	<b>Kilo</b>	<b>Stævne</b>	<b>Dato</b>
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	70,0	JM 2024	07.09.2024
<b>Vægtkl.</b>	<b>Dødløft:</b>	<b>Kilo</b>	<b>Stævne</b>	<b>Dato</b>
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	132,5	JM 2024	07.09.2024
<b>Vægtkl.</b>	<b>Trekamp - Total</b>	<b>Kilo</b>	<b>Stævne</b>	<b>Dato</b>
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	342,5	JM 2024	07.09.2024
<b>Vægtkl.</b>	<b>Bænkpres, enkelt</b>	<b>Kilo</b>	<b>Stævne</b>	<b>Dato</b>
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	95,0	DM Bænkpres	23.11.2024
<b>Revideret:</b>	23.11.2024			