



## MINIMAS INTERNATIONAUX FEMMES BENCHPRESS MULTIPLY

	Teenage	Junior	Sénior	Master 1	Master 2	Master 3	Master 4	Master 5	Master 6
44 kg	65	72,5	80	70	67,5	65	62,5	60	57,5
48 kg	70	77,5	85	75	72,5	70	67,5	65	62,5
52 kg	75	82,5	90	80	77,5	75	72,5	70	67,5
56 kg	80	87,5	95	85	82,5	80	77,5	75	72,5
60 kg	85	92,5	100	90	87,5	85	82,5	80	77,5
67.5 kg	90	97,5	105	95	92,5	90	87,5	85	82,5
75 kg	95	102,5	110	100	97,5	95	92,5	90	87,5
82.5 kg	100	107,5	115	105	102,5	100	97,5	95	92,5
90 kg	105	112,5	120	110	107,5	105	102,5	100	97,5
SHW	110	117,5	125	120	115	110	105	100	95