

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 44 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	40	25	40	112,5
T2 (16-17)	45	25	47,5	122,5
T3 (18-19)	50	27,5	52,5	135
JR (20-23)	55	30	57,5	150
SR (24-39)	60	32,5	65	165
M1 (40-44)	57,5	27,5	72,5	157,5
M2 (45-49)	55	25	70	150
M3 (50-54)	52,5	25	67,5	142,5
M4 (55-59)	50	25	65	137,5
M5 (60-64)	47,5	25	62,5	132,5
M6 (65-69)	42,5	25	60	122,5
M7 (70-74)	37,5	25	55	112,5
M8 (75-79)	35	25	45	105
M9 (80-84)	32,5	25	42,5	100
M10 (85-90)	30	25	35	90

WOMENS - 47,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	42,5	25	52,5	120
T2 (16-17)	47,5	27,5	57,5	132,5
T3 (18-19)	52,5	30	62,5	145
JR (20-23)	57,5	32,5	70	160
SR (24-39)	65	35	77,5	177,5
M1 (40-44)	62,5	32,5	72,5	167,5
M2 (45-49)	60	30	70	160
M3 (50-54)	57,5	27,5	67,5	152,5
M4 (55-59)	55	25	65	145
M5 (60-64)	50	25	62,5	137,5
M6 (65-69)	47,5	25	57,5	130
M7 (70-74)	40	25	52,5	117,5
M8 (75-79)	37,5	25	50	112,5
M9 (80-84)	35	25	45	105
M10 (85-90)	32,5	25	37,5	95

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS -50,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	45	27,5	55	127,5
T2 (16-17)	50	30	60	140
T3 (18-19)	55	32,5	67,5	155
JR (20-23)	60	35	75	170
SR (24-39)	67,5	40	82,5	190
M1 (40-44)	65	35	80	180
M2 (45-49)	62,5	32,5	75	170
M3 (50-54)	60	30	72,5	162,5
M4 (55-59)	57,5	27,5	67,5	152,5
M5 (60-64)	55	27,5	65	147,5
M6 (65-69)	50	27,5	62,5	140
M7 (70-74)	45	27,5	60	132,5
M8 (75-79)	40	25	55	120
M9 (80-84)	37,5	25	47,5	110
M10 (85-90)	35	25	40	100

WOMENS - 53 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	47,5	27,5	57,5	132,5
T2 (16-17)	52,5	32,5	62,2	147,5
T3 (18-19)	57,5	35	70	162,5
JR (20-23)	62,5	37,5	77,5	177,5
SR (24-39)	70	42,5	87,5	200
M1 (40-44)	67,5	37,5	85	190
M2 (45-49)	65	35	77,5	177,5
M3 (50-54)	62	32,5	75	170
M4 (55-59)	60	30	70	160
M5 (60-64)	57,5	30	67,5	155
M6 (65-69)	55	27,5	65	147,5
M7 (70-74)	47,5	27,5	62,5	137,5
M8 (75-79)	42,5	25	57,5	125
M9 (80-84)	40	25	50	115
M10 (85-90)	37,5	25	42,5	105

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 55,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	50	30	60	140
T2 (16-17)	55	35	65	155
T3 (18-19)	60	37,5	75	172,5
JR (20-23)	67,5	40	85	192,5
SR (24-39)	75	45	95	215
M1 (40-44)	72,5	42,5	90	205
M2 (45-49)	70	40	85	195
M3 (50-54)	67,5	37,5	80	185
M4 (55-59)	65	35	75	175
M5 (60-64)	62,5	32,5	72,5	167,5
M6 (65-69)	60	30	70	160
M7 (70-74)	50	27,5	65	142,5
M8 (75-79)	45	25	62,5	132,5
M9 (80-84)	42,5	25	55	122,5
M10 (85-90)	40	25	45	110

WOMENS - 58,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	52,5	32,5	65	50
T2 (16-17)	57,5	37,5	72,5	167,5
T3 (18-19)	65	40	80	185
JR (20-23)	72,5	42,5	90	205
SR (24-39)	80	47,5	100	227,5
M1 (40-44)	75	45	95	215
M2 (45-49)	72,5	42,5	90	205
M3 (50-54)	70	40	85	195
M4 (55-59)	67,5	37,5	77,5	182,5
M5 (60-64)	65	35	75	175
M6 (65-69)	62,5	32,5	72,5	167,5
M7 (70-74)	52,5	30	67,5	150
M8 (75-79)	47,5	27,5	65	140
M9 (80-84)	45	25	60	130
M10 (85-90)	42,5	25	47,5	115

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 63 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	55	32,5	67,5	155
T2 (16-17)	60	37,5	75	172,5
T3 (18-19)	67,5	40	85	192,5
JR (20-23)	77,5	45	92,5	215
SR (24-39)	85	50	105	240
M1 (40-44)	80	47,5	100	227,5
M2 (45-49)	75	45	95	215
M3 (50-54)	72,5	42,5	90	205
M4 (55-59)	70	40	85	195
M5 (60-64)	67,5	37,5	80	185
M6 (65-69)	65	35	75	175
M7 (70-74)	55	32,5	70	157,5
M8 (75-79)	50	30	67,5	155
M9 (80-84)	47,5	27,5	62,5	137,5
M10 (85-90)	45	25	50	120

WOMENS - 70 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL	
T1 (14-15)	60	35	75	170	
T2 (16-17)	67,5	40	80	187,5	
T3 (18-19)	72,5	42,5	92,5	207,5	
JR (20-23)	80	47,5	102,5	230	
SR (24-39)	90	52,5	112,5	255	
M1 (40-44)	85	50	Van De Wijngaard Isabel NED (12/10/201	110	242,5
M2 (45-49)	80	47,5	102,5	230	
M3 (50-54)	75	45	97,5	217,5	
M4 (55-59)	72,5	42,5	90	205	
M5 (60-64)	70	40	87,5	197,5	
M6 (65-69)	67,5	37,5	80	185	
M7 (70-74)	57,5	35	72,5	165	
M8 (75-79)	52,5	32,5	70	155	
M9 (80-84)	50	30	65	145	
M10 (85-90)	47	27,5	52,5	127,5	

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 80 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	65	37,5	80	182,5
T2 (16-17)	72,5	42,5	87,5	202,5
T3 (18-19)	80	47,5	97,5	225
JR (20-23)	90	52,5	107,5	250
SR (24-39)	100	57,5	120	277,5
M1 (40-44)	95	55	115	265
M2 (45-49)	90	52,5	110	252,5
M3 (50-54)	85	50	105	240
M4 (55-59)	77,5	47,5	100	225
M5 (60-64)	75	45	92,5	212,5
M6 (65-69)	72,5	40	85	197,5
M7 (70-74)	60	37,5	77,5	175
M8 (75-79)	55	35	75	165
M9 (80-84)	52,5	32,5	70	155
M10 (85-90)	50	27,5	52,5	130

WOMENS - 90 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	72,5	40	87,5	200
T2 (16-17)	80	45	97,5	222,5
T3 (18-19)	87,5	50	107,5	245
JR (20-23)	97,5	55	120	272,5
SR (24-39)	107,5	60	132,5	300
M1 (40-44)	102,5	57,5	125	285
M2 (45-49)	97,5	55	120	272,5
M3 (50-54)	92,5	52,5	115	260
M4 (55-59)	85	50	107,5	242,5
M5 (60-64)	82,5	47,5	100	230
M6 (65-69)	75	42,5	95	212,5
M7 (70-74)	67,5	40	85	192,5
M8 (75-79)	60	37,5	80	177,5
M9 (80-84)	55	35	75	165
M10 (85-90)	52,5	27,5	55	135

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS + 90 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	77,5		45	92,5
T2 (16-17)	85		50	102,5
T3 (18-19)	95		55	112,5
JR (20-23)	105		60	125
SR (24-39)	117,5		67,5	140
M1 (40-44)	112,5		65	132,5
M2 (45-49)	107,5		62,5	125
M3 (50-54)	102,5		60	120
M4 (55-59)	95		57,5	112,5
M5 (60-64)	87,5		52,5	105
M6 (65-69)	82,5		50	100
M7 (70-74)	75		45	90
M8 (75-79)	67,5		40	85
M9 (80-84)	60		37,5	80
M10 (85-90)	55		30	55

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 52 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	75		55	82,5
T2 (16-17)	82,5		60	92,5
T3 (18-19)	92,5		67,5	102,5
JR (20-23)	102,5		75	112,5
SR (24-39)	112,5		82,5	125
M1 (40-44)	107,5		77,5	120
M2 (45-49)	102,5		72,5	115
M3 (50-54)	97,5		70	110
M4 (55-59)	92,5		67,5	105
M5 (60-64)	87,5		65	100
M6 (65-69)	85		60	92,5
M7 (70-74)	72,5		52,5	80
M8 (75-79)	65		47,5	72,5
M9 (80-84)	57,5		42,5	65
M10 (85-90)	52,5		37,5	57,5

MEN - 56 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	82,5		57,5	90
T2 (16-17)	90		65	100
T3 (18-19)	100		72,5	110
JR (20-23)	110		80	122,5
SR (24-39)	122,5		90	135
M1 (40-44)	117,5		85	127,5
M2 (45-49)	112,5		80	120
M3 (50-54)	107,5		75	115
M4 (55-59)	102,5		72,5	110
M5 (60-64)	97,5		70	105
M6 (65-69)	92,5		65	97,5
M7 (70-74)	80		57,5	85
M8 (75-79)	72,5		52,5	77,5
M9 (80-84)	65		47,5	70
M10 (85-90)	57,5		42,5	62,5

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 60 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	87,5	65	95	247,5
T2 (16-17)	97,5	72,5	105	275
T3 (18-19)	107,5	80	117,5	305
JR (20-23)	120	90	130	340
SR (24-39)	132,5	100	145	377,5
M1 (40-44)	125	95	137,5	357,5
M2 (45-49)	120	90	130	340
M3 (50-54)	115	85	122,5	322,5
M4 (55-59)	110	80	117,5	307,5
M5 (60-64)	105	75	112,5	292,5
M6 (65-69)	100	70	107,5	277,5
M7 (70-74)	85	60	92,5	237,5
M8 (75-79)	77,5	55	82,5	215
M9 (80-84)	70	50	75	195
M10 (85-90)	62,5	45	65	175

MEN - 67,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	97,5	70	107,5	275
T2 (16-17)	107,5	82,5	120	310
T3 (18-19)	120	92,5	132,5	345
JR (20-23)	132,5	102,5	147,5	382,5
SR (24-39)	147,5	112,5	165	425
M1 (40-44)	140	107,5	157,5	405
M2 (45-49)	132,5	102,5	150	385
M3 (50-54)	125	97,5	142,5	365
M4 (55-59)	120	92,5	135	347,5
M5 (60-64)	115	87,5	127,5	330
M6 (65-69)	107,5	80	120	307,5
M7 (70-74)	92,5	72,5	102,5	267,5
M8 (75-79)	82,5	65	92,5	240
M9 (80-84)	75	57,5	82,5	215
M10 (85-90)	67,5	52,5	75	195

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 75 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	107,5	80	120	307,5
T2 (16-17)	120	87,5	132,5	340
T3 (18-19)	132,5	97,5	147,5	377,5
JR (20-23)	147,5	107,5	162,5	417,5
SR (24-39)	162,5	120	180	462,5
M1 (40-44)	155	115	170	440
M2 (45-49)	147,5	110	162,5	420
M3 (50-54)	140	105	155	400
M4 (55-59)	132,5	100	147,5	380
M5 (60-64)	125	95	140	360
M6 (65-69)	120	87,5	130	337,5
M7 (70-74)	102,5	77,5	112,5	292,5
M8 (75-79)	92,5	70	102,5	265
M9 (80-84)	82,5	62,5	92,5	237,5
M10 (85-90)	75	57,5	82,5	215

MEN - 82,5 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	115	82,5	125	322,5
T2 (16-17)	Van Dorsten Kevin NED (12/10/2019) 150	Van Dorsten Kevin NED (12/10/2019) 95	Van Dorsten Kevin NED (12/10/2019) 157,5	Van Dorsten Kevin NED (12/10/2019) 395
T3 (18-19)	142,5	102,5	155	400
JR (20-23)	157,5	115	172,5	445
SR (24-39)	175	127,5	192,5	495
M1 (40-44)	167,5	120	182,5	470
M2 (45-49)	160	115	172,5	447,5
M3 (50-54)	152,5	110	165	427,5
M4 (55-59)	145	105	157,5	407,5
M5 (60-64)	137,5	100	150	387,5
M6 (65-69)	127,5	92,5	140	360
M7 (70-74)	112,5	80	122,5	315
M8 (75-79)	102,5	72,5	110	285
M9 (80-84)	92,5	65	100	257,5
M10 (85-90)	82,5	60	90	232,5

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 90 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL
T1 (14-15)		122,5		90		135	347,5
T2 (16-17)		135		100		150	385
T3 (18-19)		150		110		167,5	427,5
JR (20-23)		167,5		122,5		185	475
SR (24-39)		185		135		205	525
M1 (40-44)		175		127,5		195	497,5
M2 (45-49)		167,5		120		185	472,5
M3 (50-54)		160		115		175	450
M4 (55-59)		152,5	Abend Uwe NED (12/10/2019)	120	Abend Uwe NED (12/10/2019)	168	430
M5 (60-64)		140		105		160	410
M6 (65-69)		130		95		145	370
M7 (70-74)		117,5		85		130	332,5
M8 (75-79)		105		77,5		117,5	300
M9 (80-84)		95		70		105	270
M10 (85-90)		85		62,5		95	242,5

MEN - 100 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL
T1 (14-15)		125		92,5		142,5	360
T2 (16-17)		140		102,5		157,5	400
T3 (18-19)		155		112,5		172,5	440
JR (20-23)		172,5		125		192,5	490
SR (24-39)		192,5		140		217,5	550
M1 (40-44)		182,5		132,5		207,5	522,5
M2 (45-49)		175		125		197,5	497,5
M3 (50-54)		165		120		187,5	472,5
M4 (55-59)		157,5		115		177,5	450
M5 (60-64)		150		110		167,5	427,5
M6 (65-69)		135		100		150	385
M7 (70-74)		122,5		90		135	345
M8 (75-79)		110		80		122,5	312,5
M9 (80-84)		100		72,5		110	282,5
M10 (85-90)		90		65		100	255

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 110 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	132,5	92,5	147,5	377,5
T2 (16-17)	147,5	102,5	165	420
T3 (18-19)	162,5	115	182,5	460
JR (20-23)	180	127,5	202,5	510
SR (24-39)	200	142,5	225	567,5
M1 (40-44)	190	135	215	540
M2 (45-49)	180	127,5	205	512,5
M3 (50-54)	170	120	197,5	492,5
M4 (55-59)	162,5	117,5	182,5	462,5
M5 (60-64)	155	112,5	172,5	440
M6 (65-69)	140	102,5	155	397,5
M7 (70-74)	125	90	140	355
M8 (75-79)	112,5	82,5	125	320
M9 (80-84)	102,5	75	112,5	290
M10 (85-90)	92,5	65	102,5	262,5

MEN - 125 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	137,5	100	152,5	390
T2 (16-17)	152,5	110	170	432,5
T3 (18-19)	170	122,5	190	482,5
JR (20-23)	187,5	135	210	532,5
SR (24-39)	207,5	150	232,5	590
M1 (40-44)	197,5	142,5	220	560
M2 (45-49)	187,5	135	210	532,5
M3 (50-54)	177,5	127,5	200	505
M4 (55-59)	167,5	120	190	477,5
M5 (60-64)	160	115	180	455
M6 (65-69)	145	105	162,5	412,5
M7 (70-74)	130	92,5	147,5	370
M8 (75-79)	117,5	85	132,5	335
M9 (80-84)	105	77,5	120	302,5
M10 (85-90)	95	67,5	107,5	272,5

POWERLIFTING UNEQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 145 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	142,5	102,5	155	400
T2 (16-17)	157,5	115	172,5	445
T3 (18-19)	175	127,5	192,5	495
JR (20-23)	195	142,5	215	552,5
SR (24-39)	217,5	157,5	240	615
M1 (40-44)	207,5	150	227,5	585
M2 (45-49)	200	142,5	217,5	560
M3 (50-54)	187,5	135	205	527,5
M4 (55-59)	177,5	127,5	195	500
M5 (60-64)	167,5	120	185	472,5
M6 (65-69)	150	107,5	167,5	425
M7 (70-74)	135	97,5	150	382,5
M8 (75-79)	122,5	87,5	135	345
M9 (80-84)	110	80	122,5	312,5
M10 (85-90)	100	72,5	110	282,5

MEN + 145 KG

	SQUAT	BENCH	DEADLIFT	TOTAL
T1 (14-15)	147,5	105	165	417,5
T2 (16-17)	165	120	182,5	467,5
T3 (18-19)	180	132,5	200	512,5
JR (20-23)	202,5	147,5	225	575
SR (24-39)	225	157,5	250	637,5
M1 (40-44)	215	155	237,5	607,5
M2 (45-49)	205	147,5	225	577,5
M3 (50-54)	195	140	215	550
M4 (55-59)	185	132,5	205	522,5
M5 (60-64)	175	125	195	495
M6 (65-69)	157,5	117,5	175	450
M7 (70-74)	142,5	100	157,5	400
M8 (75-79)	127,5	90	142,5	360
M9 (80-84)	115	82,5	127,5	325
M10 (85-90)	105	75	115	295