

# DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

## BENCH UNEQUIPPED : NED RECORDS

### WOMEN - 44 KG

T1 (14-15)	25
T2 (16-17)	25
T3 (18-19)	27,5
JR (20-23)	30
SR (24-39)	32,5
M1 (40-44)	27,5
M2 (45-49)	25
M3 (50-54)	25
M4 (55-59)	25
M5 (60-64)	25
M6 (65-69)	25
M7 (70-74)	25
M8 (75-79)	25
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

### WOMEN - 47,5 KG

T1 (14-15)	25
T2 (16-17)	27,5
T3 (18-19)	30
JR (20-23)	32,5
SR (24-39)	35
M1 (40-44)	32,5
M2 (45-49)	30
M3 (50-54)	27,5
M4 (55-59)	25
M5 (60-64)	25
M6 (65-69)	25
M7 (70-74)	25
M8 (75-79)	25
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

### WOMEN - 50,5 KG

T1 (14-15)	27,5
T2 (16-17)	30
T3 (18-19)	32,5
JR (20-23)	35
SR (24-39)	40
M1 (40-44)	35
M2 (45-49)	32,5
M3 (50-54)	30
M4 (55-59)	27,5
M5 (60-64)	27,5
M6 (65-69)	27,5
M7 (70-74)	27,5
M8 (75-79)	25
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

### WOMEN - 53 KG

T1 (14-15)	27,5
T2 (16-17)	32,5
T3 (18-19)	35
JR (20-23)	37,5
SR (24-39)	42,5
M1 (40-44)	37,5
M2 (45-49)	35
M3 (50-54)	32,5
M4 (55-59)	30
M5 (60-64)	30
M6 (65-69)	27,5
M7 (70-74)	27,5
M8 (75-79)	25
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

### WOMEN - 55,5 KG

T1 (14-15)	30
T2 (16-17)	35
T3 (18-19)	37,5
JR (20-23)	40
SR (24-39)	45
M1 (40-44)	42,5
M2 (45-49)	40
M3 (50-54)	37,5
M4 (55-59)	35
M5 (60-64)	32,5
M6 (65-69)	30
M7 (70-74)	27,5
M8 (75-79)	25
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

### WOMEN - 58,5 KG

T1 (14-15)	32,5
T2 (16-17)	37,5
T3 (18-19)	40
JR (20-23)	42,5
SR (24-39)	47,5
M1 (40-44)	45
M2 (45-49)	42,5
M3 (50-54)	40
M4 (55-59)	37,5
M5 (60-64)	35
M6 (65-69)	32,5
M7 (70-74)	30
M8 (75-79)	27,5
M9 (80-84)	25
M10(85-90)	25

# DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

## BENCH UNEQUIPPED : NED RECORDS

### WOMEN - 63 KG

T1 (14-15)		32,5
T2 (16-17)		37,5
T3 (18-19)		40
JR (20-23)		45
SR (24-39)		50
M1 (40-44)		47,5
M2 (45-49)		45
M3 (50-54)		42,5
M4 (55-59)		40
M5 (60-64)		37,5
M6 (65-69)		35
M7 (70-74)		32,5
M8 (75-79)		30
M9 (80-84)		27,5
M10(85-90)		25

### WOMEN - 70 KG

T1 (14-15)		35
T2 (16-17)		40
T3 (18-19)		42,5
JR (20-23)		47,5
SR (24-39)		52,5
M1 (40-44)		50
M2 (45-49)		47,5
M3 (50-54)		45
M4 (55-59)		42,5
M5 (60-64)		40
M6 (65-69)		37,5
M7 (70-74)		35
M8 (75-79)		32,5
M9 (80-84)		30
M10(85-90)		27,5

### WOMEN - 80 KG

T1 (14-15)		37,5
T2 (16-17)		42,5
T3 (18-19)		47,5
JR (20-23)		52,5
SR (24-39)		57,5
M1 (40-44)		55
M2 (45-49)		52,5
M3 (50-54)		50
M4 (55-59)		47,5
M5 (60-64)		45
M6 (65-69)		40
M7 (70-74)		37,5
M8 (75-79)		35
M9 (80-84)		32,5
M10(85-90)		27,5

### WOMEN - 90 KG

T1 (14-15)		40
T2 (16-17)		45
T3 (18-19)		50
JR (20-23)		55
SR (24-39)		60
M1 (40-44)		57,5
M2 (45-49)		55
M3 (50-54)		52,5
M4 (55-59)		50
M5 (60-64)		47,5
M6 (65-69)		42,5
M7 (70-74)		40
M8 (75-79)		37,5
M9 (80-84)		35
M10(85-90)		27,5

### WOMEN + 90 KG

T1 (14-15)		45
T2 (16-17)		50
T3 (18-19)		55
JR (20-23)		60
SR (24-39)	Koeckhoven Froukje NED (3/06/2017)	92,5
M1 (40-44)	Koeckhoven Froukje NED (3/06/2017)	92,5
M2 (45-49)	Koeckhoven Froukje NED (3/06/2017)	92,5
M3 (50-54)		60
M4 (55-59)		57,5
M5 (60-64)		52,5
M6 (65-69)		50
M7 (70-74)		45
M8 (75-79)		40
M9 (80-84)		37,5
M10(85-90)		30

# DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

## BENCH UNEQUIPPED : NED RECORDS

### MEN'S - 52 KG

T1 (14-15)	55
T2 (16-17)	60
T3 (18-19)	67,5
JR (20-23)	75
SR (24-39)	82,5
M1 (40-44)	77,5
M2 (45-49)	72,5
M3 (50-54)	70
M4 (55-59)	67,5
M5 (60-64)	65
M6 (65-69)	60
M7 (70-74)	52,5
M8 (75-79)	47,5
M9 (80-84)	42,5
M10(85-90)	37,5

### MEN'S - 56 KG

T1 (14-15)	57,5
T2 (16-17)	65
T3 (18-19)	72,5
JR (20-23)	80
SR (24-39)	90
M1 (40-44)	85
M2 (45-49)	80
M3 (50-54)	75
M4 (55-59)	72,5
M5 (60-64)	70
M6 (65-69)	65
M7 (70-74)	57,5
M8 (75-79)	52,5
M9 (80-84)	47,5
M10(85-90)	42,5

### MEN'S - 60 KG

T1 (14-15)	65
T2 (16-17)	72,5
T3 (18-19)	80
JR (20-23)	90
SR (24-39)	100
M1 (40-44)	95
M2 (45-49)	90
M3 (50-54)	85
M4 (55-59)	80
M5 (60-64)	75
M6 (65-69)	70
M7 (70-74)	60
M8 (75-79)	55
M9 (80-84)	50
M10(85-90)	45

### MEN'S - 67,5 KG

T1 (14-15)	70
T2 (16-17)	82,5
T3 (18-19)	92,5
JR (20-23)	102,5
SR (24-39)	112,5
M1 (40-44)	107,5
M2 (45-49)	102,5
M3 (50-54)	97,5
M4 (55-59)	92,5
M5 (60-64)	87,5
M6 (65-69)	80
M7 (70-74)	72,5
M8 (75-79)	65
M9 (80-84)	57,5
M10(85-90)	52,5

### MEN'S - 75 KG

T1 (14-15)	80
T2 (16-17)	87,5
T3 (18-19)	97,5
JR (20-23)	107,5
SR (24-39)	120
M1 (40-44)	115
M2 (45-49)	110
M3 (50-54)	105
M4 (55-59)	100
M5 (60-64)	95
M6 (65-69)	87,5
M7 (70-74)	77,5
M8 (75-79)	70
M9 (80-84)	62,5
M10(85-90)	57,5

### MEN'S - 82,5 KG

T1 (14-15)	82,5
T2 (16-17)	92,5
T3 (18-19)	102,5
JR (20-23)	115
SR (24-39)	127,5
M1 (40-44)	120
M2 (45-49)	115
M3 (50-54)	110
M4 (55-59)	105
M5 (60-64)	100
M6 (65-69)	92,5
M7 (70-74)	80
M8 (75-79)	72,5
M9 (80-84)	65
M10(85-90)	60

# DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

## BENCH UNEQUIPPED : NED RECORDS

### MEN'S - 90 KG

T1 (14-15)	90
T2 (16-17)	100
T3 (18-19)	110
JR (20-23)	122,5
SR (24-39)	135
M1 (40-44)	127,5
M2 (45-49)	120
M3 (50-54)	115
M4 (55-59)	110
M5 (60-64)	105
M6 (65-69)	95
M7 (70-74)	85
M8 (75-79)	77,5
M9 (80-84)	70
M10(85-90)	62,5

### MEN'S - 100 KG

T1 (14-15)	92,5
T2 (16-17)	102,5
T3 (18-19)	112,5
JR (20-23)	125
SR (24-39)	140
M1 (40-44)	132,5
M2 (45-49)	125
M3 (50-54)	120
M4 (55-59)	115
M5 (60-64)	110
M6 (65-69)	100
M7 (70-74)	90
M8 (75-79)	80
M9 (80-84)	72,5
M10(85-90)	65

### MEN'S - 110 KG

T1 (14-15)	92,5
T2 (16-17)	102,5
T3 (18-19)	115
JR (20-23)	127,5
SR (24-39)	142,5
M1 (40-44)	135
M2 (45-49)	127,5
M3 (50-54)	120
M4 (55-59)	117,5
M5 (60-64)	112,5
M6 (65-69)	102,5
M7 (70-74)	90
M8 (75-79)	82,5
M9 (80-84)	75
M10(85-90)	65

### MEN'S - 125 KG

T1 (14-15)	100
T2 (16-17)	110
T3 (18-19)	122,5
JR (20-23)	135
SR (24-39)	Harms Orson NED (17/03/2018) 160
M1 (40-44)	Harms Orson NED (17/03/2018) 160
M2 (45-49)	135
M3 (50-54)	127,5
M4 (55-59)	120
M5 (60-64)	115
M6 (65-69)	105
M7 (70-74)	92,5
M8 (75-79)	85
M9 (80-84)	77,5
M10(85-90)	67,5

### MEN'S - 145 KG

T1 (14-15)	102,5
T2 (16-17)	115
T3 (18-19)	127,5
JR (20-23)	142,5
SR (24-39)	157,5
M1 (40-44)	150
M2 (45-49)	142,5
M3 (50-54)	135
M4 (55-59)	127,5
M5 (60-64)	120
M6 (65-69)	107,5
M7 (70-74)	97,5
M8 (75-79)	87,5
M9 (80-84)	80
M10(85-90)	72,5

### MEN'S + 145 KG

T1 (14-15)	105
T2 (16-17)	120
T3 (18-19)	132,5
JR (20-23)	147,5
SR (24-39)	Hamers René NED (17/03/2018) 185
M1 (40-44)	Hamers René NED (17/03/2018) 185
M2 (45-49)	Hamers René NED (17/03/2018) 185
M3 (50-54)	140
M4 (55-59)	132,5
M5 (60-64)	125
M6 (65-69)	117,5
M7 (70-74)	100
M8 (75-79)	90
M9 (80-84)	82,5
M10(85-90)	75