

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 44 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		45		27,5		52,5		125
T2 (16-17)		50		30		57,5		137,5
T3 (18-19)		55		32,5		65		152,5
JR (20-23)		60		35		72,5		167,5
SR (24-39)		67,5		40		80		187,5
M1 (40-44)		65		37,5		75		177,5
M2 (45-49)		62,5		35		72,5		170
M3 (50-54)		60		32,5		70		162,5
M4 (55-59)		57,5		30		67,5		155
M5 (60-64)		55		27,5		65		147,5
M6 (65-69)		50		25		57,5		132,5
M7 (70-74)		45		25		52,5		122,5
M8 (75-79)		40		25		47,5		112,5
M9 (80-84)		35		25		42,5		102,5
M10 (85-90)		32,5		25		37,5		95

WOMENS - 47,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		47,5		30		57,5		145
T2 (16-17)		52,5		32,5		62,5		177,5
T3 (18-19)		57,5		35		70		162,5
JR (20-23)		65		37,5		77,5		180
SR (24-39)		72,5		42,5		85		202,5
M1 (40-44)		70		40		80		190
M2 (45-49)		67,5		37,5		75		180
M3 (50-54)		65		35		72,5		172,5
M4 (55-59)		62,5		32,5		70		165
M5 (60-64)		60		30		67,5		157,5
M6 (65-69)		55		27,5		60		142,5
M7 (70-74)		50		27,5		55		132,5
M8 (75-79)		45		27,5		50		122,5
M9 (80-84)		37,5		27,5		45		110
M10 (85-90)		35		25		40		100

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS -50,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		52,5		32,5		60		145
T2 (16-17)		57,5		35		65		157,5
T3 (18-19)		62,5		37,5		72,5		172,5
JR (20-23)		70		40		80		190
SR (24-39)		77,5		45		90		212,5
M1 (40-44)		72,5		42,5		85		200
M2 (45-49)		70		40		80		190
M3 (50-54)		67,5		37,5		75		180
M4 (55-59)		65		35		72,5		172,5
M5 (60-64)		62,5		32,5		70		165
M6 (65-69)		57,5		30		62,5		150
M7 (70-74)		52,5		30		57,5		140
M8 (75-79)		47,5		30		52,5		130
M9 (80-84)		40		30		47,5		117,5
M10 (85-90)		37,5		25		42,5		105

WOMENS - 53 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		55		35		62,5		152,5
T2 (16-17)		60		37,5		67,5		165
T3 (18-19)		65		40		75		180
JR (20-23)		72,5		42,5		82,5		197,5
SR (24-39)		80		47,5		92,5		220
M1 (40-44)		75		45		87,5		207,5
M2 (45-49)		72,5		42,5		82,5		197,5
M3 (50-54)		70		40		77,5		187,5
M4 (55-59)		67,5		37,5		75		180
M5 (60-64)		65		35		72,5		172,5
M6 (65-69)		60		32,5		65		157,5
M7 (70-74)		55		32,5		60		147,5
M8 (75-79)		50		32,5		55		137,5
M9 (80-84)		42,5		32,5		50		135
M10 (85-90)		37,5		25		45		107,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 55,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		57,5		37,5		65		160
T2 (16-17)		62,5		40		72,5		175
T3 (18-19)		70		42,5		80		192,5
JR (20-23)		77,5		45		87,5		210
SR (24-39)		85		50		97,5		232,5
M1 (40-44)		80		47,5		92,5		220
M2 (45-49)		75		45		87,5		2075
M3 (50-54)		72,5		42,5		82,5		197,5
M4 (55-59)		70		40		77,5		187,5
M5 (60-64)		67,5		37,5		75		180
M6 (65-69)		62,5		35		67,5		165
M7 (70-74)		57,5		35		62,5		155
M8 (75-79)		52,5		35		57,5		145
M9 (80-84)		45		35		52,5		132,5
M10 (85-90)		40		27,5		47,5		115

WOMENS - 58,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		60		40		67,5		167,5
T2 (16-17)		65		42,5		75		182,5
T3 (18-19)		72,5		45		82,5		200
JR (20-23)		80		47,5		92,5		220
SR (24-39)		90		52,5		102,5		245
M1 (40-44)		85		50		97,5		232,5
M2 (45-49)		80		47,5		92,5		220
M3 (50-54)		75		45		87,5		207,5
M4 (55-59)		72,5		42,5		82,5		197,5
M5 (60-64)		70		40		77,5		187,5
M6 (65-69)		65		37,5		70		172,5
M7 (70-74)		60		37,5		65		162,5
M8 (75-79)		55		37,5		60		152,5
M9 (80-84)		47,5		37,5		55		140
M10 (85-90)		42,5		27,5		50		120

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 63 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		62,5		42,5		72,5		177,5
T2 (16-17)		67,5		45		80		192,5
T3 (18-19)		75		47,5		90		212,5
JR (20-23)		82,5		52,5		100		235
SR (24-39)		92,5	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	60	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	130	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	282,5
M1 (40-44)		87,5		55		105		247,5
M2 (45-49)		82,5		52,5		100		235
M3 (50-54)		77,5		50		95		222,5
M4 (55-59)		75		47,5		90		212,5
M5 (60-64)		72,5		45		85		202,5
M6 (65-69)		67,5		40		77,5		185
M7 (70-74)		62,5		40		70		172,5
M8 (75-79)	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	92,5	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	60	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	130	Koolhaas Revers Ina NED (22/04/2023)	282,5
M9 (80-84)		50		40		57,5		147,5
M10 (85-90)		42,5		27,5		52,5		122,5

WOMENS - 70 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		67,5		45		80		192,5
T2 (16-17)		75		47,5		85		207,5
T3 (18-19)		82,5		52,5		97,5		232,5
JR (20-23)		92,5		57,5		107,5		257,5
SR (24-39)		102,5		62,5		120		285
M1 (40-44)		97,5		60		115		272,5
M2 (45-49)		92,5		57,5		110		260
M3 (50-54)		87,5		55		105		247,5
M4 (55-59)		82,5		52,5		100		235
M5 (60-64)		77,5		50		95		222,5
M6 (65-69)		70		45		85		200
M7 (70-74)		65		42,5		77,5		185
M8 (75-79)		60		42,5		70		172,5
M9 (80-84)		52,5		40		62,5		155
M10 (85-90)		47,5		30		57,5		135

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS - 80 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		75		47,5		85		207,5
T2 (16-17)		82,5		52,5		95		230
T3 (18-19)		92,5		57,5		105		255
JR (20-23)		102,5		62,5		117,5		282,5
SR (24-39)		115		70		130		315
M1 (40-44)		110		67,5		125		300
M2 (45-49)		105		65		117,5		287,5
M3 (50-54)		100		62,5		112,5		275
M4 (55-59)		95		60		107,5		262,5
M5 (60-64)		90		57,5		102,5		250
M6 (65-69)		80		52,5		92,5		225
M7 (70-74)		72,5		47,5		82,5		202,5
M8 (75-79)		65		45		75		185
M9 (80-84)		57,5		42,5		67,5		167,5
M10 (85-90)		52,5		32,5		60		145

WOMENS - 90 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		80		50		92,5		222,5
T2 (16-17)		90		55		102,5		247,5
T3 (18-19)		100		60		115		275
JR (20-23)		110		67,5		127,5		305
SR (24-39)		122,5		75		142,5		340
M1 (40-44)		117,5		72,5		135		325
M2 (45-49)		112,5		70		127,5		310
M3 (50-54)		107,5		67,5		120		265
M4 (55-59)		102,5		65		115		282,5
M5 (60-64)		97,5		62,5		110		270
M6 (65-69)		87,5		57,5		100		245
M7 (70-74)		80		52,5		90		222,5
M8 (75-79)		72,5		50		80		202,5
M9 (80-84)		65		50		72,5		187,5
M10 (85-90)		57,5		35		65		157,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

WOMENS + 90 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		87,5		52,5		100		240
T2 (16-17)		97,5		57,5		110		265
T3 (18-19)		107,5		65		122,5		295
JR (20-23)		120		72,5		135		327,5
SR (24-39)		132,5		80		150		362,5
M1 (40-44)		125		75		142,5		342,5
M2 (45-49)		120		72,5	Sibilo Rita NED (22/04/2023)	142,5		327,5
M3 (50-54)		115		70		127,5		312,5
M4 (55-59)		110		67,5		120		297,5
M5 (60-64)		105		65		115		285
M6 (65-69)		95		60		102,5		257,5
M7 (70-74)		85		55		92,5		232,5
M8 (75-79)		77,5		52,5		82,5		212,5
M9 (80-84)		70		52,5		75		197,5
M10 (85-90)		62,5		37,5		67,5		167,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 52 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		82,5		57,5		87,5		227,5
T2 (16-17)		92,5		62,5		97,5		252,5
T3 (18-19)		102,5		70		107,5		280
JR (20-23)		112,5		77,5		120		310
SR (24-39)		125		85		132,5		342,5
M1 (40-44)		120		80		125		325
M2 (45-49)		115		75		120		310
M3 (50-54)		110		72,5		115		297,5
M4 (55-59)		105		70		110		285
M5 (60-64)		100		67,5		105		272,5
M6 (65-69)		90		60		95		245
M7 (70-74)		80		55		85		220
M8 (75-79)		72,5		50		77,5		200
M9 (80-84)		65		45		70		180
M10 (85-90)		57,5		40		62,5		160

MEN - 56 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		90		60		92,5		242,5
T2 (16-17)		100		67,5		102,5		270
T3 (18-19)		110		75		115		300
JR (20-23)		122,5		82,5		127,5		335
SR (24-39)		135		92,5		142,5		370
M1 (40-44)		127,5		87,5		135		350
M2 (45-49)		120		82,5		127,5		327,5
M3 (50-54)		115		77,5		120		312,5
M4 (55-59)		110		72,5		115		297,5
M5 (60-64)		105		70		110		285
M6 (65-69)		95		62,5		100		257,5
M7 (70-74)		85		57,5		90		232,5
M8 (75-79)		77,5		52,5		80		210
M9 (80-84)		70		47,5		72,5		190
M10 (85-90)		62,5		42,5		65		170

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 60 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		95		65		102,5		262,5
T2 (16-17)		105		72,5		112,5		290
T3 (18-19)		117,5		80		125		322,5
JR (20-23)		130		90		137,5		357,5
SR (24-39)		145		100		152,5		397,5
M1 (40-44)		137,5		95		145		377,5
M2 (45-49)		130		90		137,5		357,5
M3 (50-54)		122,5		85		130		337,5
M4 (55-59)		117,5		80		122,5		320
M5 (60-64)		112,5		75		117,5		305
M6 (65-69)		102,5		67,5		105		275
M7 (70-74)		92,5		60		95		247,5
M8 (75-79)		82,5		55		85		220
M9 (80-84)		75		50		77,5		202,5
M10 (85-90)		67,5		45		70		182,5

MEN - 67,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		107,5		75		112,5		295
T2 (16-17)		120		82,5		125		327,5
T3 (18-19)		132,5		92,5		140		365
JR (20-23)		147,5		102,5		155		405
SR (24-39)		162,5		112,5		172,5		447,5
M1 (40-44)		155		107,5		165		427,5
M2 (45-49)		147,5		102,5		157,5		407,5
M3 (50-54)		140		97,5		150		387,5
M4 (55-59)		132,5		92,5		142,5		367,5
M5 (60-64)		125		87,5		135		347,5
M6 (65-69)		112,5		80		122,5		315
M7 (70-74)		102,5		72,5		110		285
M8 (75-79)		92,5		65		100		242,5
M9 (80-84)		82,5		57,5		90		230
M10 (85-90)		75		52,5		80		207,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 75 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		117,5		80		125		322,5
T2 (16-17)		130		90		137,5		357,5
T3 (18-19)		145		100		152,5		397,5
JR (20-23)		160		110		170		440
SR (24-39)		177,5		122,5		187,5		487,5
M1 (40-44)		167,5		117,5		177,5		462,5
M2 (45-49)		160		112,5		167,5		440
M3 (50-54)		152,5		107,5		160		420
M4 (55-59)		145		102,5		152,5		400
M5 (60-64)		137,5		97,5		145		380
M6 (65-69)		125		87,5		130		342,5
M7 (70-74)		112,5		80		117,5		310
M8 (75-79)		102,5		72,5		105		280
M9 (80-84)		92,5		65		95		252,5
M10 (85-90)		82,5		57,5		85		225

MEN - 82,5 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		125		87,5		132,5		345
T2 (16-17)		137,5		97,5		147,5		382,5
T3 (18-19)		152,5		107,5		165		425
JR (20-23)		170		120		182,5		472,5
SR (24-39)		190		132,5	Hoppenbrouwers Coert NED (12/11/2022)	205		525
M1 (40-44)		180		125		192,5		497,5
M2 (45-49)		170		120		182,5		472,5
M3 (50-54)		162,5		115		172,5		450
M4 (55-59)		155		110		165		430
M5 (60-64)	Hoppenbrouwers Coert NED (8/10/2022)	170	Hoppenbrouwers Coert NED (12/11/2022)	112,5	Hoppenbrouwers Coert NED (12/11/2022)	205	Hoppenbrouwers Coert NED (12/11/2022)	487,5
M6 (65-69)		132,5		95		142,5		370
M7 (70-74)		120		85		127,5		332,5
M8 (75-79)		107,5		77,5		115		300
M9 (80-84)		97,5		70		102,5		270
M10 (85-90)		87,5		62,5		92,5		242,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 90 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		132,5		92,5		140		365
T2 (16-17)		147,5		102,5		155		405
T3 (18-19)		162,5		112,5		172,5		447,5
JR (20-23)		180		125		192,5		497,5
SR (24-39)		200		140		215		555
M1 (40-44)		190		132,5		205		527,5
M2 (45-49)		180		125		195		500
M3 (50-54)		170		120		185		475
M4 (55-59)	Knegt Nico NED (8/10/2022)	190		115	Knegt Nico NED (8/10/2022)	190	Knegt Nico NED (8/10/2022)	490
M5 (60-64)		155		110		167,5		432,5
M6 (65-69)		140		100		150		390
M7 (70-74)		125		90		135		350
M8 (75-79)		112,5		80		122,5		315
M9 (80-84)		102,5		72,5		110		285
M10 (85-90)		92,5		65		100		257,5

MEN - 100 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		140		97,5		147,5		385
T2 (16-17)		155		107,5		165		427,5
T3 (18-19)		172,5		120		182,5		475
JR (20-23)		192,5		132,5		202,5		527,5
SR (24-39)		212,5		147,5		225		585
M1 (40-44)		202,5		140		215		557,5
M2 (45-49)		192,5		132,5		205		530
M3 (50-54)		182,5		125		195		502,5
M4 (55-59)		172,5		120		185		477,5
M5 (60-64)		165		115		175		455
M6 (65-69)		147,5		102,5		157,5		407,5
M7 (70-74)		132,5		92,5		142,5		367,5
M8 (75-79)		120		82,5		127,5		330
M9 (80-84)		107,5		75		115		297,5
M10 (85-90)		97,5		67,5		102,5		267,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 110 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		142		102,5		152,5		397,5
T2 (16-17)		157,5		112,5		170		440
T3 (18-19)		175		125		190		490
JR (20-23)		195		137,5		210		542,5
SR (24-39)		217,5		152,5		232,5		602,5
M1 (40-44)		207,5		145		220		572,5
M2 (45-49)		197,5		137,5		210		545
M3 (50-54)		187,5		130		200		517,5
M4 (55-59)		177,5		122,5		190		490
M5 (60-64)		167,5		117,5		180		564
M6 (65-69)		150		105		162,5		417,5
M7 (70-74)		135		95		147,5		377,5
M8 (75-79)		122,5		85		132,5		340
M9 (80-84)		110		77,5		120		307,5
M10 (85-90)		100		70		107,5		277,5

MEN - 125 KG

	SQUAT		BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		147,5		105		157,5		410
T2 (16-17)		165		115		175		455
T3 (18-19)		182,5		127,5		195		505
JR (20-23)		202,5		142,5		217,5		562,5
SR (24-39)		225		157,5		242,5		625
M1 (40-44)		215		150		230		595
M2 (45-49)		205		142,5		217,5		565
M3 (50-54)		195		135		207,5		537,5
M4 (55-59)		185		127,5		197,5		510
M5 (60-64)		175		120		187,5		482,5
M6 (65-69)		157,5		107,5		170		435
M7 (70-74)		142,5		97,5		152,5		392,5
M8 (75-79)		127,5		87,5		137,5		352,5
M9 (80-84)		115		80		125		320
M10 (85-90)		102,5		72,5		112,5		287,5

POWERLIFTING EQUIPPED : DFPFNL RECORDS

MEN - 145 KG

SQUAT			BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		155		107,5		167,5		430
T2 (16-17)		172,5		120		185		477,5
T3 (18-19)		192,5		132,5		205		530
JR (20-23)		212,5		147,5		227,5		587,5
SR (24-39)	Marcelissen Bart NED (8/10/2022)	270		165	Marcelissen Bart NED (8/10/2022)	330	Marcelissen Bart NED (8/10/2022)	730
M1 (40-44)		222,5		157,5		240		620
M2 (45-49)		212,5		150		227,5		590
M3 (50-54)		202,5		142,5		215		560
M4 (55-59)		192,5		135		205		532,5
M5 (60-64)		182,5		127,5		195		505
M6 (65-69)		165		115		175		455
M7 (70-74)		147,5		102,5		157,5		47,5
M8 (75-79)		132,5		92,5		142,5		367,5
M9 (80-84)		120		82,5		127,5		330
M10 (85-90)		107,5		75		115		297,5

MEN + 145 KG

SQUAT			BENCH		DEADLIFT		TOTAL	
T1 (14-15)		160		112,5		172,5		445
T2 (16-17)		177,5		125		192,5		495
T3 (18-19)		197,5		137,5		215		550
JR (20-23)		220		152,5		237,5		610
SR (24-39)		245		170		265		680
M1 (40-44)		232,5		162,5		252,5		485
M2 (45-49)		220		155		240		615
M3 (50-54)		210		147,5		227,5		585
M4 (55-59)		200		140		215		555
M5 (60-64)		190		132,5		205		527,5
M6 (65-69)		170		120		185		475
M7 (70-74)		152,5		107,5		167,5		427,5
M8 (75-79)		137,5		97,5		150		385
M9 (80-84)		125		87,5		135		37,5
M10 (85-90)		112,5		80		122,5		315