

Ergebnisse der Landesmeisterschaft im Kraftdreikampf am 13.05.06 in Duisburg

Frauen

-56,0 kg

1. Krömer, Susanne KSV Fitnesskreis 75,0 45,0 100,0 Gesamt 220,0 kg

Jugend

-67,5 kg

1. Milinewskij Rodeon VFB Hüls 105,0 70,0 135,0 Gesamt 310,0 kg

2. Regett, Dominic VFB Hüls 70,0 50,0 97,5 Gesamt 217,5 kg

-75,0 kg

1. Mertz, Willi KSV Lippe 120,0 120,0 160,0 Gesamt 400,0 kg

2. Weinrich, Viktor SV Westerholt 125,0 112,5 150,0 Gesamt 387,5 kg

-82,5 kg

1. Wacker, Viktor VFB Hüls 95,0 100,0 165,0 Gesamt 360,0 kg

Junioren

-60,0 kg

1. Moser, Wladislaw KSV Lippe 110,0 85,0 140,0 Gesamt 335,0 kg

-67,5 kg

1. Cerepanow, Max AC Siegen 190,0 107,5 200,0 Gesamt 497,5 kg

2. Mergner, Maximilian AC Siegen 165,0 110,0 185,0 Gesamt 460,0 kg

3. Wagner, Waldemar KSV Lippe 145,0 100,0 180,0 Gesamt 425,0 kg

4. Rosenke, Walter KSV Lippe 125,0 92,5 155,0 Gesamt 372,5 kg

-75,0 kg

1. Küçük, Ömer AC Siegen 200,0 122,5 220,0 Gesamt 542,5 kg

2. Harutyunyan, Vahan AC Siegen 170,0 115,0 215,0 Gesamt 500,0 kg

3. Mertz, Arthur KSV Lippe 185,0 125,0 190,0 Gesamt 500,0 kg

-82,5 kg

1. Magdew, Timo VFB Hüls 180,0 115,0 220,0 Gesamt 515,0 kg

2. Baakes, Sebastian PL Duisburg 162,5 105,0 177,5 Gesamt 445,0 kg

3. Vorwerk, Andreas KSV Lippe 145,0 105,0 165,0 Gesamt 415,0 kg

-90,0 kg

1. Harutyunyan, Vahram AC Siegen 210,0 150,0 225,0 Gesamt 585,0 kg

2. Lenzhölzer, Maik AC Siegen 180,0 175,0 215,0 Gesamt 570,0 kg

3. Sinagin, Vladimir KSV Lippe 190,0 155,0 210,0 Gesamt 555,0 kg

-100,0 kg

1. Hennig, Daniel AC Siegen 220,0 150,0 260,0 Gesamt 630,0 kg

-110,0 kg

1. Becker, Dimitri AS Siegen 250,0 190,0 280,0 Gesamt 720,0 kg

Masters 1

-75,0 kg

1. Ippers, Holger VFL Duisburg-Süd 100,0 125,0 150,0 Gesamt 375,0 kg

-100,0 kg						
1.	Freiberg, Waldemar	KSV Bochum	230,0	215,0	250,0	Gesamt 695,0 kg
2.	Verhoff, Martin	KSV Bochum	260,0	155,0	240,0	Gesamt 655,0 kg

-110,0 kg						
1.	Hermann, Andrej	KSV Lippe	255,0	225,0	260,0	Gesamt 740,0 kg
2.	Rieck, Thomas	AC Siegen	240,0	190,0	240,0	Gesamt 670,0 kg
3.	Rohmann, Steffen	Kölner AC	200,0	160,0	210,0	Gesamt 570,0 kg

-125,0 kg						
1.	Dörfert, Uwe	PL Duisburg	210,0	190,0	200,0	Gesamt 600,0 kg

+125,0 kg						
1.	Jäger, Michael	PL Duisburg	290,0	207,5	320,0	Gesamt 817,5 kg

Masters 2

-82,5 kg						
1.	Maier, Rudi	PL Duisburg	225,0	155,0	200,0	Gesamt 580,0 kg

-90,0 kg						
1.	Büngers, Hans-Peter	PL Duisburg	130,0	132,5	150,0	Gesamt 412,5 kg

-100,0 kg						
1.	Stickelmayer, Sigmar	AC Siegen	217,5	172,5	235,0	Gesamt 625,0 kg

-110,0 kg						
1.	Kapplinghaus, Stefan	PL Duisburg	175,0	132,5	220,0	Gesamt 527,5 kg

Masters 3

-90,0 kg						
-	Handelmann, Rolf	PL Duisburg	172,5	-	225,0	Gesamt --

+125,0 kg						
1.	Arning, Peter	VFB Hüls	180,0	117,5	200,0	Gesamt 497,5 kg

Senioren (ehem. Aktive)

-67,5 kg						
1.	Budyak, Ivan	AC Siegen	185,0	110,0	185,0	Gesamt 480,0 kg

-75,0 kg						
1.	Tepper, Eduard	KSV Lippe	210,0	185,0	225,0	Gesamt 620,0 kg
2.	Kampen, Peter	KSV Lippe	195,0	115,0	200,0	Gesamt 510,0 kg
3.	Heinrich, Heiko	AC Siegen	180,0	127,5	195,0	Gesamt 502,5 kg
-	Koassidis, Grigorios	KSV Fitnesskreis	160,0	-	-	Gesamt --

-82,5 kg						
1.	Gabriel, Frank	KSV Fitnesskreis	225,0	147,5	200,0	Gesamt 572,5 kg
2.	Würthen, Mario	AC Siegen	200,0	130,0	240,0	Gesamt 570,0 kg
3.	Holterhoff, Guido	KSV Fitnesskreis	170,0	122,5	195,0	Gesamt 487,5 kg

-90,0 kg

1.	Jablonovski, Ignatij	SV Westerholt	280,0	212,5	280,0	Gesamt 772,5 kg
2.	Smolczyk, Jan	PL Duisburg	232,5	185,0	255,0	Gesamt 672,5 kg
3.	Hillebrand, Peter	KSV Bochum	250,0	170,0	250,0	Gesamt 670,0 kg
4.	Müller, Holger	AC Siegen	215,0	140,0	240,0	Gesamt 595,0 kg
5.	Avganstinios, Christos	AC Bochum	177,5	127,5	170,0	Gesamt 475,0 kg

-100,0 kg

1.	Metzker, Vitalij	AC Siegen	280,0	202,5	290,0	Gesamt 772,5 kg
2.	Bergau, Alexander	KSV Bochum	235,0	160,0	245,0	Gesamt 640,0 kg
3.	Maastbraker, Nico	PL Duisburg	220,0	180,0	225,0	Gesamt 625,0 kg
4.	Tampako, Chrysoval.	Kölner AC	180,0	160,0	170,0	Gesamt 510,0 kg

-110,0 kg

1.	Harand, Marc	AC Siegen	220,0	162,5	250,0	Gesamt 632,5 kg
----	--------------	-----------	-------	-------	-------	-----------------

-125,0 kg

1.	Yakovlev, Anton	SV Westerholt	300,0	215,0	300,0	Gesamt 815,0 kg
2.	Heinzen, Marcus	KSV Bochum	310,0	200,0	290,0	Gesamt 800,0 kg

+125,0 kg

1.	Rekittke, Jürgen	PL Duisburg	245,0	260,0	225,0	Gesamt 730,0 kg
----	------------------	-------------	-------	-------	-------	-----------------

Landesmeisterschaft im Kraftdreikampf in NRW

Traditionsgemäß richtete Powerlifting Duisburg die Landesmeisterschaften im KDK aus. Trotz 64 Meldungen entschloss man sich die Veranstaltung an einem Tag durch zu führen, um den weiter entfernten Vereinen eine zweimalige An- und Abfahrt zu ersparen. Sehr erfreulich waren die Meldungszahlen im Jugend- und Juniorenbereich. Vor drei Jahren waren nur 6 Teilnehmer gemeldet, in diesem Jahr waren 26 gemeldet und 21 traten an. Leider war bei der Landesmeisterschaft nur eine Frau an der Hantel, Susanne Krömer vom KSV Fitnesskreis. Bei der Jugend waren die Leistungen von Willi Mertz vom VFB Hüls und Viktor Weirich vom SV Westerholt in der 75,0 kg Klasse sehenswert. Die Junioren zeigten ein hohes Leistungsniveau. So hätten Max Cerepanow in der Klasse bis 67,5 kg vom AC Siegen mit 497,5 kg locker die Aktivenklasse gewonnen. Ömer Kücük vom gleichen Verein hätte in der 75,0 kg Klasse mit 542,5 kg den zweiten Platz geholt und Dimitri Becker, auch dieser vom AC Siegen, glänzte mit 250,0 kg in der Beuge, 190,0 kg auf der Bank und 280,0 kg im Kreuzheben, mit 720,0 kg hätte er die Aktivenklasse um 87,5 kg geschlagen. Bei den Masters 1 trat der Bankdrücke Waldemar Freiberg zum erstenmal im Dreikampf an, mit 695,0 kg zeigte er in der 100,0 kg Klasse eine gute Leistung. In der Klasse bis 110,0 kg dominierte der Deutsche Vizemeister Andrej Hermann vom KSV Lippe/Bad Salzuflen mit 740,0 kg. Michael Jäger trat in der Klasse über 125,0 kg an, mit Trainingsrückstand durch eine Knieverletzung kam er auf „nur“ 817,5 kg und mit 320,0 kg schaffte er die höchste Tageslast im Kreuzheben. Auch diese wurde in der Aktivenklasse nicht erreicht. In der Masters 2 traten nur 4 Teilnehmer an, in der Rudi Mayer in der 82,5 kg Klasse mit 580,0 kg glänzte. Bei den Aktiven gewann Eduard Tepper vom KSV Lippe/Bad Salzuflen in der 75,0 kg Klasse auf 620,0 kg, unter seinen Möglichkeiten, da er von morgens bis abends seine Leute betreut hat was doch viel Kraft kostete. In der 82,5 kg Klasse kämpften Frank Gabriel und Mario Würthen um den 1. Platz, der dann mit 2,5 kg Vorsprung an Frank Gabriel vom KSV Fitnesskreis ging. In der 90,0 kg gewann in einer Superform Ignatij Jablonovski vom SV Westerholt mit 280,0 kg in der Beuge, 212,5 kg auf der Bank und 280,0 kg im Kreuzheben. Mit 100,0 kg weniger ging der 2. Platz an Jan Smolczyk von Powerlifting Duisburg und dritter wurde Peter Hillebrand der als Master aus zeitlichen Gründen in der Seniorenklasse antrat mit 670,0 kg. Mit 772,5 kg gewann Vitalij Metzker die 100,0 kg Klasse. Spannend wurde es in der Klasse –125,0 kg, beide Heber waren in Top-Form, durchsetzen konnte sich Anton Yakovlev vom SV Westerholt mit 815,0 kg gegen Marcus Heinzen vom KSV Bochum mit 800,0 kg. Da alle Helfer, Kampfrichter mithalfen konnte der Wettkampf nach der letzten Siegerehrung um 23.00 Uhr beendet werden. Der Wanderpokal, der vom Sportwart für die beste Vereinsmannschaft gestiftet wurde bei der die besten 10 Heber nach Plazierungspunkten gewertet werden, ging mit 117 Punkten an den AC Siegen vor KSV Lippe/Bad Salzuflen mit 104 Punkten und dem Gastgeber mit 98 Punkten.

Günter Runniger
Sportwart KDK