Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -52 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																252,5
T2 (16-17)																267,5
T3 (18-19)																285,0
JR (20-23)																305,0
OP (24-39)																337,5
M1 (40-44)																320,0
M2 (45-49)																305,0
M3 (50-54)																285,0
M4 (55-59)																267,5
M5 (60-64)																252,5
M6 (65-69)																237,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -56 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																267,5
T2 (16-17)																285,0
T3 (18-19)																305,0
JR (20-23)																330,0
OP (24-39)																357,5
M1 (40-44)																340,0
M2 (45-49)																330,0
M3 (50-54)																305,0
M4 (55-59)																285,0
M5 (60-64)																267,5
M6 (65-69)																250,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minimas Nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -60 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**282,5**
T2 (16-17)																**302,5**
T3 (18-19)																**322,5**
JR (20-23)																**342,5**
OP (24-39)	Hulin David	Bagneux	18/06/05	**140,0**	Hulin David	Bagneux	18/06/05	**97,5**	Hulin David	Bagneux	18/06/05	**185,0**	Hulin David	Bagneux	18/06/05	**422,5**
M1 (40-44)																**360,0**
M2 (45-49)																**342,5**
M3 (50-54)																**322,5**
M4 (55-59)																**302,5**
M5 (60-64)																**282,5**
M6 (65-69)																**265,0**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -67,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**310,0**
T2 (16-17)																**330,0**
T3 (18-19)	Bernardin G	Gournay	22/04/06	**155,0**	Serrano L.	AUVR	23/04/05	**105,0**	Serrano L.	AUVR	23/04/05	**210,0**	Serrano L.	AUVR	23/04/05	**452,5**
JR (20-23)	Claverie K.	Tarbes	11/11/06	**170,0**	Claverie K.	Tarbes	24/06/06	**122,5**	Claverie K.	Tarbes	22/04/06	**190,0**	Claverie K.	Tarbes	11/11/06	**477,5**
OP (24-39)	Herit Gilles	Bagneux	19/04/08	**175,0**	Claverie K.	Tarbes	24/06/06	**122,5**	Herit Gilles	Bagneux	19/04/08	**215,0**	Herit Gilles	Bagneux	19/04/08	**505,0**
M1 (40-44)																**392,5**
M2 (45-49)																**372,5**
M3 (50-54)																**350,0**
M4 (55-59)	Chavatte J-P	Gournay	19/04/08	**132,5**	Baret Claude	Oissel	24/04/04	**87,5**	Baret Claude	Oissel	24/04/04	**182,5**	Baret Claude	Oissel	24/04/04	**400,0**
M5 (60-64)	Chavatte J-P	Gournay	24/06/10	**132,5**	Baret Claude	Oissel	19/04/08	**85,0**	Baret Claude	Oissel	19/04/08	**175,0**	Baret Claude	Oissel	19/04/08	**385,0**
M6 (65-69)	Camus-M. D.	Maromme	24/04/04	**152,5**	Camus-M. D.	Maromme	24/04/04	**82,5**	Camus-M. D.	Maromme	23/04/05	**183,0**	Camus-M. D.	Maromme	24/04/04	**415,0**
M7 (70-74)	Camus-M. D.	Maromme	07/04/07	**145,0**	Camus-M. D.	Maromme	07/04/07	**77,5**	Camus-M. D.	Maromme	07/04/07	**175,0**	Camus-M. D.	Maromme	07/04/07	**397,5**
M8 (75-79)	Tidona V.	Rennes	07/04/07	**105,0**	Tidona V.	Rennes	07/04/07	**75,0**	Tidona V.	Rennes	07/04/07	**150,0**	Tidona V.	Rennes	07/04/07	**330,0**
M9 (80-84)																

Minimas Nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -75 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**337,5**
T2 (16-17)	Gefen Eyal	Brionne	07/04/07	**127,5**	Gefen Eyal	Brionne	07/04/07	**97,5**	Gefen Eyal	Brionne	07/04/07	**162,5**	Gefen Eyal	Brionne	07/04/07	**387,5**
T3 (18-19)	Lang Arthur	Pontoise	26/03/11	**170,0**	Gefen Jonath.	Brionne	11/11/06	**115,0**	Gefen Jonath.	Brionne	11/11/06	**200,0**	Gefen Jonath.	Brionne	11/11/06	**465,0**
JR (20-23)	Bernardin	Gournay	24/06/06	**152,5**	Hédouin G.	Brionne	23/04/05	**110,0**	Hédouin G.	Brionne	23/04/05	**185,0**	Hédouin G.	Brionne	23/04/05	**435,0**
OP (24-39)	Herrit Gilles	Bagneux	24/06/06	**190,0**	Coudriaux M.	Bagneux	26/03/11	**135,0**	Compain Bruno	Eu	19/04/08	**235,0**	Herrit Gilles	Bagneux	24/06/06	**540,0**
M1 (40-44)	Compain Bruno	Eu	07/04/07	**160,0**	Compain Bruno	Eu	07/04/07	**127,5**	Compain Bruno	Eu	19/04/08	**235,0**	Compain Bruno	Eu	07/04/07	**517,5**
M2 (45-49)	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	**155,0**	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	**122,5**	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	**212,5**	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	**470,0**
M3 (50-54)	Dheilly J-C	St-Aubin	21/06/08	**135,0**	Dheilly J-C	St-Aubin	21/06/08	**115,0**	Dheilly J-C	Individuel	26/03/11	**213,0**	Dheilly J-C	St-Aubin	21/06/08	**460,0**
M4 (55-59)	Forget B.	Lisieux	18/06/05	**178,0**	Courtois J.P.	Maromme	24/04/04	**122,5**	Forget B.	Lisieux	18/06/05	**230,0**	Forget B.	Lisieux	18/06/05	**502,5**
M5 (60-64)																**337,5**
M6 (65-69)																**322,5**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -82,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**362,5**
T2 (16-17)																**385,0**
T3 (18-19)	L'Exact Rod.	Dan Roc	07/04/07	**197,5**	L'Exact Rod.	Dan Roc	07/04/07	**117,5**	L'Exact Rod.	Dan Roc	07/04/07	**220,0**	L'Exact Rod.	Dan Roc	07/04/07	**535,0**
JR (20-23)	Stoffel J.	Evreux	11/11/06	**162,5**	Stoffel J.	Evreux	11/11/06	**110,0**	Stoffel J.	Evreux	24/06/06	**245,0**	Stoffel J.	Evreux	11/11/06	**517,5**
OP (24-39)	Kwiecien C	Bourbon L	26/03/11	**230,0**	Kwiecien C	Bourbon L	26/03/11	**175,0**	Kwiecien C	Bourbon L	26/03/11	**285,0**	Kwiecien C	Bourbon L	26/03/11	**690,0**
M1 (40-44)	Valfrey P.	Dan Roc	19/04/08	**185,0**	Valfrey P.	Dan Roc	19/04/08	**145,0**	Compain Bruno	Eu	25/04/09	**245,0**	Valfrey P.	Dan Roc	19/04/08	**557,5**
M2 (45-49)	Mahourat P.	Tarbes	20/11/04	**200,0**	Mahourat P.	Tarbes	10/12/05	**132,5**	Mahourat P.	Tarbes	24/06/06	**272,5**	Mahourat P.	Tarbes	20/11/04	**600,0**
M3 (50-54)	Mahourat P.	Tarbes	14/11/09	**200,0**	Mahourat P.	Tarbes	25/04/09	**127,5**	Mahourat P.	Tarbes	25/04/09	**272,5**	Mahourat P.	Tarbes	25/04/09	**595,0**
M4 (55-59)	Cortot Rémy	Dan Roc	04/04/10	**160,0**	Cortot Rémy	Dan Roc	04/04/10	**120,0**	Cortot Rémy	Dan Roc	04/04/10	**190,0**	Cortot Rémy	Dan Roc	04/04/10	**470,0**
M5 (60-64)	Brénol C.	AUVR	22/04/06	**152,5**	Brénol C.	AUVR	10/12/05	**95,0**	Brénol C.	AUVR	22/04/06	**192,5**	Brénol C.	AUVR	22/04/06	**437,5**
M6 (65-69)																**340,0**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minimas Nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -90 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**387,5**
T2 (16-17)																**415,0**
T3 (18-19)	L'exact R.	Dan Roc	23/06/07	**207,5**	L'exact R.	Dan Roc	22/04/06	**125,0**	L'exact R.	Dan Roc	23/06/07	**240,0**	L'exact R.	Dan Roc	23/06/07	**567,5**
JR (20-23)																**472,5**
OP (24-39)	Rondeaux G.	Le Trait	19/04/08	**215,0**	Navarre Richard	LeTrait	26/03/11	**157,5**	Certain J.	Lisieux	22/04/06	**265,0**	Navarre Richard	LeTrait	26/03/11	**617,5**
M1 (40-44)	Gorine Karim	Gournay	19/04/08	**212,5**	Certain Joseph	Duclair	26/06/10	**150,0**	Corre Dom.	Lisieux	23/04/05	**250,0**	Gorine Karim	Gournay	19/04/08	**570,0**
M2 (45-49)	Valfrey Patrick	Vaivre	26/03/11	**192,5**	Valfrey Patrick	Vaivre	26/06/10	**142,5**	Dumont J.C.	Gournay	23/06/07	**237,5**	Valfrey Patrick	Vaivre	13/11/10	**567,5**
M3 (50-54)	Simonin P.	Vaivre	04/04/10	**175,5**	Grudé Thierry	Individuel	25/04/09	**140,0**	Simonin P.	Vaivre	04/04/10	**220,5**	Grudé Thierry	Individuel	25/04/09	**535,0**
M4 (55-59)																**415,0**
M5 (60-64)																**387,5**
M6 (65-69)																**362,5**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -100 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**415,0**
T2 (16-17)																**442,5**
T3 (18-19)																**470,0**
JR (20-23)	Maury S	Challans	21/06/08	**250,0**	Maury S	Challans	21/06/08	**185,0**	Maury S	Challans	21/06/08	**255,0**	Maury S	Challans	21/06/08	**690,0**
OP (24-39)	Maury S	Challans	21/06/08	**250,0**	Maury S	Challans	21/06/08	**185,0**	Siméon Olivier	Déville	26/03/11	**260,0**	Maury S	Challans	21/06/08	**690,0**
M1 (40-44)	Chiarot Th.	Oissel	19/04/08	**220,0**	Chiarot Th.	Oissel	19/04/08	**170,5**	Siméon Olivier	Déville	26/03/11	**260,0**	Siméon Olivier	Déville	26/03/11	**650,0**
M2 (45-49)	Foire P.	Eu	22/04/06	**205,0**	Foire P.	Eu	22/04/06	**152,5**	Foire P.	Eu	24/06/06	**200,0**	Foire P.	Eu	24/06/06	**552,5**
M3 (50-54)																**470,0**
M4 (55-59)																**442,5**
M5 (60-64)	Bustreel S.	Challans	26/03/11	187,5	Bustreel S.	Challans	26/05/11	122,5	Bustreel S.	Challans	26/05/11	245,5	Bustreel S.	Challans	26/03/11	547,5
M6 (65-69)																**387,5**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minimas Nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -110 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**442,5**
T2 (16-17)																**470,0**
T3 (18-19)																**500,0**
JR (20-23)																**530,0**
OP (24-39)	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**210,0**	Godon Joël	Maromme	24/04/04	**180,0**	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**282,5**	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**667,5**
M1 (40-44)																**557,5**
M2 (45-49)	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**210,0**	Godon Joël	Maromme	24/04/04	**180,0**	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**282,5**	Godon Joël	Maromme	11/11/06	**667,5**
M3 (50-54)																**500,0**
M4 (55-59)																**470,0**
M5 (60-64)																**442,5**
M6 (65-69)																**412,5**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -125 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**460,0**
T2 (16-17)																**490,0**
T3 (18-19)																**520,0**
JR (20-23)																**552,5**
OP (24-39)	Broutin C.	A.C.M.	11/11/06	**270,0**	Broutin C.	A.C.M.	11/11/06	**177,5**	Broutin C.	A.C.M.	11/11/06	**280,0**	Broutin C.	A.C.M.	11/11/06	**727,5**
M1 (40-44)																**582,5**
M2 (45-49)																**552,5**
M3 (50-54)																**520,0**
M4 (55-59)																**490,0**
M5 (60-64)																**460,0**
M6 (65-69)																**430,0**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minimas Nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES -145 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																480,0
T2 (16-17)																512,5
T3 (18-19)																545,0
JR (20-23)																575,0
OP (24-39)																640,0
M1 (40-44)																607,5
M2 (45-49)																575,0
M3 (50-54)																545,0
M4 (55-59)																512,5
M5 (60-64)																480,0
M6 (65-69)																447,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES +145 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																490,0
T2 (16-17)																525,0
T3 (18-19)																557,5
JR (20-23)																590,0
OP (24-39)																655,0
M1 (40-44)																622,5
M2 (45-49)																590,0
M3 (50-54)																557,5
M4 (55-59)																525,0
M5 (60-64)																490,0
M6 (65-69)																457,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Nationaux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - HOMMES

Références des Compétitions

24/04/04	France	Morteau
20/11/04	Monde	Atlanta (USA)
23/04/05	France	Evreux
19/06/05	Europe	Grangemouth (Ecosse)
10/12/05	Monde	Turin (Italie)
22/04/06	France	Bagneux
24/06/06	Europe	Maromme
11/11/06	Monde	Kinsale (Irlande)
07/04/07	France	Ronce-Les-Bains
23/06/07	Europe	Grangemouth (Ecosse)
17/11/07	Monde	Grangemouth (Ecosse)
19/04/08	France	Sedan
21/06/08	Europe	Castleblayney (Irlande)
22/11/08	Monde	Evansville (USA)

25/04/09	France	Maromme
27-28/06/09	Europe	Verslag (Estonie)
14-15/11/09	Monde	Milton Keynes (Gr. Bretagne)
04/04/10	France	Oissel
26/06/10	Europe	Maromme
13-14/11/10	Monde	Castelblayney (Irlande)
26/03/11	France	Déville lès Rouen
07-08/05/11	Europe	Bournemouth (Angleterre)
13/11/2011	Monde	Glasgow (Ecosse)

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -44 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																160,0
T2 (16-17)																172,5
T3 (18-19)																182,5
JR (20-23)																192,5
OP (24-39)																215,0
M1 (40-44)																202,5
M2 (45-49)																192,5
M3 (50-54)																182,5
M4 (55-59)																172,5
M5 (60-64)																160,0
M6 (65-69)																147,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -47,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																167,5
T2 (16-17)																180,0
T3 (18-19)																190,0
JR (20-23)																200,0
OP (24-39)																222,5
M1 (40-44)																212,5
M2 (45-49)																200,0
M3 (50-54)																190,0
M4 (55-59)																180,0
M5 (60-64)																167,5
M6 (65-69)																155,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -50,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																177,5
T2 (16-17)																187,5
T3 (18-19)																200,0
JR (20-23)																212,5
OP (24-39)																235,0
M1 (40-44)																222,5
M2 (45-49)																212,5
M3 (50-54)																200,0
M4 (55-59)																187,5
M5 (60-64)																177,5
M6 (65-69)																165,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -53 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																182,5
T2 (16-17)																195,0
T3 (18-19)																207,5
JR (20-23)																217,5
OP (24-39)	Lozano Rose	Tarbes	18/06/05	**105,0**	Lozano Rose	Tarbes	23/04/05	**63,0**	Lozano Rose	Tarbes	20/11/04	**145,0**	Lozano Rose	Tarbes	18/06/05	**307,5**
M1 (40-44)	Lozano Rose	Tarbes	18/06/05	**105,0**	Lozano Rose	Tarbes	23/04/05	**63,0**	Lozano Rose	Tarbes	20/11/04	**145,0**	Lozano Rose	Tarbes	18/06/05	**307,5**
M2 (45-49)	Lozano Rose	Tarbes	11/11/06	**102,5**	Lozano Rose	Tarbes	11/11/06	**62,5**	Lozano Rose	Tarbes	11/11/06	**140,0**	Lozano Rose	Tarbes	11/11/06	**305,0**
M3 (50-54)																207,5
M4 (55-59)																195,0
M5 (60-64)																182,5
M6 (65-69)																170,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -55,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																192,5
T2 (16-17)																205,0
T3 (18-19)																217,5
JR (20-23)																230,0
OP (24-39)	Lozano Rose	Tarbes	17/11/07	**105,0**	Lozano Rose	Tarbes	25/04/09	**65,0**	Lozano Rose	Tarbes	10/12/05	**140,0**	Lozano Rose	Tarbes	12/11/11	**317,5**
M1 (40-44)	Lozano Rose	Tarbes	10/12/05	**100,0**	Lozano Rose	Tarbes	10/12/05	**62,5**	Lozano Rose	Tarbes	10/12/05	**140,0**	Lozano Rose	Tarbes	10/12/05	**302,5**
M2 (45-49)	Lozano Rose	Tarbes	17/11/07	**105,0**	Lozano Rose	Tarbes	25/04/09	**65,0**	Lozano Rose	Tarbes	24/06/06	**140,0**	Lozano Rose	Tarbes	17/11/07	**307,5**
M3 (50-54)	Lozano Rose	Tarbes	12/11/11	**100,0**	Lozano Rose	Tarbes	12/11/11	**60,0**	Lozano Rose	Tarbes	12/11/11	**137,5**	Lozano Rose	Tarbes	12/11/11	**317,5**
M4 (55-59)																205,0
M5 (60-64)																192,5
M6 (65-69)																180,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -58,5 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																197,5
T2 (16-17)																212,5
T3 (18-19)																225,0
JR (20-23)																237,5
OP (24-39)	Lagrange S	Challans	21/06/08	**135,0**	Lagrange S	Challans	21/06/08	**92,5**	Lagrange S	Challans	21/06/08	**135,0**	Lagrange S	Challans	21/06/08	**362,5**
M1 (40-44)																250,0
M2 (45-49)																237,5
M3 (50-54)																225,0
M4 (55-59)																212,5
M5 (60-64)																197,5
M6 (65-69)																185,0
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -63 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																205
T2 (16-17)																217,5
T3 (18-19)																232,5
JR (20-23)	Dubois Helen	Le Trait	25/04/09	**110,0**	Dubois Helen	Le Trait	14/11/09	**67,5**	Dubois Helen	Le Trait	14/11/09	**170,0**	Dubois Helen	Le Trait	14/11/09	**347,5**
OP (24-39)	Dubois Helen	Le Trait	25/04/09	**110,0**	Bourdon Véro	Maromme	24/06/06	**80,0**	Dubois Helen	Le Trait	14/11/09	**170,0**	Dubois Helen	Le Trait	14/11/09	**347,5**
M1 (40-44)																260
M2 (45-49)	Bourdon Véro	Maromme	24/04/04	**100,0**	Bourdon Véro	Maromme	24/06/06	**80,0**	Bourdon Véro	Maromme	23/06/07	**152,5**	Bourdon Véro	Maromme	23/06/07	**322,5**
M3 (50-54)	Bourdon Véro	Maromme	25/04/09	**105,0**	Bourdon Véro	Maromme	19/04/08	**75,0**	Bourdon Véro	Maromme	19/04/08	**155,0**	Bourdon Véro	Maromme	25/04/09	**335**
M4 (55-59)																217,5
M5 (60-64)																205
M6 (65-69)																192,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -70 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																222,5
T2 (16-17)																237,5
T3 (18-19)																252,5
JR (20-23)	Dubois Helen	Le Trait	04/04/10	110	Dubois Helen	Le Trait	04/04/10	75	Dubois Helen	Le Trait	04/04/10	165	Dubois Helen	Le Trait	04/04/10	**350**
OP (24-39)	Dubois Helen	Le Trait	26/03/11	115	Dubois Helen	Le Trait	04/04/10	75	Dubois Helen	Le Trait	26/03/11	170	Dubois Helen	Le Trait	26/03/11	**357,5**
M1 (40-44)																282,5
M2 (45-49)																267,5
M3 (50-54)																252,5
M4 (55-59)																237,5
M5 (60-64)																222,5
M6 (65-69)																210
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -80 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																245
T2 (16-17)																260
T3 (18-19)																277,5
JR (20-23)																292,5
OP (24-39)																325
M1 (40-44)																310
M2 (45-49)																292,5
M3 (50-54)																277,5
M4 (55-59)																260
M5 (60-64)																245
M6 (65-69)																227,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES -90 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																257,5
T2 (16-17)																275,0
T3 (18-19)																292,5
JR (20-23)																310,0
OP (24-39)	Saussois G	Evreux	07/04/07	**137,5**	Saussois G	Evreux	07/04/07	**95**	Saussois G	Evreux	11/11/06	**197,5**	Saussois G	Evreux	07/04/07	**427,5**
M1 (40-44)																327,5
M2 (45-49)																310,0
M3 (50-54)																292,5
M4 (55-59)																275,0
M5 (60-64)																257,5
M6 (65-69)																242,5
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES +90 kg

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulevé de Terre				TOTAL			
T1 (14-15)																**270**
T2 (16-17)																**287,5**
T3 (18-19)																**307,5**
JR (20-23)																**322,5**
OP (24-39)	Saussois G	Evreux	21/06/08	**150**	Saussois G	Evreux	21/06/08	**112,5**	Saussois G	Evreux	21/06/08	**210,0**	Saussois G	Evreux	21/06/08	**472,5**
M1 (40-44)																**342,5**
M2 (45-49)																**322,5**
M3 (50-54)																**307,5**
M4 (55-59)																**287,5**
M5 (60-64)																**270**
M6 (65-69)																**252,5**
M7 (70-74)																
M8 (75-79)																
M9 (80-84)																

Records Fédéraux FSFA - 3 MOUVEMENTS sans EQUIPEMENT - FEMMES

Références des Compétitions

24/04/04	France	Morteau
20/11/04	Monde	Atlanta (USA)
23/04/05	France	Evreux
19/06/05	Europe	Grangemouth (Ecosse)
10/12/05	Monde	Turin (Italie)
22/04/06	France	Bagneux
24/06/06	Europe	Maromme
11/11/06	Monde	Kinsale (Irlande)
07/04/07	France	Ronce-Les-Bains
23/06/07	Europe	Grangemouth (Ecosse)
17/11/07	Monde	Grangemouth (Ecosse)
19/04/08	France	Sedan
21/06/08	Europe	Castleblayney (Irlande)
22/11/08	Monde	Evansville (USA)

25/04/09	France	Maromm
27-28/06/09	Europe	Verslag (Estonie)
14-15/11/09	Monde	Milton Keynes (Gr. Bretagne)
04/04/10	France	Oissel
26/06/10	Europe	Maromme
13-14/11/10	Monde	Castelblayney (Irlande)
26/03/11	France	Déville lès Rouen
07-08/05/11	Europe	Bournemouth (Angleterre)
13/11/2011	Monde	Glasgow (Ecosse)

Minima nationaux en vert
Records de l'année en rouge

Mise à jour Luc Fretel
01/12/11