

Regionsrekorder

M3 – Junior Herrer

Siste rekord: 26.11.23

Klasse	Navn	Klubb	Dato	Resultat
KNEBØY				
53	Daniel Andersen Nilsen	Halden SI	03.02.18	165,0
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	206,0
66	Hans Erik Folkeseeth	Halden SI	17.11.12	240,0
74	Simon Bråthe Johansen	Lenja AK	13.06.15	250,0
83	Ludvik Moen	Brumunddal AK	22.06.22	310,0
93	Ludvik Moen	Brumunddal AK	26.11.23	350,5
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	31.08.13	370,0
120	Bo André Bergan	Oslo SK	11.06.11	365,0
+120	Nikolai Refshal Hansen	Lenja AK	13.06.15	225,0
BENKPRESS				
53	Daniel Andersen Nilsen	Halden SI	03.02.18	82,5
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	155,5
66	Kai Sindre Gunderhuset	Oslo SK	24.11.13	165,0
74	Sebastian Daudon Bakken	Oslo SK	29.05.15	197,5
83	Sebastian Daudon Bakken	Oslo SK	20.05.16	225,0
93	Henrik Hagen	Oslo SK	23.11.19	270,5
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	10.04.15	255,0
120	Endre Wollan	Oslo SK	09.06.12	240,0
+120	Nikolai Refsal Hansen	Lenja AK	13.06.15	162,5
MARKLØFT				
53	Daniel Andersen Nilsen	Halden SI	03.02.18	137,5
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	216,0
66	Hans Erik Folkeseeth	Halden SI	14.03.12	250,0
74	Simon Bråthe Johansen	Lenja AK	13.06.15	255,0
83	Chido Nnoli	Oslo SK	01.05.16	282,5
93	Joachim Lindseth	Oslo SK	22.11.15	323,0
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	23.11.14	343,0
120	Joachim Lindseth	Oslo SK	11.06.11	320,0
+120	Nikolai Refsal Hansen	Lenja AK	16.06.15	230,0
SAMMENLAGT				
53	Daniel Andersen Nilsen	Halden SI	03.02.18	385,0
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	577,5
66	Hans Erik Folkeseeth	Halden SI	17.11.12	620,0
74	Sebastian Daudon Bakken	Oslo SK	21.02.15	665,0
83	Ludvik Moen	Brumunddal AK	22.06.22	775,0
93	Ludvik Moen	Brumunddal AK	26.11.23	903,0
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	10.04.15	945,0
120	Bo André Bergan	Oslo SK	11.06.11	905,0
+120	Nikolai Refsal Hansen	Lenja AK	13.06.15	617,5

BENKPRESS ENKELTLØFT				
53	Daniel Andersen Nilsen	Halden SI	03.02.18	82,5
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	155,5
66	Kai Sindre Gunderhuset	Oslo SK	07.09.13	150,5
74	Sebastian Daudon Bakken	Oslo SK	29.05.15	197,5
83	Sebastian Daudon Bakken	Oslo SK	20.05.16	225,0
93	Henrik Hagen	Oslo SK	23.11.19	270,5
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	10.04.15	255,0
120	Endre Wollan	Oslo SK	09.06.12	240,0
+120	Magnus Refsnes	Askim SK	22.02.20	187,5