

# Regionsrekorder

## Satt i 2024

Siste rekord:21.12.24

Sted	Dato	Kat.	Klasse	Navn	Klubb	Øvelse	Resultat	Utskrift
Moss	21.01.24	K7	57	Audhild Mathiesen	Lenja AK	Benkpress enkeltløft	86.5	1.24u
Moss	21.01.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	77.5	2.24u
Alta	03.03.24	K7	57	Audhild Mathiesen	Lenja AK	Benkpress enkeltløft	87.0	3.24u
Alta	03.03.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	82.5	4.24u
Alta	03.03.24	K5,K6	47	Gunn Mari Løkkeberg	Moss SIK	Benkpress enkeltløft	58	5.24u
Hamm	01.05.24	M6,M7	+120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Benkpress	236	6.24u
Hamm	01.05.24	M7	+120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Benkpress enkeltløft	236	7.24u
Hamm	01.05.24	M7	+120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Knebøy	283	8.24u
Hamm	01.05.24	M7	+120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Markløft	260	9.24u
Hamm	01.05.24	M6,M7	+120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Sammenlagt	779	10.24u
Hamm	01.05.24	K7	76	Lene Einarsen	IL Kraftsport	Knebøy	125	11.24u
Hamm	01.05.24	K7	76	Lene Einarsen	IL Kraftsport	Benkpress	102,5	12.24u
Hamm	01.05.24	K7	76	Lene Einarsen	IL Kraftsport	Sammenlagt	355	13.24u
Hamm	07.05.24	M4,M3	160	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	Benkpress	160	14.24u
Hamm	07.05.24	M4,M3	160	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	160	15.24u
Hamm	08.05.24	K4,K3	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Benkpress	170	16.24u
Askim	31.05.24	M6	120	Pål Guddal	Askim SK	Benkpress enkeltløft	280	17.24u
Oslo	01.06.24	K2	57	Emma Hermine Olsen	Oslo SK	Benkpress enkeltløft	90	18.24u
Lillestrøm	29.06.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Knebøy	95	19.24u
Lillestrøm	29.06.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress	85	20.24u
Lillestrøm	29.06.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	85	21.24u
Lillestrøm	29.06.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Markløft	100	22.24u
Lillestrøm	29.06.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Sammenlagt	280	23.24u
Tyrkia	09.08.24	K7	63	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	82,5	24.24u



# Regionsrekorder

## Satt i 2024

Siste rekord:21.12.24

Tyrkia	09.08.24	K7	63	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress enkeltløft	87,5	25.24u
Malta	30.08.24	K3	93	Ludvik Moen	Brumunddal AK	Knebøy	355	26.24u
Malta	30.08.24	K3	76	Julianne Sletnes	Brumunddal AK	Benkpress	147,5	27.24u
Malta	30.08.24	K3	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Knebøy	255	28.24u
Malta	30.08.24	K3	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Benkpress	172,5	29.24u
Malta	30.08.24	K3/K4	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Benkpress	180	30.24u
Malta	30.08.24	K3	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Sammenlagt	610	31.24u
Malta	30.08.24	K3/K4	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Sammenlagt	625	32.24u
Malta	30.08.24	K3/K4	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Sammenlagt	637,5	33.24u
Sandnes	14.09.24	K3/K4	+84	Tuva Lierhagen	Brumunddal AK	Benkpress	190,0	34.24u
Sandnes	14.09.24	K4	69	Jenny Marie Johansen	Askim SK	Knebøy	235,0	35.24u
Sør-Afrika	11.10.24	K7	76	Lene Einarsen	IL Kraftsport	Markløft	130,0	36.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Knebøy	250,0	37.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Benkpress	227,5	38.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Markløft	240,0	39.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Markløft	250,0	40.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Sammenlagt	707,5	41.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Sammenlagt	717,5	42.24u
Sør-Afrika	11.10.24	M7	-120	Ronny Andersen	Nittedal AGK	Sammenlagt	727,5	43.24u
Høland	10.11.24	K7	69	Tone Glomstein	IL Kraftsport	Benkpress	87,5	44.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Knebøy	145,0	45.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Knebøy	155,0	46.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Knebøy	165,0	47.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Benkpress	85,0	48.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Benkpress	90,0	49.24u
Høland	10.11.24	M7	66	Jan Roytvand	Opil	Markløft	145,0	50.24u





# **Regionsrekorder**

**Satt i 2024**  
**Siste rekord:21.12.24**