

DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

SQUAT UNEQUIPPED : NED RECORDS

WOMEN - 44 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)		37,5
M8 (75-79)		35
M9 (80-84)		32,5
M10(85-90)		30

WOMEN - 47,5 KG

T1 (14-15)		42,5
T2 (16-17)		47,5
T3 (18-19)		52,5
JR (20-23)		57,5
SR (24-39)		65
M1 (40-44)		62,5
M2 (45-49)		60
M3 (50-54)		57,5
M4 (55-59)		55
M5 (60-64)		50
M6 (65-69)		47,5
M7 (70-74)		40
M8 (75-79)		37,5
M9 (80-84)		35
M10(85-90)		32,5

WOMEN - 50,5 KG

T1 (14-15)		45
T2 (16-17)		50
T3 (18-19)		55
JR (20-23)		60
SR (24-39)		67,5
M1 (40-44)		65
M2 (45-49)		62,5
M3 (50-54)		60
M4 (55-59)		57,5
M5 (60-64)		55
M6 (65-69)		50
M7 (70-74)		45
M8 (75-79)		40
M9 (80-84)		37,5
M10(85-90)		35

WOMEN - 53 KG

T1 (14-15)		47,5
T2 (16-17)		52,5
T3 (18-19)		57,5
JR (20-23)		62,5
SR (24-39)		70
M1 (40-44)		67,5
M2 (45-49)		65
M3 (50-54)		62
M4 (55-59)		60
M5 (60-64)		57,5
M6 (65-69)		55
M7 (70-74)		47,5
M8 (75-79)		42,5
M9 (80-84)		40
M10(85-90)		37,5

WOMEN - 55,5 KG

T1 (14-15)		50
T2 (16-17)		55
T3 (18-19)		60
JR (20-23)		67,5
SR (24-39)		75
M1 (40-44)		72,5
M2 (45-49)		70
M3 (50-54)		67,5
M4 (55-59)		65
M5 (60-64)		62,5
M6 (65-69)		60
M7 (70-74)		50
M8 (75-79)		45
M9 (80-84)		42,5
M10(85-90)		40

WOMEN - 58,5 KG

T1 (14-15)		52,5
T2 (16-17)		57,5
T3 (18-19)		65
JR (20-23)		72,5
SR (24-39)		80
M1 (40-44)		75
M2 (45-49)		72,5
M3 (50-54)		70
M4 (55-59)		67,5
M5 (60-64)		65
M6 (65-69)		62,5
M7 (70-74)		52,5
M8 (75-79)		47,5
M9 (80-84)		45
M10(85-90)		42,5

DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

SQUAT UNEQUIPPED : NED RECORDS

WOMEN - 63 KG

T1 (14-15)		55
T2 (16-17)		60
T3 (18-19)		67,5
JR (20-23)		77,5
SR (24-39)	Koolhaas Revers Ina NED (17/02/2024)	95
M1 (40-44)		80
M2 (45-49)	Hoorn Katja NED (17/02/2024)	85
M3 (50-54)		72,5
M4 (55-59)		70
M5 (60-64)		67,5
M6 (65-69)		65
M7 (70-74)	Koolhaas Revers Ina NED (9/04/2022)	80
M8 (75-79)	Koolhaas Revers Ina NED (17/02/2024)	95
M9 (80-84)		47,5
M10(85-90)		45

WOMEN - 70 KG

T1 (14-15)		60
T2 (16-17)		67,5
T3 (18-19)		72,5
JR (20-23)	Zwiep Britt NED (17/02/2024)	105
SR (24-39)	Zwiep Britt NED (17/02/2024)	105
M1 (40-44)		85
M2 (45-49)		80
M3 (50-54)		75
M4 (55-59)		72,5
M5 (60-64)		70
M6 (65-69)		67,5
M7 (70-74)		57,5
M8 (75-79)		52,5
M9 (80-84)		50
M10(85-90)		47

WOMEN - 80 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)		77,5
M5 (60-64)		75
M6 (65-69)		72,5
M7 (70-74)		60
M8 (75-79)		55
M9 (80-84)		52,5
M10(85-90)		50

WOMEN - 90 KG

T1 (14-15)		72,5
T2 (16-17)		80
T3 (18-19)		87,5
JR (20-23)		97,5
SR (24-39)		107,5
M1 (40-44)		102,5
M2 (45-49)		97,5
M3 (50-54)		92,5
M4 (55-59)		85
M5 (60-64)		82,5
M6 (65-69)		75
M7 (70-74)		67,5
M8 (75-79)		60
M9 (80-84)		55
M10(85-90)		52,5

WOMEN -110 KG

T1 (14-15)		77,5
T2 (16-17)		85
T3 (18-19)		95
JR (20-23)		105
SR (24-39)	Whitfield Tyka NED (30/09/2023)	120
M1 (40-44)		112,5
M2 (45-49)	Sibilo Rita NED (30/09/2023)	110
M3 (50-54)		102,5
M4 (55-59)		95
M5 (60-64)		87,5
M6 (65-69)		82,5
M7 (70-74)		75
M8 (75-79)		67,5
M9 (80-84)		60
M10(85-90)		55

WOMEN +110 KG

T1 (14-15)		0
T2 (16-17)		0
T3 (18-19)		0
JR (20-23)		0
SR (24-39)	Sibilo Rita NED (23/12/2023)	117,5
M1 (40-44)		0
M2 (45-49)	Sibilo Rita NED (23/12/2023)	117,5
M3 (50-54)		0
M4 (55-59)		0
M5 (60-64)		0
M6 (65-69)		0
M7 (70-74)		0
M8 (75-79)		0
M9 (80-84)		0
M10(85-90)		0

DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

SQUAT UNEQUIPPED : NED RECORDS

MEN'S - 52 KG

T1 (14-15)	75
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)	85
M7 (70-74)	72,5
M8 (75-79)	65
M9 (80-84)	57,5
M10(85-90)	52,5

MEN'S - 56 KG

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

MEN'S - 60 KG

T1 (14-15)	87,5
T2 (16-17)	97,5
T3 (18-19)	107,5
JR (20-23)	120
SR (24-39)	132,5
M1 (40-44)	125
M2 (45-49)	120
M3 (50-54)	115
M4 (55-59)	110
M5 (60-64)	105
M6 (65-69)	100
M7 (70-74)	85
M8 (75-79)	77,5
M9 (80-84)	70
M10(85-90)	62,5

MEN'S - 67,5 KG

T1 (14-15)	97,5
T2 (16-17)	107,5
T3 (18-19)	120
JR (20-23)	132,5
SR (24-39)	147,5
M1 (40-44)	140
M2 (45-49)	132,5
M3 (50-54)	125
M4 (55-59)	120
M5 (60-64)	115
M6 (65-69)	107,5
M7 (70-74)	92,5
M8 (75-79)	82,5
M9 (80-84)	75
M10(85-90)	67,5

MEN'S - 75 KG

T1 (14-15)	107,5
T2 (16-17)	120
T3 (18-19)	132,5
JR (20-23)	147,5
SR (24-39)	162,5
M1 (40-44)	155
M2 (45-49)	147,5
M3 (50-54)	140
M4 (55-59)	132,5
M5 (60-64)	125
M6 (65-69)	120
M7 (70-74)	102,5
M8 (75-79)	92,5
M9 (80-84)	82,5
M10(85-90)	75

MEN'S - 82,5 KG

T1 (14-15)	115
T2 (16-17)	Van Dorsten Kevin NED (12/10/2019) 150
T3 (18-19)	142,5
JR (20-23)	157,5
SR (24-39)	175
M1 (40-44)	167,5
M2 (45-49)	160
M3 (50-54)	152,5
M4 (55-59)	145
M5 (60-64)	Hoppenbrouwers Coert NED (9/04/202) 140
M6 (65-69)	Hoppenbrouwers Coert NED (17/02/20) 170
M7 (70-74)	112,5
M8 (75-79)	102,5
M9 (80-84)	92,5
M10(85-90)	82,5

DRUG FREE POWERLIFTING FEDERATION NETHERLANDS

SQUAT UNEQUIPPED : NED RECORDS

MEN'S - 90 KG

T1 (14-15)		122,5
T2 (16-17)		135
T3 (18-19)	Van Dorsten Kevin NED (9/04/2022)	183
JR (20-23)	Van Dorsten Kevin NED (17/02/2024)	220
SR (24-39)	Van Dorsten Kevin NED (17/02/2024)	220
M1 (40-44)	Laarman Rian NED (9/04/2022)	197,5
M2 (45-49)		167,5
M3 (50-54)		160
M4 (55-59)	Knegt Nico NED (17/02/2024)	180
M5 (60-64)		140
M6 (65-69)		130
M7 (70-74)		117,5
M8 (75-79)		105
M9 (80-84)		95
M10(85-90)		85

MEN'S - 100 KG

T1 (14-15)		125
T2 (16-17)		140
T3 (18-19)		155
JR (20-23)	Evenhuis Thijs NED (17/02/2024)	205
SR (24-39)	Evenhuis Thijs NED (17/02/2024)	205
M1 (40-44)		182,5
M2 (45-49)		175
M3 (50-54)		165
M4 (55-59)	Knegt Nico NED (9/04/2022)	175
M5 (60-64)		150
M6 (65-69)		135
M7 (70-74)		122,5
M8 (75-79)		110
M9 (80-84)		100
M10(85-90)		90

MEN'S - 110 KG

T1 (14-15)		132,5
T2 (16-17)		147,5
T3 (18-19)		162,5
JR (20-23)	Krokkee Mitch NED (17/02/2024)	202,5
SR (24-39)	Krokkee Mitch NED (17/02/2024)	202,5
M1 (40-44)		190
M2 (45-49)		180
M3 (50-54)		170
M4 (55-59)		162,5
M5 (60-64)		155
M6 (65-69)		140
M7 (70-74)		125
M8 (75-79)		112,5
M9 (80-84)		102,5
M10(85-90)		92,5

MEN'S - 125 KG

T1 (14-15)		137,5
T2 (16-17)		152,5
T3 (18-19)		170
JR (20-23)		187,5
SR (24-39)	Pol Jeroen NED (17/02/2024)	220
M1 (40-44)		197,5
M2 (45-49)		187,5
M3 (50-54)		177,5
M4 (55-59)		167,5
M5 (60-64)		160
M6 (65-69)		145
M7 (70-74)		130
M8 (75-79)		117,5
M9 (80-84)		105
M10(85-90)		95

MEN'S - 145 KG

T1 (14-15)		142,5
T2 (16-17)		157,5
T3 (18-19)		175
JR (20-23)		195
SR (24-39)		217,5
M1 (40-44)		207,5
M2 (45-49)		200
M3 (50-54)		187,5
M4 (55-59)		177,5
M5 (60-64)		167,5
M6 (65-69)		150
M7 (70-74)		135
M8 (75-79)		122,5
M9 (80-84)		110
M10(85-90)		100

MEN'S + 145 KG

T1 (14-15)		147,5
T2 (16-17)		165
T3 (18-19)		180
JR (20-23)		202,5
SR (24-39)		225
M1 (40-44)		215
M2 (45-49)		205
M3 (50-54)		195
M4 (55-59)		185
M5 (60-64)		175
M6 (65-69)		157,5
M7 (70-74)		142,5
M8 (75-79)		127,5
M9 (80-84)		115
M10(85-90)		105