

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)																222,5
M8 (75-79)																207,5
M9 (80-84)																192,5

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)	Maheust Ch.	Lisieux	25/03/17	105	Maheust Ch.	Lisieux	25/03/17	75	Maheust Ch.	Lisieux	25/03/17	150	Maheust Ch.	Lisieux	25/03/17	330,0
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)																232,5
M8 (75-79)																215,0
M9 (80-84)																197,5

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)	Quelet Thomas	Trilport	09/04/16	125,0	Quelet Thomas	Trilport	19/03/16	70,0	Quelet Thomas	Trilport	09/04/16	147,5	Quelet Thomas	Trilport	09/04/16	337,5	
T3 (18-19)	Bouglama Yanis	Castelnau	30/03/19	132,5	Bouglama Yanis	Castelnau	30/03/19	82,5	Bouglama Yanis	Castelnau	27/04/19	185,5	Bouglama Yanis	Castelnau	30/03/19	400,0	
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)																	247,5
M8 (75-79)																	230,0
M9 (80-84)																	212,5

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)	Quelet Thomas	Trilport	29/04/17	145,0	Mendes Valère	Trilport	31/03/18	85,0	Quelet Thomas	Trilport	29/04/17	170,0	Quelet Thomas	Trilport	29/04/17	395,0	
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	Breaux Nicolas	Individuel	12/11/16	200,0	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)	Nguyen Pierre	Yerres	30/03/19	170,0	Nguyen Pierre	Yerres	30/03/19	120,0	Nguyen Pierre	Yerres	30/03/19	180,0	Nguyen Pierre	Yerres	30/03/19	470,0	
M2 (45-49)	Pétremont D.	Gournay	20/03/15	110,0	Pétremont D.	Gournay	20/03/15	92,5	Pétremont D.	Gournay	20/03/15	170,0	Pétremont D.	Gournay	20/03/15	372,5	
M3 (50-54)	Vincent Marc	Oissel	23/03/13	128,0	Gros Didier	Saint-Vit	22/03/14	100,0	Vincent Marc	Oissel	31/03/12	172,5	Gros Didier	Saint-Vit	22/03/14	387,5	
M4 (55-59)	Chavatte J-P	Gournay	19/04/08	132,5	Gros Didier	Besançon	25/03/17	100,0	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)																	230,0

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)	Quelet Thomas	Trilport	03/11/18	182,5	Lechêne Alex.	Cappelle	31/03/18	117,5	Quelet Thomas	Trilport	03/11/18	210,0	Lechêne Alex.	Cappelle	31/03/18	498,0	
JR (20-23)	Monlezun D.	Tarbes	02/11/13	175,0	Cannessant B.	St Aubin	31/03/12	127,5	Monlezun D.	Tarbes	02/11/13	225,0	Gosselin Alex.	Oissel	31/03/18	487,5	
OP (24-39)	Denouille Kévin	Castelnau	30/03/19	195,0	Domenge Brice	Tarbes	26/10/19	150,0	Compain Bruno	Eu	19/04/08	235,0	Domenge Brice	Tarbes	30/03/19	570,0	
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	Costa Pascal	Challans	28/03/15	125,0	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	212,5	Soroczinski	Hérimonc.	18/06/05	470,0	
M3 (50-54)	Métayer P.	St-Aubin	30/03/19	152,5	Dheilly J-C	St-Aubin	21/06/08	115,0	Dheilly J-C	Individuel	26/03/11	213,0	Métayer P.	St-Aubin	19/03/16	462,5	
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)	Quedeville P.	Duclair	28/03/15	145,0	Quedeville P.	Duclair	31/03/12	100,0	Dheilly J-Claude	Individuel	30/03/19	210,0	Dheilly J-Claude	Individuel	30/03/19	447,5	
M6 (65-69)	Brunet Daniel	Duclair	30/03/19	132,5	Brunet Daniel	Duclair	30/03/19	90,0	Brunet Daniel	Duclair	30/03/19	160,0	Brunet Daniel	Duclair	30/03/19	382,5	
M7 (70-74)																	297,5
M8 (75-79)																	272,5
M9 (80-84)																	247,5

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)	Samyn Julien	Lisieux	30/03/19	130,0	Samyn Julien	Lisieux	30/03/19	100,0	Samyn Julien	Lisieux	30/03/19	170,0	Samyn Julien	Lisieux	30/03/19	400,0	
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)	Pluss Dimitri	Castelnau	28/04/19	197,5	Pluss Dimitri	Castelnau	28/04/19	137,5	Stoffel J.	Evreux	24/06/06	245,0	Pluss Dimitri	Castelnau	28/04/19	565,0	
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)	Mauhourat P.	Tarbes	20/11/04	200,0	Mauhourat P.	Tarbes	10/12/05	132,5	Mauhourat P.	Tarbes	24/06/06	272,5	Mauhourat P.	Tarbes	20/11/04	600,0	
M3 (50-54)	Mauhourat P.	Tarbes	14/11/09	200,0	Taupe Laurent	Individuel	28/03/15	130,0	Mauhourat P.	Tarbes	25/04/09	272,5	Mauhourat P.	Tarbes	25/04/09	595,0	
M4 (55-59)	Mauhourat P.	Tarbes	28/03/15	191,0	Fortier Daniel	Evreux	31/03/18	125,0	Mauhourat P.	Tarbes	28/03/15	261,0	Mauhourat P.	Tarbes	22/03/14	567,5	
M5 (60-64)	Mauhourat P.	Tarbes	30/03/19	182,5	Fortier Daniel	Evreux	30/03/19	125,0	Mauhourat P.	Tarbes	30/03/19	242,5	Mauhourat P.	Tarbes	30/03/19	520,0	
M6 (65-69)																	340,0
M7 (70-74)																	317,5
M8 (75-79)																	295,0
M9 (80-84)																	272,5

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

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulé 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	Jandau Anthony	Cappelle	25/03/17	130,0	L'exact R.	Dan Roc	23/06/07	240,0	L'exact R.	Dan Roc	23/06/07	567,5	
JR (20-23)	Valentin J.	Tarbes	22/03/14	220,0	Valentin J.	Tarbes	22/03/14	155,0	Valentin J.	Tarbes	22/03/14	270,0	Valentin J.	Tarbes	22/03/14	645,0	
OP (24-39)	Vaillant Cyrille	Pontoise	05/05/12	230,0	Vaillant Cyrille	Pontoise	05/05/12	177,5	Mauhourat P.	Tarbes	23/03/13	270,0	Vaillant Cyrille	Pontoise	05/05/12	660,0	
M1 (40-44)	Vaillant Cyrille	Pontoise	02/11/13	225,0	Pires Daniel	Challans	23/03/13	175,5	Corre Dom.	Lisieux	23/04/05	250,0	Vaillant Cyrille	Pontoise	02/11/13	637,5	
M2 (45-49)	Handala Denis	Yerres	27/10/19	215,0	Valfrey Patrick	Vaivre	26/06/10	142,5	Dumont J.C.	Gournay	23/06/07	237,5	Valfrey Patrick	Saint Vit	01/11/14	580,0	
M3 (50-54)	Mauhourat P.	Tarbes	23/03/13	205,0	Grudé Thierry	Individuel	25/04/09	140,0	Mauhourat P.	Tarbes	23/03/13	270,0	Mauhourat P.	Tarbes	23/03/13	602,5	
M4 (55-59)																	415,0
M5 (60-64)	Fortier Daniel	Evreux	27/10/19	175,0	Fortier Daniel	Evreux	27/10/19	122,5	Fortier Daniel	Evreux	27/10/19	212,5	Fortier Daniel	Evreux	27/10/19	510,0	
M6 (65-69)	Cortot Rémi	Paray	27/10/19	177,5	Cortot Rémi	Paray	27/10/19	117,5	Cortot Rémi	Paray	27/10/19	202,5	Cortot Rémi	Paray	27/10/19	497,5	
M7 (70-74)																	337,5
M8 (75-79)																	312,5
M9 (80-84)																	287,5

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

	Flexion de Jambes				Développé Couché				Soulé 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	Pollet Fabien	Eu	19/03/16	290,0	Pollet Fabien	Eu	19/03/16	700,0	
M1 (40-44)	Baumel Patrice	Paray le M	27/10/19	240,0	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)	Baumel Patrice	Paray le M	28/11/21	250,0	Foire P.	Eu	22/04/06	152,5	Baumel Patrice	Paray le M	28/11/21	260,0	Baumel Patrice	Paray le M	28/11/21	655,0	
M3 (50-54)	Kalic François	Trilport	25/03/17	215,0	Kalic François	Trilport	09/04/16	167,5	Kalic François	Trilport	12/11/16	252,5	Kalic François	Trilport	09/04/16	625,0	
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)	Bustreel S.	Challans	19/03/16	206,0	Bustreel S.	Challans	31/03/12	120,0	Bustreel S.	Challans	28/03/15	250,0	Bustreel S.	Challans	28/03/15	572,5	
M7 (70-74)	Bustreel S.	Trilport	27/10/19	202,5	Bustreel S.	Individuel	25/03/17	120,0	Bustreel S.	Individuel	31/03/18	236,5	Bustreel S.	Individuel	30/04/17	545,0	
M8 (75-79)																	332,5
M9 (80-84)																	305,0

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)	Addouche Math	Tarbes	25/03/17	250,0	Addouche Math	Tarbes	25/03/17	180,0	Addouche Math	Tarbes	25/03/17	270,0	Addouche Mat	Tarbes	25/03/17	700,0	
JR (20-23)	Hadjadji Yanis	Individuel	19/03/16	195,0	Hadjadji Yanis	Individuel	19/03/16	140,0	Hadjadji Yanis	Individuel	19/03/16	210,0	Hadjadji Yanis	Individuel	19/03/16	545,0	
OP (24-39)	Louvel Sébastie	Individuel	28/11/21	260,0	Godon Joël	Maromme	24/04/04	180,0	Villin Julien	Castelnau	28/04/19	292,5	Addouche Mat	Tarbes	25/03/17	700,0	
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)	Kalic François	Trilport	05/11/17	207,5	Kalic François	Trilport	05/11/17	155,0	Hubert Gilles	Bonnelles	31/03/18	245,0	Kalic François	Trilport	05/11/17	597,5	
M4 (55-59)																	470,0
M5 (60-64)																	442,5
M6 (65-69)																	412,5
M7 (70-74)																	382,5
M8 (75-79)																	352,5
M9 (80-84)																	322,5

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)	Conrand Tailson	Soissons	31/03/18	230,0	Conrand Tailson	Soissons	31/03/18	140,0	Conrand Tailson	Soissons	31/03/18	260,0	Conrand Tailson	Soissons	31/03/18	630,0	
T3 (18-19)																	520,0
JR (20-23)																	552,5
OP (24-39)	Broutin C.	A.C.M.	11/11/06	270,0	Théry Christ,	Cappelle	26/03/11	215,5	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)	Ruch Patrick	Lisieux	31/03/12	200,0	Ruch Patrick	Lisieux	31/03/12	127,5	Ruch Patrick	Lisieux	31/03/12	260,0	Ruch Patrick	Lisieux	31/03/12	587,5	
M3 (50-54)																	520,0
M4 (55-59)																	490,0
M5 (60-64)																	460,0
M6 (65-69)																	430,0
M7 (70-74)																	400,0
M8 (75-79)																	370,0
M9 (80-84)																	340,0

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)																	415,0
M8 (75-79)																	382,5
M9 (80-84)																	360,0

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)																	425,0
M8 (75-79)																	392,5
M9 (80-84)																	360,0