

Norddeutsche Meisterschaft der Frauen in Ahrensburg/ Schleswig-Holstein am 08.08.2021

Gew.- klasse	Namen:	Hochwurf			Overhead Medley			Frame 40m			Loading			ges.	
		Sec.	Plz.	Pkt.	Wdh.	Plz.	Pkt.	Sec.	Plz.	Pkt.	Sec.	Plz.	Pkt.	Pkt.	Plz.
Masters	Nina Rohlmann	1/17,28	1	1	Axle	2	2	41,69	1	1	73,97	2	2	6	1
Masters	Sandra Ork	0	2	2	1x Log	1	1	50,5	2	2	68,75	1	1	6	1
-64	Sonja Tschirch	2/25,78	2	2	8x Log	1	1	23,28	2	2	37,25	1	1	6	1
-64	Susanne Grosse Kettler	0	4	4	6x Log	2	2	22,97	1	1	40,78	2	2	9	2
-64	Louise Dalgren	3/29,56	1	1	4x Log	3	3	31,91	3	3	43,75	3	3	10	3
-64	Félicia Gudín	0	4	4	Axle	4	4	20 m	4	4	3 Obj. 40,0	4	4	16	4
-82	Mirja Jansen	50,06	1	1	7x Log	1	1	19,9	1	1	67,00	1	1	4	1
-82	Mona Nagel	5/28,53	3	3	5x Log	2	2	20,32	2	2	73,56	2	2	9	2
-82	Angéline Berva	65,5	2	2	2x Log	3	3	28,72	3	3	2 Obj. 24,81	4	4	12	3
-82	Julie Rupp	4/42,19	4	4	Axle	4-5	4	35,69	4	4	3 Obj. 57,56	3	3	15	4
-82	Olivia Lampert	1/8,72	5	5	Axle	4-5	4	20 m	5	5	2 Obj. 26,75	5	5	19	5
+82	Sandra Bradley	24,84	1	1	9x Log	1	1	20,49	1	1	75,51	1	1	4	1
+82	Sabrina Retzer	4/43,34	3	3	7x Log	2	2	22,78	2	2	5 Obj. 90,0	2	2	9	2
+82	Anna Docherty	4/27,97	2	2	Axle	3	3	39,11	3	3	2 Obj. 39,16	3	3	11	3

Hochwurf für alle Athletinnen: je 1 Sack 10kg/11kg/12kg/13kg/14kg/15kg über eine Höhe von 3,50 m

Overhead Medley:

- 64 kg & Masters: 1x Dumbbell 20kg, 1x Axle 40kg, Log 50kg auf Wdh.
- 82 kg: 1x Dumbbell 30kg, 1x Axle 50kg, Log 60kg auf Wdh.
- +82 kg: 1x Dumbbell 35kg, 1x Axle 55kg, Log 65kg auf Wdh.

Frame:

- 64kg & Masters: 130 kg
- 82 kg: 150 kg
- +82 kg: 160 kg

Loading:

- 64 kg & Masters: 40kg Fass, 50kg Fass, 2x 50kg Sandsäcke 5 m tragen, 40kg Kugel, 50kg Kugel davor auf Podest 115cm laden
- 82 kg: 60kg Fass, 70kg Fass, 2x 80kg Sandsäcke 5 m tragen, 65kg Kugel, 80kg Kugel davor auf Podest 115cm laden
- +82 kg: 70kg Fass, 80kg Fass, 2x 100kg Sandsäcke 5 m tragen, 80kg Kugel, 95kg Kugel davor auf Podest 115cm laden