

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

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

Name Verein Leistung Datum Ort

53kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
59kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
66kg					
Kniebeugen	Jan Lobe	VfL Duisburg Süd	72,5	14.05.2011	Duisburg
Bankdrücken	Jan Lobe	VfL Duisburg Süd	55	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Jan Lobe	VfL Duisburg Süd	110	14.05.2011	Duisburg
Total	Jan Lobe	VfL Duisburg Süd	237,5	14.05.2011	Duisburg
74kg					
Kniebeugen	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	145	16.09.2016	Lauchhammer
Bankdrücken	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	92,5	27.10.2016	Essen
Kreuzheben	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	157,5	16.09.2016	Lauchhammer
Total	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	400	16.09.2016	Lauchhammer
83kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
93kg					
Kniebeugen	Calvin Cremer	Aachener Kraftsport	140	12.10.2019	Köln
Bankdrücken	Calvin Cremer	Aachener Kraftsport	90	12.10.2019	Köln
Kreuzheben	Calvin Cremer	Aachener Kraftsport	145	12.10.2019	Köln
Total	Calvin Cremer	Aachener Kraftsport	375	12.10.2019	Köln
105kg					
Kniebeugen	Frederik Köster	AC Bochum	130	01.06.2019	Aachen
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	147,5	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Frederik Köster	AC Bochum	185	01.06.2019	Aachen
Total	Frederik Köster	AC Bochum	435	01.06.2019	Aachen
120kg					
Kniebeugen	Lev Sharow	KSV Lippe	185	16.09.2016	Lauchhammer
Bankdrücken	Lev Sharow	KSV Lippe	115	16.09.2016	Lauchhammer
Kreuzheben	Lev Sharow	KSV Lippe	167,5	16.09.2016	Lauchhammer
Total	Lev Sharow	KSV Lippe	467,5	16.09.2016	Lauchhammer
+120kg					
Kniebeugen	Jules Louis Lück	KSV Essen	175	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	Jules Louis Lück	KSV Essen	115	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Jules Louis Lück	KSV Essen	195	08.10.2022	Essen
Total	Jules Louis Lück	KSV Essen	485	08.10.2022	Essen

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen Jugend (A)

Name Verein Leistung Datum Ort

53kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
59kg					
Kniebeugen	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	95	06.09.2014	Essen
Bankdrücken	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	75	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	115	06.09.2014	Essen
Total	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	285	06.09.2014	Essen
66kg					
Kniebeugen	Florian Soßna	Vfb Marl-Hüls	115	26.04.2014	Westerholt
Bankdrücken	Florian Soßna	Vfb Marl-Hüls	102,5	26.04.2014	Westerholt
Kreuzheben	Tristan Lüchtenberg	Gütersloher SA	160	18.09.2022	Rottendorf
Total	Tristan Lüchtenberg	Gütersloher SA	360	18.09.2022	Rottendorf
74kg					
Kniebeugen	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	190	14.10.2017	Chemnitz
Bankdrücken	Anton Fink	SV Westerholt	120	17.04.2016	Westerholt
Kreuzheben	Maximilian Kern	Kraftsport Colonia	192,5	18.09.2022	Rottendorf
Total	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	487,5	14.10.2017	Chemnitz
83kg					
Kniebeugen	Florian Henrichs	Kraftsport Colonia	215,5	21.10.2018	Randersacker
Bankdrücken	Wlad Pesotsky	KSV Bochum	135	25.11.2018	Kaunas
Kreuzheben	Florian Henrichs	Kraftsport Colonia	232,5	21.10.2018	Randersacker
Total	Florian Henrichs	Kraftsport Colonia	568	21.10.2018	Randersacker
93kg					
Kniebeugen	Niklas Litzinger	Aachener Kraftsport	200	14.10.2017	Chemnitz
Bankdrücken	Moritz Johnen	KSV Essen	135	12.09.2015	Lauchhammer
Kreuzheben	Torben Kapries	SV Westerholt	235	05.05.2018	Westerholt
Total	Torben Kapries	SV Westerholt	550	05.05.2018	Westerholt
105kg					
Kniebeugen	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	232,5	09.10.2021	Essen
Bankdrücken	Kevin Jäger	PL Duisburg	147,5	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Torben Kapries	SV Westerholt	277	21.10.2018	Randersacker
Total	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	632,5	09.10.2021	Essen
120kg					
Kniebeugen	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	205	26.09.2020	Köln
Bankdrücken	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	140	26.09.2020	Köln
Kreuzheben	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	240	26.09.2020	Köln
Total	Ben Braemer	Kraftsport Colonia	585	26.09.2020	Köln
+120kg					
Kniebeugen	Jules Louis Lück	KSV Essen	175	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	Jules Louis Lück	KSV Essen	115	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Jules Louis Lück	KSV Essen	195	08.10.2022	Essen
Total	Jules Louis Lück	KSV Essen	485	08.10.2022	Essen

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen Junioren

Name Verein Leistung Datum Ort

53kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
59kg					
Kniebeugen	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	95	06.09.2014	Essen
Bankdrücken	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	75	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	115	06.09.2014	Essen
Total	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	285	06.09.2014	Essen
66kg					
Kniebeugen	Theo Barthel	Kraftsport Colonia	165	25.08.2018	Westerholt
Bankdrücken	Theo Barthel	Kraftsport Colonia	125	25.08.2018	Westerholt
Kreuzheben	Lennard Kaster	KSV Essen	200	17.04.2016	Westerholt
Total	Theo Barthel	Kraftsport Colonia	460	25.08.2018	Westerholt
74kg					
Kniebeugen	Nicolai Rakowski	Kraftsport Colonia	257,5	02.09.2022	Istanbul
Bankdrücken	Nicolai Rakowski	Kraftsport Colonia	142,5	02.09.2022	Istanbul
Kreuzheben	Nicolai Rakowski	VfB Hüls	260	17.09.2021	Würzburg
Total	Nicolai Rakowski	VfB Hüls	653	17.09.2021	Würzburg
83kg					
Kniebeugen	Pijus Alisaukas	Kraftsport Colonia	256	18.09.2021	Würzburg
Bankdrücken	Pijus Alisaukas	Kraftsport Colonia	181	18.09.2021	Würzburg
Kreuzheben	Jan Kobek	TAV Düsseldorf	291	20.10.2018	Randersacker
Total	Pijus Alisaukas	Kraftsport Colonia	724,5	18.09.2021	Würzburg
93kg					
Kniebeugen	Per Starke	KSV Bochum	262,5	18.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Emre Demirdelen	Kraftsport Colonia	172,5	13.10.2017	Chemnitz
Kreuzheben	Friedrich von Henning	Kölner AC	302,5	12.09.2015	Lauchhammer
Total	Per Starke	KSV Bochum	700	18.09.2022	Rottendorf
105kg					
Kniebeugen	Stephan Berger	VfB Hüls	290	27.09.2020	Köln
Bankdrücken	Fabian Baum	Kraftsport Colonia	183	13.10.2017	Chemnitz
Kreuzheben	Stephan Berger	VfB Hüls	330	27.09.2020	Köln
Total	Stephan Berger	VfB Hüls	770	27.09.2020	Köln
120kg					
Kniebeugen	Simon Suchan	Aachener Kraftsport	300	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	Simon Suchan	Aachener Kraftsport	190	08.10.2022	Essen
Kreuzheben	Jonas Wolf	KSV Bochum	315,5	16.09.2022	Rottendorf
Total	Simon Suchan	Aachener Kraftsport	752,5	08.10.2022	Essen
+120kg					
Kniebeugen	Malik Becker	Aachener Kraftsport	285	27.09.2020	Köln
Bankdrücken	Malik Becker	Aachener Kraftsport	175	27.09.2020	Köln
Kreuzheben	Malik Becker	Aachener Kraftsport	240	27.09.2020	Köln
Total	Malik Becker	Aachener Kraftsport	700	27.09.2020	Köln

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen Aktiven

Name Verein Leistung Datum Ort

59kg					
Kniebeugen	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	95	06.09.2014	Essen
Bankdrücken	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	75	06.09.2014	Essen
Kreuzheben	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	115	06.09.2014	Essen
Total	Maximilian Gawenat	KSV Fitnesskreis	285	06.09.2014	Essen
66kg					
Kniebeugen	Markus Scherer	KSV Essen	180	25.04.2015	Westerholt
Bankdrücken	Theo Barthel	Kraftsport Colonia	125	25.08.2018	Westerholt
Kreuzheben	Markus Scherer	KSV Essen	210	25.04.2015	Westerholt
Total	Markus Scherer	KSV Essen	510	25.04.2015	Westerholt
74kg					
Kniebeugen	Nicolai Rakowski	Kraftsport Colonia	257,5	02.09.2022	Istanbul
Bankdrücken	Pascal Schütze	Kraftsport Colonia	157,5	24.09.2021	Kassel
Kreuzheben	Gianluca Caputo	Kraftsport Colonia	270	26.06.2022	Dortmund
Total	Nicolai Rakowski	VfB Hüls	653	17.09.2021	Würzburg
83kg					
Kniebeugen	Max Eisinger	Kraftsport Colonia	270	08.06.2022	Sun City
Bankdrücken	Pijus Alisaukas	Kraftsport Colonia	188	20.08.2022	Erfurt
Kreuzheben	Paul Markwart	KSV Fitnesskreis	292,5	31.03.2019	Niestetal
Total	Pijus Alisaukas	Kraftsport Colonia	738	20.08.2022	Erfurt
93kg					
Kniebeugen	Per Starke	KSV Bochum	262,5	18.09.2022	Rottendorf
Bankdrücken	Jaari Ott	Kraftsport Colonia	180	14.09.2017	Hamm
Kreuzheben	Zachariah Ampofo	Gütersloher SA	315	09.10.2022	Essen
Total	Zachariah Ampofo	Gütersloher SA	722,5	09.10.2022	Essen
105kg					
Kniebeugen	Stephan Berger	VfB Hüls	290	27.09.2020	Köln
Bankdrücken	Timo Lieder	Gütersloher SA	212,5	20.08.2022	Erfurt
Kreuzheben	Friedrich von Henning	Aachener Kraftsport	340	06.05.2018	Westerholt
Total	Friedrich von Henning	Aachener Kraftsport	775	15.09.2018	Hamar
120kg					
Kniebeugen	Marcel Vitz	KSV Essen	306	08.10.2022	Essen
Bankdrücken	Timo Lieder	Gütersloher SA	212,5	10.10.2021	Essen
Kreuzheben	Friedrich von Henning	Aachener Kraftsport	350	12.12.2021	Vesteros
Total	Friedrich von Henning	Aachener Kraftsport	832,5	02.10.2021	Halmstadt
+120kg					
Kniebeugen	Brin Hasan	Kraftsport Colonia	302,5	22.09.2018	Greifswald
Bankdrücken	Alexander Schildberg	SARKV Lünen	215,5	09.10.2022	Essen
Kreuzheben	Brin Hasan	Kraftsport Colonia	325	06.05.2018	Westerholt
Total	Brin Hasan	Kraftsport Colonia	817,5	22.09.2018	Greifswald

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen AK1

Name Verein Leistung Datum Ort

59kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
66kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
74kg					
Kniebeugen	Simon Keil	AC Bochum	187,5	17.07.2022	Herne
Bankdrücken	Janusz Swietojanski	Kölner AC	130	29.08.2015	Essen
Kreuzheben	Simon Keil	AC Bochum	225	17.07.2022	Herne
Total	Simon Keil	AC Bochum	527,5	17.07.2022	Herne
83kg					
Kniebeugen	Jan Smolczyk	PL Duisburg	190	09.03.2018	Helsingborg
Bankdrücken	Dirk Suma	KSV Fitnesskreis	150	05.06.2019	Helsingborg
Kreuzheben	Jan Smolczyk	PL Duisburg	247,5	09.03.2018	Helsingborg
Total	Jan Smolczyk	PL Duisburg	582,5	09.03.2018	Helsingborg
93kg					
Kniebeugen	Jörg Kaspark	VfB Hüls	205	29.03.2019	Niestetal
Bankdrücken	Horst Meister	PL Duisburg	170	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Jörg Kaspark	VfB Hüls	250,5	29.08.2021	Greifswald
Total	Horst Meister	PL Duisburg	605	14.05.2011	Duisburg
105kg					
Kniebeugen	Rolf Dilbat	PL Duisburg	230	27.10.2016	Essen
Bankdrücken	Rolf Dilbat	PL Duisburg	180	29.08.2015	Essen
Kreuzheben	Rolf Dilbat	PL Duisburg	255	27.10.2016	Essen
Total	Rolf Dilbat	PL Duisburg	665	27.10.2016	Essen
120kg					
Kniebeugen	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	227,5	15.09.2012	Lauchhammer
Bankdrücken	Frank Jungmann	SV Westerholt	180	27.04.2013	Duisburg
Kreuzheben	Alexander Geitner	KSV Essen	272,5	06.05.2018	Westerholt
Total	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	642,5	15.09.2012	Lauchhammer
+120kg					
Kniebeugen	Yasar Küçük	KSV Essen	280	06.05.2017	Westerholt
Bankdrücken	Georg Haug	PL Duisburg	195,5	08.06.2015	Salo
Kreuzheben	Yasar Küçük	KSV Essen	280	06.05.2017	Westerholt
Total	Yasar Küçük	KSV Essen	750	06.05.2017	Westerholt

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen AK2

Name Verein Leistung Datum Ort

59kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
66kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
74kg					
Kniebeugen	Günter Runninger	Powerlifting Duisburg	145	12.10.2019	Köln
Bankdrücken	Frank Bahr	Kraftsport Colonia	127,5	12.10.2019	Köln
Kreuzheben	Douglas Danoff	Aachener Kraftsport	201	08.10.2022	Essen
Total	Frank Bahr	Kraftsport Colonia	422,5	17.07.2022	Herne
83kg					
Kniebeugen	Dirk Suma	KSV Fitnesskreis	182,5	29.03.2019	Niestetal
Bankdrücken	Dirk Suma	KSV Fitnesskreis	150	05.06.2019	Helsingborg
Kreuzheben	Jan Andreas Smolczyk	PL Duisburg	230	08.10.2022	Essen
Total	Jan Andreas Smolczyk	PL Duisburg	520	08.10.2022	Essen
93kg					
Kniebeugen	Jörg Kasperek	VfB Hüls	207,5	17.07.2022	Herne
Bankdrücken	Horst Meister	PL Duisburg	170	14.05.2011	Duisburg
Kreuzheben	Jörg Kasperek	VfB Hüls	250,5	29.08.2021	Greifswald
Total	Horst Meister	PL Duisburg	605	14.05.2011	Duisburg
105kg					
Kniebeugen	Rolf Dilbat	PL Duisburg	230	27.10.2016	Essen
Bankdrücken	Olaf Brandl	AC Siegen	190	09.10.2022	Essen
Kreuzheben	Rolf Dilbat	PL Duisburg	255	27.10.2016	Essen
Total	Rolf Dilbat	PL Duisburg	665	27.10.2016	Essen
120kg					
Kniebeugen	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	227,5	15.09.2012	Lauchhammer
Bankdrücken	Frank Jungmann	SV Westerholt	180	27.04.2013	Duisburg
Kreuzheben	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	250	15.09.2012	Lauchhammer
Total	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	642,5	15.09.2012	Lauchhammer
+120kg					
Kniebeugen	Georg Haug	PL Duisburg	220	08.06.2015	Salo
Bankdrücken	Georg Haug	PL Duisburg	195,5	08.06.2015	Salo
Kreuzheben	Georg Haug	PL Duisburg	260	08.06.2015	Salo
Total	Georg Haug	PL Duisburg	675,5	08.06.2015	Salo

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen AK3

Name Verein Leistung Datum Ort

59kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
66kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
74kg					
Kniebeugen	Günter Runninger	Powerlifting Duisburg	145	12.10.2019	Köln
Bankdrücken	Günter Runninger	Powerlifting Duisburg	95	12.10.2019	Köln
Kreuzheben	Günter Runninger	Powerlifting Duisburg	180	12.10.2019	Köln
Total	Günter Runninger	Powerlifting Duisburg	420	12.10.2019	Köln
83kg					
Kniebeugen	Günter Runninger	PL Duisburg	175	05.06.2015	Salo
Bankdrücken	Günter Runninger	PL Duisburg	120	15.09.2012	Lauchhammer
Kreuzheben	Günter Runninger	PL Duisburg	197,5	05.06.2015	Salo
Total	Günter Runninger	PL Duisburg	487,5	05.06.2015	Salo
93kg					
Kniebeugen	Horst Meister	PL Duisburg	190	05.06.2015	Salo
Bankdrücken	Horst Meister	PL Duisburg	165	05.06.2015	Salo
Kreuzheben	Kazimierz Forys	Kraftsport Colonia	234	07.03.2019	Győr
Total	Horst Meister	PL Duisburg	582,5	05.06.2015	Salo
105kg					
Kniebeugen	Willi Rötte	AC Goliath Mengede	165	06.05.2018	Westerholt
Bankdrücken	Stefan Kapplinghaus	PL Duisburg	117,5	12.10.2017	Chemnitz
Kreuzheben	Willi Rötte	AC Goliath Mengede	205	06.05.2018	Westerholt
Total	Willi Rötte	AC Goliath Mengede	482,5	06.05.2018	Westerholt
120kg					
Kniebeugen	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	217,5	12.09.2015	Lauchhammer
Bankdrücken	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	162,5	12.09.2015	Lauchhammer
Kreuzheben	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	230	04.10.2013	Lauchhammer
Total	Reiner Katzula	TAV Düsseldorf	607,5	12.09.2015	Lauchhammer
+120kg					
Kniebeugen	Uwe Dörfert	PL Duisburg	180	29.03.2019	Niestetal
Bankdrücken	Uwe Dörfert	PL Duisburg	135	30.03.2019	Niestetal
Kreuzheben	Uwe Dörfert	PL Duisburg	185	31.03.2019	Niestetal
Total	Uwe Dörfert	PL Duisburg	500	01.04.2019	Niestetal

Landesrekorde im Kraftdreikampf (RAW) der männlichen AK4

Name Verein Leistung Datum Ort

59kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
66kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
74kg					
Kniebeugen	Günter Runniger	Powerlifting Duisburg	145	16.07.2022	Herne
Bankdrücken	Günter Runniger	Powerlifting Duisburg	92,5	16.07.2022	Herne
Kreuzheben	Günter Runniger	Powerlifting Duisburg	180	16.07.2022	Herne
Total	Günter Runniger	Powerlifting Duisburg	417,5	16.07.2022	Herne
83kg					
Kniebeugen	Kurt Bücherl	AC Goliath Mengede	150	16.07.2022	Herne
Bankdrücken	Kurt Bücherl	AC Goliath Mengede	60	24.06.2022	Dortmund
Kreuzheben	Kurt Bücherl	AC Goliath Mengede	160	16.07.2022	Herne
Total	Kurt Bücherl	AC Goliath Mengede	370	16.07.2022	Herne
93kg					
Kniebeugen	Kazimierz Forys	Kraftsport Colonia	180	07.03.2019	Győr
Bankdrücken	Kazimierz Forys	Kraftsport Colonia	137,5	07.03.2019	Győr
Kreuzheben	Kazimierz Forys	Kraftsport Colonia	234	07.03.2019	Győr
Total	Kazimierz Forys	Kraftsport Colonia	551,5	07.03.2019	Győr
105kg					
Kniebeugen	Willi Rötte	Strongman Herne	140	16.07.2022	Herne
Bankdrücken	Willi Rötte	Strongman Herne	105	24.06.2022	Dortmund
Kreuzheben	Willi Rötte	Strongman Herne	180	16.07.2022	Herne
Total	Willi Rötte	Strongman Herne	425	16.07.2022	Herne
120kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					
+120kg					
Kniebeugen					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					