

POWERLIFTING CLÁSSICO
INDICES MINIMOS PARA CONVOCAÇÕES INTERNACIONAIS

MINIMAS SUBJUNIOR

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL	MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
43	215	222,5	53	372,5	387,5
47	235	245	59	395	410
52	257,5	267,5	66	417,5	435
57	277,5	287,5	74	445	460
63	297,5	310	83	470	487,5
69	315	327,5	93	497,5	517,5
76	330	342,5	105	527,5	547,5
84	345	357,5	120	560	582,5
84+	360	372,5	120+	597,5	620

MINIMAS JUNIOR

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL	MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
43	262,5	280	53	457,5	485
47	290	307,5	59	485	515
52	317,5	337,5	66	515	547,5
57	342,5	362,5	74	545	580
63	367,5	390	83	580	615
69	387,5	412,5	93	612,5	650
76	407,5	432,5	105	650	690
84	425	452,5	120	690	732,5
84+	445	472,5	120+	735	780

MINIMAS OPEN

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL	MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
47	325	342,5	59	545	575
52	357,5	377,5	66	577,5	610
57	385	405	74	615	647,5
63	412,5	435	83	652,5	687,5
69	435	460	93	687,5	727,5
76	457,5	482,5	105	730	770
84	477,5	505	120	775	817,5
84+	500	527,5	120+	827,5	872,5

MINIMAS MASTER 1

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL	MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
47	295	312,5	59	495	525
52	322,5	342,5	66	525	557,5
57	347,5	367,5	74	555	590
63	372,5	295	83	590	625
69	392,5	417,5	93	622,5	660

76	412,5	437,5
84	430	457,5
84+	450	477,5

105	660	700
120	700	742,5
120+	745	790

MINIMAS MASTER 2

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL
47	272,5	280
52	297,5	305
57	320	330
63	342,5	352,5
69	362,5	375
76	382,5	395
84	397,5	412,5
84+	417,5	432,5

MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
59	455	470
66	482,5	497,5
74	512,5	530
83	542,5	560
93	575	595
105	607,5	627,5
120	647,5	670
120+	687,5	710

MINIMAS MASTER 3

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL
47	235	242,5
52	257,5	265
57	277,5	287,5
63	297,5	307,5
69	315	327,5
76	330	342,5
84	345	360
84+	362,5	377,5

MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
59	392,5	407,5
66	417,5	432,5
74	442,5	460
83	470	487,5
93	497,5	517,5
105	527,5	547,5
120	560	582,5
120+	597,5	620

MINIMAS MASTER 4

FEMININO	SULA/PAN	MUNDIAL
47	217,5	225
52	237,5	245
57	257,5	267,5
63	275	285
69	290	302,5
76	305	317,5
84	320	335
84+	332,5	347,5

MASCULINO	SULA/ PAN	MUNDIAL
59	362,5	377,5
66	385	400
74	410	427,5
83	435	452,5
93	460	480
105	487,5	507,5
120	517,5	540
120+	552,5	575