

# BENCH PRESS 2023 Minima

## MINIMA Dames "Classique" & "Equipé" 2023

		SUB-JUNIOR		JUNIOR		OPEN		MASTER 1		MASTER 2		MASTER 3		MASTER 4	
		Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International
<b>-43kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>32,5</b>	<b>47,5</b>	<b>37,5</b>	<b>52,5</b>										
	<b>Equipé</b>	47,5	67,5	52,5	75										
<b>-47kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>37,5</b>	<b>52,5</b>	<b>42,5</b>	<b>60</b>	<b>45</b>	<b>65</b>		<b>60</b>		<b>52,5</b>		<b>50</b>		<b>45</b>
	<b>Equipé</b>	52,5	75	57,5	82,5	65	92,5		82,5		75		67,5		62,5
<b>-52kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>40</b>	<b>57,5</b>	<b>45</b>	<b>65</b>	<b>50</b>	<b>72,5</b>		<b>65</b>		<b>57,5</b>		<b>55</b>		<b>50</b>
	<b>Equipé</b>	57,5	80	62,5	90	70	100		90		80		75		70
<b>-57kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>45</b>	<b>62,5</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>55</b>	<b>77,5</b>		<b>70</b>		<b>62,5</b>		<b>57,5</b>		<b>55</b>
	<b>Equipé</b>	60	87,5	67,5	97,5	75	107,5		97,5		87,5		80		75
<b>-63kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>47,5</b>	<b>67,5</b>	<b>52,5</b>	<b>75</b>	<b>57,5</b>	<b>85</b>		<b>75</b>		<b>67,5</b>		<b>62,5</b>		<b>57,5</b>
	<b>Equipé</b>	65	92,5	72,5	105	80	115		105		92,5		85		80
<b>-69kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>55</b>	<b>80</b>	<b>62,5</b>	<b>87,5</b>		<b>80</b>		<b>70</b>		<b>65</b>		<b>60</b>
	<b>Equipé</b>	67,5	97,5	77,5	110	85	122,5		110		97,5		90		85
<b>-76kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>50</b>	<b>72,5</b>	<b>57,5</b>	<b>82,5</b>	<b>65</b>	<b>90</b>		<b>82,5</b>		<b>72,5</b>		<b>67,5</b>		<b>62,5</b>
	<b>Equipé</b>	72,5	102,5	80	115	90	127,5		115		102,5		95		87,5
<b>-84kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>52,5</b>	<b>75</b>	<b>60</b>	<b>85</b>	<b>65</b>	<b>95</b>		<b>85</b>		<b>75</b>		<b>70</b>		<b>65</b>
	<b>Equipé</b>	75	107,5	85	120	95	135		120		107,5		100		92,5
<b>+84kgs</b>	<b>Classique</b>	<b>55</b>	<b>77,5</b>	<b>60</b>	<b>87,5</b>	<b>67,5</b>	<b>97,5</b>		<b>87,5</b>		<b>77,5</b>		<b>72,5</b>		<b>67,5</b>
	<b>Equipé</b>	80	112,5	90	127,5	100	142,5		127,5		112,5		105		97,5
pts IPF GL CL		<b>39</b>	<b>56</b>	<b>44</b>	<b>63</b>	<b>49</b>	<b>70</b>		<b>63</b>		<b>56</b>		<b>52</b>		<b>48</b>
pts IPF GL EQ		39	55	42	60	48	69		60		55		50		45

# BENCH PRESS 2023 Minima

## MINIMA Hommes "Classique" & "Equipé" 2023

		SUB-JUNIOR		JUNIOR		OPEN		MASTER 1		MASTER 2		MASTER 3		MASTER 4	
		Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International	Belgique	International
-53kgs	Classique	70	100	77,5	105										
	Equipé	72,5	105	72,5	110										
-59kgs	Classique	75	105	80	115	90	130		115		105		92,5		82,5
	Equipé	80	112,5	85	122,5	97,5	140		122,5		112,5		102,5		92,5
-66kgs	Classique	80	112,5	87,5	122,5	97,5	137,5		122,5		112,5		97,5		87,5
	Equipé	90	127,5	97,5	137,5	110	160		137,5		127,5		115		102,5
-74kgs	Classique	85	120	92,5	132,5	102,5	147,5		132,5		120		105		95
	Equipé	100	140	107,5	155	122,5	177,5		155		140		127,5		115
-83kgs	Classique	90	127,5	97,5	140	110	155		140		127,5		112,5		100
	Equipé	110	155	117,5	167,5	135	195		167,5		155		140		127,5
-93kgs	Classique	95	135	102,5	147,5	115	165		147,5		135		117,5		105
	Equipé	117,5	167,5	127,5	182,5	145	207,5		182,5		167,5		150		135
-105kgs	Classique	100	142,5	110	155	122,5	175		157,5		142,5		125		112,5
	Equipé	125	177,5	135	192,5	155	222,5		192,5		177,5		160		145
-120kgs	Classique	107,5	152,5	115	165	130	185		165		152,5		132,5		117,5
	Equipé	132,5	187,5	142,5	205	162,5	235		205		187,5		170		152,5
+120kgs	Classique	112,5	162,5	122,5	177,5	140	197,5		177,5		162,5		142,5		125
	Equipé	137,5	195	150	212,5	170	245		212,5		195		177,5		160
pts IPF GL CL		45	64	49	70	55	78		70		64		56		50
pts IPF GL EQ		39	55	42	60	48	69		60		55		50		45