

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

## Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen Jugend (B)

*Name                                      Verein                                      Leistung    Datum                      Ort*

<b>53kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>83kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>93kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>105kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>120kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen Jugend (A)**

*Name                                      Verein                                      Leistung    Datum                                      Ort*

<b>53kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Jan Rosenkranz	AC Siegen	205	17.03.2012	Westerholt
Bankdrücken	Jan Rosenkranz	AC Siegen	152,5	17.03.2012	Westerholt
Kreuzheben	Jan Rosenkranz	AC Siegen	225	17.03.2012	Westerholt
Total	Jan Rosenkranz	AC Siegen	582,5	17.03.2012	Westerholt
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Jean Paul Heidkamp	Kraftsport Colonia	230	01.03.2020	Würzburg
Bankdrücken	Jean Paul Heidkamp	Kraftsport Colonia	135	01.03.2020	Würzburg
Kreuzheben	Fabian Bours	AC Homberg	225	14.05.2011	Duisburg
Total	Jean Paul Heidkamp	Kraftsport Colonia	575	01.03.2020	Würzburg
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	280	27.08.2013	Killeen
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	250	27.08.2013	Killeen
Kreuzheben	Kevin Jäger	PL Duisburg	255	27.08.2013	Killeen
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	785	27.08.2013	Killeen
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	300	25.10.2013	Lauchhammer
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	285	25.10.2013	Lauchhammer
Kreuzheben	Kevin Jäger	PL Duisburg	265	25.10.2013	Lauchhammer
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	850	25.10.2013	Lauchhammer
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen Junioren**

*Name                                      Verein                                      Leistung    Datum                                      Ort*

<b>53kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen	Vadim Helmelt	SV Westerholt	225	29.10.2011	Landshut
Bankdrücken	Vadim Helmelt	SV Westerholt	125	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Vadim Helmelt	SV Westerholt	225	14.05.2011	Duisburg
Total	Vadim Helmelt	SV Westerholt	570	14.05.2011	Duisburg
<b>74kg</b>					
Kniebeugen	Jonas Diefenbach	AC Siegen	205	09.09.2017	Essen
Bankdrücken	Viktor Pobivanez	KSV Lippe	145	17.03.2012	Westerholt
Kreuzheben	Jonas Diefenbach	AC Siegen	200	06.05.2017	Westerholt
Total	Jonas Diefenbach	AC Siegen	530	09.09.2017	Essen
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Jonas Diefenbach	KSV Essen	262,5	19.01.2019	Fellbach
Bankdrücken	Jan Rosenkranz	AC Siegen	170	26.04.2014	Westerholt
Kreuzheben	Silas Geiß	AC Siegen	250	10.02.2017	Lauchhammer
Total	Jan Rosenkranz	AC Siegen	620	28.08.2016	Westerholt
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	275	24.10.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	185	25.04.2015	Westerholt
Kreuzheben	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	307,5	24.10.2015	Lauchhammer
Total	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	762,5	24.10.2015	Lauchhammer
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	280	27.08.2013	Killeen
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	250	27.08.2013	Killeen
Kreuzheben	Felix Kappmeier	KSV Essen	275	11.03.2017	Essen
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	785	27.08.2013	Killeen
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	365	24.10.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	345,5	24.10.2015	Lauchhammer
Kreuzheben	Malte Fleissner	AC Siegen	302,5	17.03.2012	Westerholt
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	1000,5	24.10.2015	Lauchhammer
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	340	25.10.2014	Lauchhammer
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	325	24.01.2015	Mainz
Kreuzheben	Kevin Jäger	PL Duisburg	280	25.10.2014	Lauchhammer
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	935	25.10.2014	Lauchhammer

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen Aktiven**

Name                      Verein                      Leistung    Datum            Ort

<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen	Vadim Helmelt	SV Westerholt	220	14.05.2011	Duisburg
Bankdrücken	Vadim Helmelt	SV Westerholt	125	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Vadim Helmelt	SV Westerholt	225	14.05.2011	Duisburg
Total	Vadim Helmelt	SV Westerholt	570	14.05.2011	Duisburg
<b>74kg</b>					
Kniebeugen	Ignatij Jablonowskij	SV Westerholt	270	25.04.2015	Westerholt
Bankdrücken	Ignatij Jablonowskij	SV Westerholt	180	25.04.2015	Westerholt
Kreuzheben	Ignatij Jablonowskij	SV Westerholt	260	25.04.2015	Westerholt
Total	Ignatij Jablonowskij	SV Westerholt	710	25.04.2015	Westerholt
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Jonas Diefenbach	KSV Essen	262,5	19.01.2019	Fellbach
Bankdrücken	Jan Smolczyk	PL Duisburg	182,5	05.07.2011	Pilsen
Kreuzheben	Thomas Bojar	KSO S. Dortmund	277,5	27.04.2013	Duisburg
Total	Jan Smolczyk	PL Duisburg	692,5	05.07.2011	Pilsen
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Valerij Kraus	SV Westerholt	295	17.03.2012	Westerholt
Bankdrücken	Olaf Brandl	AC Siegen	230	26.02.2011	Westerholt
Kreuzheben	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	310	16.01.2016	Unterölsbach
Total	Giancarlo Mavrici	KSV Bochum	787,5	16.01.2016	Unterölsbach
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Marcel Vitz	KSV Essen	337,5	25.05.2019	Essen
Bankdrücken	Rolf Dilbat	PL Duisburg	263,5	21.02.2016	Randeracker
Kreuzheben	Tim Konertz	Kölner AC	315	12.03.2016	Randersacker
Total	Marcel Vitz	KSV Essen	837,5	25.05.2019	Essen
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	365	24.10.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	345,5	24.10.2015	Lauchhammer
Kreuzheben	Stefan Rzehak	KSV Essen	352,5	25.05.2019	Essen
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	1000,5	24.10.2015	Lauchhammer
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Kevin Jäger	PL Duisburg	340	25.10.2014	Lauchhammer
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	325	24.01.2015	Mainz
Kreuzheben	Michael Jäger	PL Duisburg	333	14.07.2015	Pilsen
Total	Kevin Jäger	PL Duisburg	935	25.10.2014	Lauchhammer

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen AK1**

*Name                      Verein                      Leistung    Datum            Ort*

<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen	Calin Eschenasy	SV Westerholt	210	14.05.2011	Duisburg
Bankdrücken	Calin Eschenasy	SV Westerholt	132,5	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Calin Eschenasy	SV Westerholt	227,5	14.05.2011	Duisburg
Total	Calin Eschenasy	SV Westerholt	570	14.05.2011	Duisburg
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Jan Smolczyk	PL Duisburg	250	05.07.2011	Pilsen
Bankdrücken	Jan Smolczyk	PL Duisburg	182,5	05.07.2011	Pilsen
Kreuzheben	Jan Smolczyk	PL Duisburg	262,5	07.07.2018	Pilsen
Total	Jan Smolczyk	PL Duisburg	692,5	05.07.2011	Pilsen
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Olaf Brandl	AC Siegen	235	26.04.2014	Westerholt
Bankdrücken	Olaf Brandl	AC Siegen	230	26.04.2014	Westerholt
Kreuzheben	Jochen Stöver	KSV Essen	260	01.04.2011	Gräfenhainichen
Total	Olaf Brandl	AC Siegen	710	10.02.2017	Lauchhammer
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Thomas Roch	SV Westerholt	280	17.03.2012	Westerholt
Bankdrücken	Rolf Dilbat	PL Duisburg	263,5	21.02.2016	Randeracker
Kreuzheben	Alexander Geitner	KSV Essen	300	19.01.2019	Fellbach
Total	Rolf Dilbat	PL Duisburg	800	12.07.2016	Pilsen
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Marc Hoffmann	KSV Essen	340	25.05.2019	Essen
Bankdrücken	Marc Hoffmann	KSV Essen	217,5	25.05.2019	Essen
Kreuzheben	Alexander Geitner	KSV Essen	307,5	26.05.2018	Barth
Total	Marc Hoffmann	KSV Essen	857,5	25.05.2019	Essen
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Yasar Küçük	KSV Essen	290	07.04.2018	Mainz
Bankdrücken	Michael Jäger	PL Duisburg	263	14.07.2015	Pilsen
Kreuzheben	Michael Jäger	PL Duisburg	333	14.07.2015	Pilsen
Total	Michael Jäger	PL Duisburg	876	14.07.2015	Pilsen

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen AK2**

*Name                      Verein                      Leistung    Datum            Ort*

<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen	Calin Eschenasy	SV Westerholt	210	14.05.2011	Duisburg
Bankdrücken	Calin Eschenasy	SV Westerholt	132,5	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Calin Eschenasy	SV Westerholt	227,5	14.05.2011	Duisburg
Total	Calin Eschenasy	SV Westerholt	570	14.05.2011	Duisburg
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Jan Smolczyk	PL Duisburg	232,5	01.03.2020	Würzburg
Bankdrücken	Jan Smolczyk	PL Duisburg	167,5	01.03.2020	Würzburg
Kreuzheben	Jan Smolczyk	PL Duisburg	260	01.03.2020	Würzburg
Total	Jan Smolczyk	PL Duisburg	660	01.03.2020	Würzburg
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Jochen Stöver	SV Westerholt	202,5	27.02.2015	Essen
Bankdrücken	Horst Meister	PL Duisburg	172,5	17.03.2012	Westerholt
Kreuzheben	Jochen Stöver	SV Westerholt	260	14.07.2015	Pilsen
Total	Horst Meister	PL Duisburg	600	21.03.2014	Lauchhammer
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Rolf Dilbat	PL Duisburg	270	12.07.2016	Pilsen
Bankdrücken	Rolf Dilbat	PL Duisburg	263,5	21.02.2016	Randeracker
Kreuzheben	Rolf Dilbat	PL Duisburg	270	12.07.2016	Pilsen
Total	Rolf Dilbat	PL Duisburg	800	12.07.2016	Pilsen
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Michael Jäger	PL Duisburg	270	26.04.2014	Westerholt
Bankdrücken	Michael Jäger	PL Duisburg	215	26.04.2014	Westerholt
Kreuzheben	Michael Jäger	PL Duisburg	305	26.04.2014	Westerholt
Total	Michael Jäger	PL Duisburg	790	26.04.2014	Westerholt
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Michael Jäger	PL Duisburg	280	14.07.2015	Pilsen
Bankdrücken	Michael Jäger	PL Duisburg	263	14.07.2015	Pilsen
Kreuzheben	Michael Jäger	PL Duisburg	333	14.07.2015	Pilsen
Total	Michael Jäger	PL Duisburg	876	14.07.2015	Pilsen

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen AK3**

Name                      Verein                      Leistung    Datum            Ort

<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>83kg</b>					
Kniebeugen	Günter Runninger	PL Duisburg	172,5	27.02.2015	Essen
Bankdrücken	Günter Runninger	PL Duisburg	120	21.03.2014	Lauchhammer
Kreuzheben	Günter Runninger	PL Duisburg	200	27.02.2015	Essen
Total	Günter Runninger	PL Duisburg	482,5	21.03.2014	Lauchhammer
<b>93kg</b>					
Kniebeugen	Horst Meister	PL Duisburg	180	27.02.2015	Essen
Bankdrücken	Horst Meister	PL Duisburg	150	27.02.2015	Essen
Kreuzheben	Horst Meister	PL Duisburg	230	27.02.2015	Essen
Total	Horst Meister	PL Duisburg	560	27.02.2015	Essen
<b>105kg</b>					
Kniebeugen	Stefan Kapplinghaus	PL Duisburg	145	10.02.2017	Lauchhammer
Bankdrücken	Stefan Kapplinghaus	PL Duisburg	115	10.02.2017	Lauchhammer
Kreuzheben	Stefan Kapplinghaus	PL Duisburg	190	10.02.2017	Lauchhammer
Total	Stefan Kapplinghaus	PL Duisburg	450	10.02.2017	Lauchhammer
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	250	21.03.2014	Lauchhammer
Bankdrücken	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	187,5	21.03.2014	Lauchhammer
Kreuzheben	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	245	09.07.2013	Hamm
Total	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	680	27.02.2015	Essen
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	245	22.03.2013	Lauchhammer
Bankdrücken	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	180	22.03.2013	Lauchhammer
Kreuzheben	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	245	22.03.2013	Lauchhammer
Total	Rainer Katzula	TAV G. Düsseldorf	670	22.03.2013	Lauchhammer

**Landesrekorde im Kraftdreikampf (EQ) der männlichen AK4**

Name                      Verein                      Leistung    Datum            Ort

<b>59kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>66kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>74kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>83kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>93kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>105kg</b>					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
<b>120kg</b>					
Kniebeugen	Peter Arning	VfB Hüls	110	26.04.2014	Westerholt
Bankdrücken	Peter Arning	VfB Hüls	80	26.04.2014	Westerholt
Kreuzheben	Peter Arning	VfB Hüls	120	26.04.2014	Westerholt
Total	Peter Arning	VfB Hüls	310	26.04.2014	Westerholt
<b>+120kg</b>					
Kniebeugen	Peter Arning	VfB Hüls	140	27.04.2013	Duisburg
Bankdrücken	Peter Arning	VfB Hüls	85	27.04.2013	Duisburg
Kreuzheben	Peter Arning	VfB Hüls	140	27.04.2013	Duisburg
Total	Peter Arning	VfB Hüls	370	27.04.2013	Duisburg