ΚΟΔΤ
ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΤΡΙΑΘΛΟΥ

Παγκύπρια Ρεκόρ Δυναμικού Τριάθλου Γυναικών (Powerlifting Classic)

Sub-Junior

Τελευταία ενημέρωση: 09/09/2025

SQUAT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
84+ kg	Emily Nusinov	180 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

BENCH PRESS

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
84+ kg	Michelle Krystallis	87.5 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023

DEADLIFT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
84+ kg	Emily Nusinov	170 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

TOTAL

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
84+ kg	Emily Nusinov	432.5 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

Junior

SQUAT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	70 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57 kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	105 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-63kg	Όλγα Χριστοφόρου	140Kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-69 kg	Shadia Khalid	107.5kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-76 kg	Lorensa Delco Xeni	130kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania
-84 kg	Άρτεμις Κυριάκου	122.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
84+ kg				

BENCH PRESS

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52Kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	37.5 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57kg	Κάη Χαραλάμπους	60kg	31/10/2021	CPF powerlifting championships 2021
-63kg	Μαργαρίτα Μάρκου	58.5kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg	Shadia Khalid	65kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-76 kg	Lorensa Delco Xeni	75kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania
-84 kg	Άρτεμις Κυριάκου	55 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
84+ kg				

DEADLIFT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	110 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57kg	Κάη Χαραλάμπους	127.5kg	31/10/2021	CPF powerlifting championships 2021
-63kg	Όλγα Χριστοφόρου	165kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-69 kg	Shadia Khalid	142.5kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-76 kg	Lorensa Delco Xeni	165kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania
-84 kg	Άρτεμις Κυριάκου	130 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023
84+ kg				

TOTAL

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-43 kg				
-47 kg				
-52kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	207.5 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57kg	Κάη Χαραλάμπους	282,5Kg	31/10/2021	CPF powerlifting championships 2021
-63kg	Όλγα Χριστοφόρου	360kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-69 kg	Shadia Khalid	315kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-76 kg	Lorensa Delco Xeni	370kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania
-84 kg	Άρτεμις Κυριάκου	297.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
84+ kg				

ΚΟΔΤ
ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΤΡΙΑΘΛΟΥ

Open

SQUAT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-47 kg				
-52kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	70 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57kg	Όλγα Χριστοφόρου	130 kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-63κg	Όλγα Χριστοφόρου	140Kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-69kg	Μόνικα Ηλία	146 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-76kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	170 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg	Δήμητρα Καφούση	125 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023
84+ kg	Emily Nusinov	180 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

BENCH PRESS

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-47 kg				
-52 kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	37.5kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57 kg	Hansel Kaethe Kourtoulou	67.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-63 Kg	Κατερίνα Αντρέου	70 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg	Μόνικα Ηλία	73 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	110 kg	08-15/02/2026	European Men's Masters Classic Powerlifting Championships Oulu \ Finland
-84 kg	Δήμητρα Καφούση	45 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023
+84 kg	Michelle Krystallis	87.5 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023

DEADLIFT

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-47 kg				
-52 kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	100 kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57 kg	Όλγα Χριστοφόρου	155 kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-63 Kg	Όλγα Χριστοφόρου	165kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-69 kg	Μόνικα Ηλία	190 kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	200 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg	Δήμητρα Καφούση	140 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023
+84 kg	Emily Nusinov	170 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

TOTAL

Κατηγορία Βάρους	Όνομα	Επίδοση	Ημερομηνία	Τοποθεσία
-47 kg				
-52 kg	Αντζελίνα Κομοδρόμος	207.5kg	03/07/2022	CPF powerlifting championships 2022
-57 kg	Όλγα Χριστοφόρου	345 kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-63 Kg	Άντρια Χατζιγιάννη	367.5kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-69 kg	Μόνικα Ηλία	407.5 kg	08-15/06/2025	IPF Open Worlds 2025, Germany
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	478 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg	Δήμητρα Καφούση	310 kg	28-29/10/2023	CPF powerlifting championships 2023
+84 kg	Emily Nusinov	432.5 kg	28/11-07/12/2025	European Juniors and Sub-Juniors Classic Championships Druskininkai \ Lithuania

Masters I

SQUAT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg	Έλενα Γερολέμου	55kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	170 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg				
+84 kg	Karolina Motiejumaite	132.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
BENCH PRESS				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg	Έλενα Γερολέμου	37.5kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	108kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg				
+84 kg	Karolina Motiejumaite	57.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
DEADLIFT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg	Έλενα Γερολέμου	92.5kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	200 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg				
+84 kg	Karolina Motiejumaite	152.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
TOTAL				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	CPF powerlifting championships 2024
-47 kg	Έλενα Γερολέμου	185kg	26-27/10/2024	CPF powerlifting championships 2024
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg	Ανδρούλλα Παπακωνσταντίνου	478kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-84 kg				

ΚΟΔΤ
ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΤΡΙΑΘΛΟΥ

Masters II

SQUAT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg	Έλενα Γερολέμου	70kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-57 kg				
-63 Kg	Μαρία Μηνά	47.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
+84 kg				

BENCH PRESS				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg	Έλενα Γερολέμου	47.5kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-57 kg				
-63 Kg	Μαρία Μηνά	32.5 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
+84 kg				

DEADLIFT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg	Έλενα Γερολέμου	105kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-57 kg				
-63 Kg	Μαρία Μηνά	85 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				
+84 kg				

TOTAL				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	CPF powerlifting championships 2024
-47 kg				
-52 kg	Έλενα Γερολέμου	222.5kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-57 kg				
-63 Kg	Μαρία Μηνά	165 kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg				

Masters III

SQUAT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg	Litsa Scott	105kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
+84 kg				
BENCH PRESS				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg	Litsa Scott	45kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
+84 kg				
DEADLIFT				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	**Τοποθεσία**
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg	Litsa Scott	110kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
+84 kg				
TOTAL				
Κατηγορία Βάρους	**Όνομα**	**Επίδοση**	**Ημερομηνία**	CPF powerlifting championships 2024
-47 kg				
-52 kg				
-57 kg				
-63 Kg				
-69 kg				
-76 kg				
-84 kg	Litsa Scott	260kg	04-05/08/2025	CPF powerlifting championships 2025
+84 kg				