

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

Vægtkl.	Squat:	Kilo	Stævne	Dato
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	175,0	DM Hold, runde 1	17.01.2026
Vægtkl.	Bænkpres 3 kamp:	Kilo	Stævne	Dato
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	102,5	DM Masters	07.03.2026
Vægtkl.	Dødløft:	Kilo	Stævne	Dato
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	152,5	DM Masters	02.03.2025
Vægtkl.	Trekamp - Total	Kilo	Stævne	Dato
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	425,0	DM Masters	07.03.2026
Vægtkl.	Bænkpres, enkelt	Kilo	Stævne	Dato
47 kg				
52 kg				
57 kg				
63 kg				
72 kg				
84 kg				
84+ kg	Stine Park	102,5	DM Masters	07.03.2026
Revideret:	07.03.2026			