

31.05.2014

Ergebnisse

**GRAWA Norddeutsche Meisterschaft
in Hannover**

Norddeutsche Meisterschaft 2014, Crossfit-Center Hannover Vahrenwald

Ergebnisse Kniebeugen:

Frauen Junioren:	1. Denise Avellan	72,0 kg	107,5 kg	169,85 Pkt.
	2. Katharina Brening	67,0 kg	100,0 kg	164,70 Pkt.
Master 1:	1. Olga Zdorenko	43,5 kg	100,0 kg	268,10 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Olga Zdorenko

Männer Junioren:

-75 kg:	1. Nils Gerlach	74,2 kg	130,0 kg	55,80 Pkt.
-95 kg:	1. Szymon Peplinski	86,4 kg	220,0 kg	133,60 Pkt.
-115 kg:	1. Ole Rehfeldt	108,0 kg	192,5 kg	84,50 Pkt.

Gesamtsieger: Szymon Peplinski

Aktive:	-95 kg:	1. Randy Bolz	91,2 kg	235,0 kg	143,80 Pkt.
		2. Fabian Gerritzen	91,2 kg	225,0 kg	133,80 Pkt.
		3. Traian Chesa	89,6 kg	210,0 kg	120,40 Pkt.
		4. Matthias Schröter	87,0 kg	200,0 kg	113,0 Pkt.
		5. Axel Wilke	85,0 kg	140,0 kg	55,00 Pkt.
	-115 kg:	1. Johannes Kraft	99,0 kg	202,5 kg	103,50 Pkt.
	+115 kg:	1. Michael Blumstein	126,5 kg	325,0 kg	198,50 Pkt.

Gesamtsieger: Michael Blumstein

Master 1:	-75 kg:	1. Steffen Richter	75,0 kg	135,0 kg	60,00 Pkt.
	-95 kg:	1. Sebastian Beck	86,5 kg	215,0 kg	128,50 Pkt.

Gesamtsieger: Sebastian Beck

Master 2:	-115 kg:	1. Joachim Flett	105,5 kg	210,0 kg	104,50 Pkt.
	+115 kg:	1. Andreas Hordan	116,5 kg	180,0 kg	63,50 Pkt.

Gesamtsieger: Joachim Flett

Master 3:	-75 kg:	1. Burkhard Steffen	70,0 kg	155,0 kg	85,00 Pkt.
	-95 kg:	1. Wojtek Kaminski	85,0 kg	137,5 kg	52,50 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Burkhard Steffen

Ergebnisse Norddeutsche Meisterschaft 2014, Crossfit-Center Hannover-Vahrenwald

Bankdrücken:

Junioren -75 kg:	1. Nils Gerlach	74,2 kg	95,0 kg	20,80 Pkt.
-95 kg:	1. Szymon Peplinski	86,4 kg	150,0 kg	63,60 Pkt.
-115 kg:	1. Ole Rehfeldt	108,0 kg	112,5 kg	4,50 Pkt.
+115 kg:	1. Burak Kacar	119,8 kg	240,0 kg	120,20 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Burak Kacar

Aktive -95 kg:	1. David Coleman	79,0 kg	195,0 kg	116,00 Pkt.
	2. Romano Rengel	91,5 kg	185,0 kg	93,50 Pkt.
	3. Randy Bolz	91,2 kg	157,5 kg	66,30 Pkt.
	4. Fabian Gerritzen	91,2 kg	142,5 kg	51,30 Pkt.
	5. Axel Wilke	85,0 kg	90,0 kg	5,00 Pkt.
-115 kg:	1. Oliver Hirschmann	105,0 kg	210,0 kg	105,00 Pkt.
	2. Marius Liebkowski	96,0 kg	145,0 kg	49,00 Pkt.
+115 kg:	1. Michael Blumstein	126,5 kg	210,0 kg	83,50 Pkt.
	2. Christoph Nagy	117,0 kg	200,0 kg	83,00 Pkt.
	3. Marc Galland	115,5 kg	190,0 kg	74,50 Pkt.

Gesamtsieger: David Coleman

Master 1/-75 kg:	1. Rainer Falke	59,0 kg	110,0 kg	51,00 Pkt.
-95 kg:	1. Haluk Güden	94,7 kg	170,0 kg	75,30 Pkt.
-115 kg:	1. Ronald Lucas	104,0 kg	225,0 kg	121,00 Pkt.
	2. Kai Uwe Werner	115,0 kg	172,5 kg	57,50 Pkt.
+115 kg:	1. Danny Schmalz	119,0 kg	190,0 kg	71,00 Pkt.

Gesamtsieger: Ronald Lucas

Master 2/-95 kg:	1. Waldemar Arnold	95,0 kg	120,0 kg	25,00 Pkt.
-115 kg:	1. Joachim Flett	105,5 kg	200,0 kg	94,50 Pkt.
	2. Uwe Vernaldi	107,0 kg	185,0 kg	78,00 Pkt.

Gesamtsieger: Joachim Flett

Master 3/-95 kg:	1. Wojtek Kaminski	85,0 kg	132,5 kg	47,50 Pkt.
------------------	--------------------	---------	----------	------------

-115 kg: 1. Walter Kurda 117,0 kg 200,0 kg 83,00 Pkt.

Gesamtsieger: Walter Kurda

Master 4/-75 kg: 1. Gerd Cedel 68,0 kg 90,0 kg 22,00 Pkt.

-95 kg: 1. Günter Kirchner 78,0 kg 100,0 kg 78,00 Pkt.

Gesamtsieger: Gerd Cedel

Frauen/Junioren: 1. Katharina Brening 67,0 kg 60,0 kg 98,82 Pkt.

Master 1: 1. Olga Zdorenko 43,5 kg 60,0 kg 160,86 Pkt. DR.

Master 3: 1. Ingrid Cedel 58,0 kg 52,5 kg 96,49 Pkt.

Gesamtsieger: Olga Zdorenko

Norddeutsche Meisterschaft 2014, Crossfit-Center Hannover Vahrenwald

Kreuzheben:

Frauen Junioren:	1. Denise Avellan	72,0 kg	120,0 kg	189,60 Pkt.
Master 1:	1. Olga Zdorenko	43,5 kg	110,0 kg	294,91 Pkt. DR.
Master 3:	1. Ingrid Cedel	58,0 kg	102,5 kg	188,39 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Olga Zdorenko

Männer:

Junioren -75 kg:	1. Nils Gerlach	74,2 kg	175,0 kg	100,80 Pkt.
-95 kg:	1. Szymon Peplinski	86,4 kg	240,0 kg	153,60 Pkt.
-115 kg:	1. Emanuel Danquah	101,4 kg	260,0 kg	158,60 Pkt.
	2. Serdar Acar	96,0 kg	225,0 kg	129,00 Pkt.
	3. Ole Rehfeld	108,0 kg	205,0 kg	97,00 Pkt.

Gesamtsieger: Szymon Peplinski

Aktive -95 kg:	1. Fabian Gerritzen	91,2 kg	292,5 kg	201,30 Pkt. DR.
	2. Matthias Schröter	87,0 kg	242,5 kg	155,50 Pkt.
	3. Traian Chesa	89,6 kg	240,0 kg	150,40 Pkt.
	4. Randy Bolz	91,2 kg	210,0 kg	118,80 Pkt.
	5. Axel Wilke	85,0 kg	160,0 kg	75,00 Pkt.
-115 kg:	1. Tim Konertz	96,3 kg	282,5 kg	186,20 Pkt.
	2. Johannes Kraft	99,0 kg	237,5 kg	138,50 Pkt.
+115 kg:	1. Andreas Brix	127,0 kg	325,0 kg	198,00 Pkt.
	2. Michael Blumstein	126,5 kg	310,0 kg	183,50 Pkt.
	3. Christoph Nagy	117,0 kg	295,0 kg	178,00 Pkt.

Gesamtsieger: Fabian Gerritzen

Master 1 -75 kg:	1. Oleg Zdorenko	66,9 kg	205,0 kg	138,10 Pkt.
	2. Steffen Richter	75,0 kg	145,0 kg	70,00 Pkt.
-95 kg:	1. Sebastian Beck	86,5 kg	245,0 kg	158,50 Pkt.
-115 kg:	1. Martin Wübbena	103,0 kg	220,0 kg	117,00 Pkt.

Gesamtsieger: Oleg Zdorenko

Master 2 -115 kg: 1. Manfred Cebulla 99,5 kg 237,5 kg 138,00 Pkt.

+115 kg: 1. Andreas Hordan 116,5 kg 220,0 kg 103,50 Pkt.

Gesamtsieger: Manfred Cebulla

Master 3 -95 kg: 1. Wojtek Kaminski 85,0 kg 192,5 kg 107,50 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Wojtek Kaminski

Master 4 -75 kg: 1. Gerd Cedel 68,0 kg 135,0 kg 67,00 Pkt. DR.

Gesamtsieger: Gerd Cedel