

MINIMAS INTERNATIONAUX

BENCHPRESS SINGLE PLY FEMMES

REVISION 2024



	Teenage	Junior	Open	Master 1	Master 2	Master 3	Master 4	Master 5	Master 6
44 kg	55	62,5	70	65	60	55	50	45	40
48 kg	60	67,5	75	70	65	60	55	50	45
52 kg	65	72,5	80	75	70	65	60	55	50
56 kg	70	77,5	85	80	75	70	65	60	55
60 kg	75	82,5	90	85	80	75	70	65	60
67.5 kg	80	87,5	95	90	85	80	75	70	65
75 kg	85	92,5	100	95	90	85	80	75	70
82.5 kg	90	97,5	105	100	95	90	85	80	75
90 kg	95	102,5	110	105	100	95	90	85	80
100 kg	100	107,5	115	110	105	100	95	90	85
110 kg	105	112,5	120	115	110	105	100	95	90
+110 kg	110	117,5	125	120	115	110	105	100	95