

## WETTKÄMPFE 2013

21.12.13

Ergebnisse Weihnachtsbankdrücken am 21.12.13 in meinem Studio.

Frauen

Platz	Name	Körpergewicht	Leistung	Relativ
1	Sabine Adamczyk	68kg	42,5kg	43,15
2	Stefanie Mörchen	137kg	52,5kg	40,98
3	Katharina Sumann	57,5kg	35kg	40,34

Junioren

1	Johannes Szangolies	82,5kg	85kg	56,94
2	Muhammed Demir	78,3kg	72,5kg	50,18
3	Aniket Kumar	82kg	70kg	47,07
4	Florian Knapp	75,8kg	55kg	38,91

Aktive

1	Fritz Zehner ju.	83,5kg	147,5kg	98,10
2	Sascha Römer	81,2kg	142,5kg	96,39
3	Mathias Treml	85,3kg	140kg	91,98
4	Benedikt Hohagen	93,4kg	135kg	84,63
5	Fabian Koch	80,3kg	117,5kg	80,03
6	Denis Wittor	77,8kg	112,5kg	78,20
7	Manuel Tennie	94,8kg	125kg	77,83
8	Simon Stemmer	95,4kg	125kg	77,61
9	Florian Drozdowski	81,0kg	110kg	74,51
10	Johannes Kraft	102kg	120kg	72,47
11	Jamal Al-Zien	86kg	110kg	71,94
12	Jan Göbelsmann	85,8kg	102,5kg	67,13
13	Damir Softic	86kg	100kg	65,40
14	Dr.Dragan Jovanovic	91kg	100kg	63,49
15	Christian Gaidies	99kg	92,5kg	56,53
16	Daniel Haldimann	147kg	95kg	52,72
17	Jan Müller	116,3kg	75kg	43,45

Senioren

1	Frank Siedentopf	110kg	145kg	85,33
2	Klaus Disse-Stebner	113,2kg	127,5kg	74,41
3	Reinhard Wittor	86,3kg	105kg	68,54
4	Michael Kretschmann	76,3kg	87,5kg	61,62
5	Dr. Queckenstedt	68kg	72,5kg	55,75

Ich bedanke mich bei allen die an meinem Weihnachtsbankdrücken teilgenommen haben. Es war wirklich ein spannender Wettkampf, viele Zuschauer und tolle sportliche Leistungen, und 29 Starter können sich wirklich sehen lassen. Ich bedanke mich bei meinen Helfern Martin, Jens, Uli, Britta und Domi .

## Ich wünsche Allen ein schönes Weihnachtsfest.

Der Chef Krake

20.10.13

**Das Weihnachtsbankdrücken findet dieses Jahr am 21.12.2013 statt.**

19.10.13

**LM Kreuz in Essen am 12.10.13**

Nr	Name	Vorname	Gewichtsklasse	Klasse	Platz	Leistung
1	Mark	Raphael	-74kg	Junior	1	165kg

12.10.13

**LM Bank in Witten am 12.10.13**

Nr	Name	Vorname	Gewichtsklasse	Klasse	Platz	Leistung
1	Wendt	Anke	-63kg	Aktive	1	67,5kg

20.09.13

**DM Bank Senioren am 20.09.13**

Nr	Name	Vorname	Gewichtsklasse	Klasse	Platz	Leistung
1	Disse-Stebner	Klaus	-120kg	AK3	3	127,5kg

16.03.13 LMMannschaftswettkampf KDK

Wettkampf 16.03.13 Es war ein toller Wettkampf, jeder Athlet hat sein Bestes gegeben, ein super Miteinander, 34 gültige Versuche was will man mehr.Die ganze Mannschaft hob ohne Ausrüstung, zwei Athleten machten Ihren ersten KDK- Wettkampf, am Ende sprang Platz 3 für die Mannschaft heraus. Mit Euch immer wieder, der Trainer

	Gew.	Beuge	Bank	Kreuz	Relativ
1.Christian Ocker	78,8kg	127,5kg	90kg	147,5kg	365kg
2.Friedrich Zehner	80,45kg	145kg	125kg	182,5kg	452,5kg
3.Florian Drozdowski	81,4kg	137,5kg	107,5kg	160kg	405kg
4.Michael Fauck	66,90kg	120kg	125kg	140kg	385kg

Waage Alle 10.00-11.30 Uhr Wettkampfhalle: Willy-Brandt- Realschule, Ernst Reuter Platz 10-20, 45699 Herten

03.03.13

**Meldungen und Zeitplan Dortmund Cup am 03.03.13**

Nr	Name	Vorname	Gewichtsklasse	Klasse	Platz	Leistung
1	Disse-Stebner	Klaus	-120kg	AK3	1	122,5kg
2	Voss-Kapplusch	Susanne	-84kg	AK2	1	65kg

3	Jasinski	Daniel	-105kg	AK1	1	165kg
4	Fauck	Michael	-74kg	Aktiver	1	125kg
5	Trinkes	Johannes	-83kg	Aktiver	1	130kg
6	Arens	Marcell	-93kg	Aktiver	6	115kg
7	Brüninghaus	Florian	+120kg	Aktiver	1	127,5kg
8	Marinin	Valerij	-83kg	Junioren	2	130kg
9	Gnuchikh	Michael	-93kg	Jugend	1	85kg

Zeitplan  
 Waage 9.00-10.30Uhr AK4, AK3, AK2  
 Beginn 11.00Uhr

Wettkampfstätte: Turnhalle der Schoppenhauer Grundschule in Dortmund Nette, Karl Schurzstr.17

## 01.01.13

### Termine 2013

03.03.13	Dortmund Cup in Dortmund
10.03.13	Verbandstag Dortmund
16.03.13	Regionalliga KDK nur 1 Wettkampftag Westerholt
22.03-23.03.13	DM KDK Senioren AC Lauchhammer
27.04.13	LM KDK Duisburg
25.05.13	BZ Bank Essen
22.06.13	LM Mannschaft Bank Westerholt
13.07.13	BZ KDK Essen
06+07.09.13	DM KDK Aktive Barth
13+14.09.13	Deutschland Cup RAW Lauchhammer
20+21.09.13	DM Bank Senioren Essen
12.10.13	LM Bank Witten
19.10.13	LM Kreuzheben Essen
25+26.10.13	DM KDK Jug/Junioren Lauchhammer
16.11.13	DM Bank Aktive Marburg
23+24.11.13	DM Kreuzheben Randersacker
07.12.13 ?	Länderpokal Bankdrücken