

Deutsche Rekorde KDK SINGLEPLY

Altersklasse bis 19 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge	115,0kg	Steinbrecher, A.	DM 2009
bis	Bankdrücken	65,0kg	Steinbrecher, A.	DM 2009
56,0 kg	Kreuzheben	117,5kg	Steinbrecher, A.	DM 2009
	Total	297,5kg	Steinbrecher, A.	DM 2009
	Kniebeuge	75,0 kg	Weinberger,Kai	
bis	Bankdrücken	32,5 kg	Weinberger,Kai	
60,0 kg	Kreuzheben	62,5 kg	Weinberger,Kai	
	Total	170,0 kg	Weinberger,Kai	
	Kniebeuge	160,0 kg	Eschenasy, S.	EM 2012
bis	Bankdrücken	100,0 kg	Eschenasy,Sebastian	DM 2012
67,5 kg	Kreuzheben	160,0 kg	Eschenasy,Sebastian	DM 2012
	Total	410,0 kg	Eschenasy,Sebastian	DM 2012
	Kniebeuge	200,0kg	Cerepanov,Nick	DM 2009
bis	Bankdrücken	120,0 kg	Stresler, Alexander	
75,0 kg	Kreuzheben	231,0kg	Cerepanov,Nick	DM 2009
	Total	546,0kg	Cerepanov,Nick	DM 2009
	Kniebeuge	170,0 kg	Pferner, Phillip	
bis	Bankdrücken	105,0 kg	Pferner, Phillip	
82,5 kg	Kreuzheben	175,0 kg	Rumpf, Sebastian	
	Total	445,0 kg	Pferner, Phillip	
	Kniebeuge	260,0kg	Bohrmann,D	DM 2010
bis	Bankdrücken	155,0kg	Bohrmann,D	DM 2010
90,0 kg	Kreuzheben	260,0kg	Bohrmann,D	DM 2010
	Total	675,0kg	Bohrmann,D	DM 2010
	Kniebeuge	180,0 kg	Lapacz, Damian	
bis	Bankdrücken	115,0 kg	Lapacz, Damian	
100,0 kg	Kreuzheben	200,0 kg	Lapacz, Damian	
	Total	495,0 kg	Lapacz, Damian	
	Kniebeuge	230,0 kg	Stang, Dominik	
bis	Bankdrücken	182,5 kg	Stang, Dominik	
110,0 kg	Kreuzheben	220,0 kg	Stang, Dominik	
	Total	632,5 kg	Stang, Dominik	
	Kniebeuge			
bis	Bankdrücken			
125,0 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
bis	Bankdrücken			
140,0 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
über	Bankdrücken			
140,0 kg	Kreuzheben			
	Total			

Altersklasse bis 23 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
bis	Bankdrücken			
56,0 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
bis	Bankdrücken			
60,0 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	155,0 kg	Karius, Martin	
bis	Bankdrücken	123,5 kg	Karius, Martin	
67,5 kg	Kreuzheben	180,0 kg	Karius, Martin	
	Total	458,5 kg	Karius, Martin	
	Kniebeuge	220,0kg	Wolkow, J.	DM 2009
bis	Bankdrücken	130,0 kg	Karius, Martin	
75,0 kg	Kreuzheben	210,0kg	Wolkow, J.	DM 2009
	Total	540,0kg	Wolkow, J.	DM 2009
	Kniebeuge	262,5 kg	Purkarthofer, M.	
bis	Bankdrücken	160,0 kg	Bracht, Andreas	
82,5 kg	Kreuzheben	261,0kg	Harutyunyan, V.	DM 2009
	Total	640,0 kg	Bracht, Andreas	
	Kniebeuge	240kg	Starklauf,Thomas	DM 2012
bis	Bankdrücken	150,0 kg	Töpler, Michael	
90,0 kg	Kreuzheben	250,0kg	Bohrmann, D.	DM 2009
	Total	620,0kg	Bohrmann, D.	DM 2009
	Kniebeuge	270,0kg	Buchmann, S.	DM 2009
bis	Bankdrücken	172,5 kg	Jensch, Friedrich	
100,0 kg	Kreuzheben	260,0 kg	Jensch, Friedrich	
	Total	695,0kg	Buchmann, S.	DM 2009
	Kniebeuge	270,0 kg	Kohlmann, P.	
bis	Bankdrücken	167,5 kg	Knopf, Michael	
110,0 kg	Kreuzheben	285,0 kg	Schmitz, Timo	
	Total	712,5 kg	Schmitz, Timo	
	Kniebeuge	270,0 kg	Lapacz, Damian	
bis	Bankdrücken	170,0 kg	Lapacz, Damian	
125,0 kg	Kreuzheben	260,0 kg	Lapacz, Damian	
	Total	700,0 kg	Lapacz, Damian	
	Kniebeuge			
bis	Bankdrücken			
140,0 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
über	Bankdrücken			
140,0 kg	Kreuzheben			
	Total			

Alterklasse 24 bis 39 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	205,0 kg	Schumann, Dirk	
Bis 67,5 kg	Bankdrücken	135,0 kg	Schumann, Dirk	
	Kreuzheben	212,5 kg	Schumann, Dirk	
	Total	532,5 kg	Schumann, Dirk	
	Kniebeuge	210,0 kg	Schumann, Dirk	
Bis 75 kg	Bankdrücken	142,5 kg	Schartz, Christian	
	Kreuzheben	252,5kg	Kücük,Ömer	DM 2009
	Total	597,5kg	Kücük,Ömer	DM 2009
	Kniebeuge	280,0 kg	Savran,Ötzkan	
Bis 82,5 kg	Bankdrücken	165,0 kg	Savran,Ötzkan	
	Kreuzheben	300,5 kg	Savran,Ötzkan	
	Total	745,5 kg	Savran,Ötzkan	
	Kniebeuge	300,5 kg	Haake, Georg	
Bis 90 kg	Bankdrücken	205,0 kg	Kopp, Marc	
	Kreuzheben	323,0 kg	Haake, Georg	
	Total	785,0 kg	Haake, Georg	
	Kniebeuge	345,0 kg	Selsam, Harald	
Bis 100 kg	Bankdrücken	235,0 kg	Krokkee, Erwin	
	Kreuzheben	337,5 kg	Ebert, Herbert	
	Total	850,0 kg	Selsam, Harald	
	Kniebeuge	330,0 kg	Schütze, Frank	
Bis 110 kg	Bankdrücken	250,0 kg	Schütze, Frank	
	Kreuzheben	300,0kg	Sauer,Daniel	DM 2009
	Total	840,0 kg	Schütze, Frank	
	Kniebeuge	375kg	Remmele, A.	WM 2016
Bis 125 kg	Bankdrücken	260,0 kg	Türk, Oliver	
	Kreuzheben	342,50 kg	Remmele, A.	WM 2016
	Total	977,5 kg	Remmele, A.	WM 2016
	Kniebeuge	330,0 kg	Al Houmadi, Looi	
Bis 140 kg	Bankdrücken	215,0 kg	Pollex, Jens	
	Kreuzheben	300,0 kg	Holleitner, G.	
	Total	840,0 kg	Pollex, Jens	
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			

Alterklasse 40 bis 44 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	150,0 kg	Meryem, Salih	
Bis 67,5 kg	Bankdrücken	85,0 kg	Meryem, Salih	
	Kreuzheben	155,0 kg	Meryem, Salih	
	Total	390,0 kg	Meryem, Salih	
	Kniebeuge	190,0 kg	Large, Bernd	
Bis 75 kg	Bankdrücken	125,0 kg	Large, Bernd	
	Kreuzheben	182,5 kg	Large, Bernd	
	Total	492,5 kg	Large, Bernd	
	Kniebeuge	242,5kg	Göpfahrt, Rocco	DM 2009
Bis 82,5 kg	Bankdrücken	160,0kg	Göpfahrt, Rocco	
	Kreuzheben	215,0 kg	Göpfahrt, Rocco	DM 2009
	Total	612,5kg	Göpfahrt, Rocco	DM 2009
	Kniebeuge	283,0 kg	Malfa, Peter	
Bis 90 kg	Bankdrücken	150,0 kg	Malfa, Peter	
	Kreuzheben	275,0 kg	Malfa, Peter	
	Total	700,0 kg	Malfa, Peter	
	Kniebeuge	277,5 kg	Malfa, Peter	
Bis 100 kg	Bankdrücken	200,0 kg	Riede, Fred	
	Kreuzheben	282,5 kg	Malfa, Peter	
	Total	717,5 kg	Malfa, Peter	
	Kniebeuge	170,0 kg	Becka, W alter	
Bis 110 kg	Bankdrücken	140,0 kg	Becka, W alter	
	Kreuzheben	175,0 kg	Becka, W alter	
	Total	485,0 kg	Becka, W alter	
	Kniebeuge	345,5kg	Türk, Oliver	DM 2009
Bis 125 kg	Bankdrücken	240,0 kg	Holleitner, G.	
	Kreuzheben	335,0 kg	Holleitner, G.	
	Total	855,0 kg	Holleitner, G.	
	Kniebeuge	320,0kg	Pollex, Jens	DM 2009
Bis 140 kg	Bankdrücken	200,0kg	Pollex, Jens	DM 2009
	Kreuzheben	290,0kg	Pollex, Jens	DM 2009
	Total	810,0kg	Pollex, Jens	DM 2009
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			

Altersklasse 45 bis 49 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	215,0 kg	Eschenasy, Calin	
Bis 67,5 kg	Bankdrücken	120,0 kg	Eschenasy, Calin	
	Kreuzheben	210,0 kg	Eschenasy, Calin	
	Total	545,0 kg	Eschenasy, Calin	
	Kniebeuge	215 kg	Dirk Schumann	WM 2016
Bis 75 kg	Bankdrücken	150,0 kg	Dirk Schumann	WM 2016
	Kreuzheben	215 kg	Dirk Schumann	WM 2016
	Total	580 kg	Dirk Schumann	WM 2016
	Kniebeuge	197,5 kg	Steibrecher, B.	
Bis 82,5 kg	Bankdrücken	152,5 kg	Brill, Detlef	
	Kreuzheben	217,5 kg	Brill, Detlef	
	Total	560,0 kg	Brill, Detlef	
	Kniebeuge			
Bis 90 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	260,0kg	Malfa, Peter	WM 2010
Bis 100 kg	Bankdrücken	210,0 kg	Riede, Fred	
	Kreuzheben	262,5kg	Malfa, Peter	WM 2010
	Total	672,5kg	Malfa, Peter	WM 2010
	Kniebeuge	270,0 kg	Malfa, Peter	EM 2012
Bis 110 kg	Bankdrücken	137,5 kg	Malfa, Peter	EM 2012
	Kreuzheben	255,0 kg	Malfa, Peter	EM 2012
	Total	662,5 kg	Malfa, Peter	EM 2012
	Kniebeuge	330,0 kg	Arnold, Roberto	
Bis 125 kg	Bankdrücken	212,5 kg	Arnold, Roberto	
	Kreuzheben	305,0 kg	Arnold, Roberto	
	Total	820,0 kg	Arnold, Roberto	
	Kniebeuge			
Bis 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			

Altersklasse 50 bis 54 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Bis 60 kg	Kniebeuge			
	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
Bis 67,5 kg	Total			
	Kniebeuge			
	Bankdrücken			
Bis 75 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	240,0 kg	Eschenasy, Calin	
Bis 82,5 kg	Bankdrücken	146,0 kg	Eschenasy, Calin	
	Kreuzheben	231,0 kg	Eschenasy, Calin	
	Total	617,5 kg	Eschenasy, Calin	
Bis 90 kg	Kniebeuge	252,5 kg	Riedel, Detlef	W M 2012
	Bankdrücken	170,0 kg	Riedel, Detlef	DM 2012
	Kreuzheben	217,5kg	Riedel, Detlef	DM 2012
Bis 100 kg	Total	637,5kg	Riedel, Detlef	DM 2012
	Kniebeuge	170,0kg	Bucher, Bernd	DM 2009
	Bankdrücken	115,0kg	Bucher, Bernd	DM 2009
Bis 110 kg	Kreuzheben	175,0kg	Bucher, Bernd	DM 2009
	Total	460,0kg	Bucher, Bernd	DM 2009
	Kniebeuge	200,0 kg	Leser, Herbert	WM 2012
Bis 125 kg	Bankdrücken	155,0kg	Leser, Herbert	Holl 2013
	Kreuzheben	200,0kg	Bucher, Bernd	WM 2010
	Total	535,0kg	Bucher, Bernd	WM 2010
Bis 140 kg	Kniebeuge	190 kg	Leser, Herbert	DM 2012
	Bankdrücken	150 kg	Leser, Herbert	DM 2012
	Kreuzheben	170 kg	Leser, Herbert	DM 2012
Über 140 kg	Total	510 kg	Leser, Herbert	DM 2012
	Kniebeuge	260kg	Jungmann, Frank	EM 2015
	Bankdrücken	205kg	Jungmann, Frank	EM 2015
Über 140 kg	Kreuzheben	255kg	Jungmann, Frank	EM 2015
	Total	720kg	Jungmann, Frank	EM 2015
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Über 140 kg	Kniebeuge			
	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
Über 140 kg	Total			

Alterklasse 55 bis 59 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	140,0 kg	Meryem, Salih	DM 2012
Bis 67,5 kg	Bankdrücken	90,0 kg	Meryem, Salih	DM 2012
	Kreuzheben	130,0 kg	Meryem, Salih	DM 2012
	Total	360,0 kg	Meryem, Salih	DM 2012
	Kniebeuge	210,0 kg	Eschenasy, Calin	EM 2012
Bis 75 kg	Bankdrücken	132,5 kg	Eschenasy, Calin	WM 2012
	Kreuzheben	225,0 kg	Eschenasy, Calin	DM 2012
	Total	560,0 kg	Eschenasy, Calin	EM 2012
	Kniebeuge	245 kg	Riedel, Detlef	DM 2015
Bis 82,5 kg	Bankdrücken	160 kg	Riedel, Detlef	DM 2015
	Kreuzheben	217,5 kg	Riedel, Detlef	DM 2015
	Total	622,5 kg	Riedel, Detlef	DM 2015
	Kniebeuge			
Bis 90 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	190kg	Leser, Herbert	DM 2019
Bis 100 kg	Bankdrücken	135kg	Leser, Herbert	DM 2019
	Kreuzheben	185kg	Leser, Herbert	DM 2019
	Total	497,5kg	Leser, Herbert	DM 2019
	Kniebeuge	510kg	Leser, Herbert	DM 2017
Bis 110 kg	Bankdrücken	147,5kg	Leser, Herbert	DM 2017
	Kreuzheben	190kg	Leser, Herbert	DM 2017
	Total	527,5kg	Leser, Herbert	DM 2017
	Kniebeuge	280,0kg	Brodtsa, Uwe	DM 2010
Bis 125 kg	Bankdrücken	150,0kg	Brodtsa, Uwe	WM 2010
	Kreuzheben	310,0kg	Brodtsa, Uwe	DM 2010
	Total	730,0kg	Brodtsa, Uwe	DM 2010
	Kniebeuge			
Bis 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	250,0kg	Beck,Thomas	DM 2011
Über 140 kg	Bankdrücken	185,0kg	Beck,Thomas	DM 2010
	Kreuzheben	260,0kg	Beck,Thomas	DM 2010
	Total	692,5kg	Beck,Thomas	DM 2011

Altersklasse 60 bis 64 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Bis 60 kg	Kniebeuge			
	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Bis 67,5 kg	Kniebeuge			
	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Bis 75 kg	Kniebeuge	200kg	Eschenasy, Calin	DM 2019
	Bankdrücken	120kg	Eschenasy, Calin	DM 2019
	Kreuzheben	210kg	Eschenasy, Calin	DM 2019
	Total	530kg	Eschenasy, Calin	DM 2019
Bis 82,5 kg	Kniebeuge	200kg	Eschenasy, Calin	DM 2018
	Bankdrücken	120kg	Eschenasy, Calin	DM 2018
	Kreuzheben	220kg	Eschenasy, Calin	DM 2018
	Total	540kg	Eschenasy, Calin	DM 2018
	Kniebeuge			
Bis 90 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 100 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
Bis 110 kg	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 125 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			

Altersklasse 65 bis 69 Jahre:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis 56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 67,5 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	160kg	Burkhard, Steffen	DM 2017
Bis 75 kg	Bankdrücken	102,5kg	Burkhard, Steffen	DM 2017
	Kreuzheben	155kg	Burkhard, Steffen	DM 2017
	Total	417,5kg	Burkhard, Steffen	DM 2017
	Kniebeuge			
Bis 82,5 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 90 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 100 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 110 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 125 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			

Altersklasse über 70:

Gewichtsk	Disziplin	Rekord	Name	Datum
	Kniebeuge			
Bis m56 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 60 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 67,5 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge	92,5 kg	Mielich, Ulrich	EM 2012
Bis 75 kg	Bankdrücken	67,5 kg	Mielich, Ulrich	DM 2012
	Kreuzheben	130,0 kg	Mielich, Ulrich	DM 2012
	Total	290,0 kg	Mielich, Ulrich	EM 2012
	Kniebeuge			
Bis 82,5 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 90 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 100 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 110 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 125 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Bis 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			
	Kniebeuge			
Über 140 kg	Bankdrücken			
	Kreuzheben			
	Total			