

# MAGYAR ERŐEMELŐ SZÖVETSÉG

EQ Ifjúsági Minősítési szintek 2021.

## Erőemelés

Női									
súlycsoport	43	47	52	57	63	69	76	84	+84
<b>nemzetközi szint</b>	<b>200</b>	<b>220</b>	<b>240</b>	<b>260</b>	<b>280</b>	<b>300</b>	<b>320</b>	<b>340</b>	<b>360</b>
<b>magyar I. osztály</b>	<b>140</b>	<b>160</b>	<b>180</b>	<b>200</b>	<b>220</b>	<b>240</b>	<b>260</b>	<b>280</b>	<b>300</b>
magyar II. osztály	90	110	130	150	170	190	210	230	250

Férfi									
súlycsoport	53	59	66	74	83	93	105	120	+120
<b>nemzetközi szint</b>	<b>430</b>	<b>460</b>	<b>490</b>	<b>520</b>	<b>550</b>	<b>580</b>	<b>610</b>	<b>640</b>	<b>670</b>
<b>magyar I. osztály</b>	<b>360</b>	<b>390</b>	<b>420</b>	<b>450</b>	<b>480</b>	<b>510</b>	<b>540</b>	<b>570</b>	<b>600</b>
magyar II. osztály	310	340	370	400	430	460	490	520	550

## Fekvenyomás

Női									
súlycsoport	43	47	52	57	63	69	76	84	+84
<b>nemzetközi szint</b>	<b>65</b>	<b>70</b>	<b>75</b>	<b>80</b>	<b>85</b>	<b>90</b>	<b>95</b>	<b>100</b>	<b>105</b>
<b>magyar I. osztály</b>	<b>45</b>	<b>50</b>	<b>55</b>	<b>60</b>	<b>65</b>	<b>70</b>	<b>75</b>	<b>80</b>	<b>85</b>
magyar II. osztály	25	30	35	40	45	50	55	60	65

Férfi									
súlycsoport	53	59	66	74	83	93	105	120	+120
<b>nemzetközi szint</b>	<b>95</b>	<b>110</b>	<b>125</b>	<b>140</b>	<b>155</b>	<b>170</b>	<b>185</b>	<b>200</b>	<b>215</b>
<b>magyar I. osztály</b>	<b>65</b>	<b>80</b>	<b>95</b>	<b>110</b>	<b>125</b>	<b>140</b>	<b>155</b>	<b>170</b>	<b>185</b>
magyar II. osztály	35	50	65	80	95	110	125	140	155