

Ort: **Herten** Art der Veranstaltung

Datum: **01.12.2012**

Veranstalter: **SV Westerholt**

Ruhrpokal 2012

powerlifting-projekt Formelzug 1.0

Name	Vorname	Verein	w oder m	Körper Gewicht	Geb. Datum	Wilks w Punkte	Wilks m Punkte	Bankdrücken			max	Rel-Punkte	Bemerkungen Platz
								1.	2. Versuch	3.			
Gruppe 1 (mit AK II und Aktive)			m										
AK II bis 120 kg													
Jungmann	Frank	SV Westerholt	m	116,90		-	0,5786	-190,0	195,0	verz	195,0	112,83	1
Jun. bis 74 kg													
Helmel	Sergej	SV Westerholt	m	67,05		-	0,7747	110,0	117,5	125,0	125,0	96,84	1
Aktive bis 83 kg													
Boiar	Thomas	KSO Silberrücken	m	81,65		-	0,6739	150,0	-155,0	155,0	155,0	104,45	1
bis 93 kg													
Osthoff	Markus	SV Westerholt	m	85,15		-	0,6575	110,0	115,0	117,5	117,5	77,26	2
Lorenz	Nikolai	SV Westerholt	m	84,70		-	0,6597	140,0	155,0	162,5	162,5	107,20	1
über 120 kg													
Elzer	Anton	SV Westerholt	m	121,00		-	0,5738	-200,0	200,0	210,0	210,0	120,50	1

Protokollführer:

Hauptkampfrichter:

Seitenkampfrichter:

Seitenkampfrichter:

Ort: **Herten** Art der Veranstaltung
 Datum: **01.12.2012**
 Veranstalter: **SV Westerholt**

Ruhrpokal 2012

powerlifting-projekt-Ruhrpokal 1.0

Name	Vorname	Verein	w oder m	Körper Gewicht	Geb. Datum	Wilks w Punkte	Wilks m Punkte	1.	2.	3.	max	Rel-Punkte	Bemerkungen Platz
								Bankdrücken					
								Versuch					
Gruppe 2 (ohne) Jgd. + Jun.													
Jgd. bis 52 kg													
Zieher	Laura	KSO Silberrücken	w	49,00		1,3043	-	25,0	27,5	-30,0	27,5	35,87	1
bis 72 kg													
Rotsch	Vivienne	KSO Silberrücken	w	63,45		1,0676	-	25,0	27,5	30,0	30,0	32,03	1
Jgd. bis 66 kg													
Bonnemann	Mirco	KSO Silberrücken	m	65,25		-	0,7922	85,0	87,5	90,0	90,0	71,30	1
bis 83 kg													
Vetter	Marc	KSO Silberrücken	m	77,25		-	0,6981	130,0	135,0	140,0	140,0	97,73	1
bis 120 kg													
Rauschnig	Florian	KSO Silberrücken	m	110,25		-	0,5880	60,0	70,0	80,0	80,0	47,04	2
Plata	Leonard	KSV Fitnesskreis Witten	m	110,00		-	0,5885	90,0	95,0	-100,0	95,0	55,91	1
über 120 kg													
Abedalla	Marcel	KSO Silberrücken	m	131,20		-	0,5647	100,0	120,0	-135,0	120,0	67,76	2
Szopinski	Keno	Powerliftg. Duisb.	m	152,50		-	0,5520	150,0	160,0	165,0	165,0	91,08	1
Jun. Bis 74 kg													
Lisberg	Marcel	KSV Fitnesskreis Witten	m	69,60		-	0,7527	80,0	85,0	-90,0	85,0	63,98	2
Otte	Philipp	SV Westerholt	m	72,70		-	0,7285	110,0	-115,0	-115,0	110,0	80,14	1
bis 93 kg													
Buchheit	Markus	KSO Silberrücken	m	91,10		-	0,6345	120,0	130,0	137,5	137,5	87,24	2
Blum	Dominik	KSV Fitnesskreis Witten	m	92,85		-	0,6285	130,0	137,5	142,5	142,5	89,56	1
Kuhne	Tim	SV Westerholt	m	89,75		-	0,6391	115,0	122,5	125,0	125,0	79,89	3
bis 105 kg													
Ritzrow	Lukas	KSO Silberrücken	m	94,35		-	0,6238	-182,5	182,5	-185,0	182,5	113,84	1

Protokollführer: _____ Hauptkampfrichter: _____ Seitenkampfrichter: _____ Seitenkampfrichter: _____