



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE POWERLIFTING
Asociación de Powerlifting de Madrid
 I Campeonato Entrena Intenso, AEP-3 de iniciación
 Rivas-Vaciamadrid, Madrid - 5 de marzo del 2022

MEJORES LEVANTADORAS POWERLIFTING RAW a pt. IPF GL										Div.	(kg)	(kg)	(pt.)
Ord.	PL.	NOMBRE	CLUB	AÑO	PESO	EDAD	CAT.	TOTAL	IPFGL				
23	1ª	Belén Maida Lazarte	CROM GYM Madrid	1996	55,82	SNR	57	310,0	73,88				
26	2ª	Alba Ordóñez Rodríguez	CROM GYM Madrid	1998	55,93	SNR	57	310,0	73,77				
21	3ª	Laura Cebada Almagro	FUERZA TOLEDO	1999	46,74	JUN	47	245,0	68,29				
31	4ª	Alejandra Vidal Castiñeiras	ENTRENA INTENSO Madrid	2004	67,88	SBJ	69	322,5	67,43				
29	5ª	Erika Jimenez Tajuelo	FUERZA TOLEDO	2000	66,16	JUN	69	312,5	66,33				
28	6ª	Lucia Herraiz Ferrera	EDUARDO RALLO Madrid	1998	61,98	SNR	63	270,0	59,70				
30	7ª	Lara Rincón Castilla	ALFA Forjando Atletas Madrid	1996	63,83	SNR	69	265,0	57,50				
24	8ª	Sofía Pantoja Cano	ALFA Forjando Atletas Madrid	1999	53,01	JUN	57	222,5	55,28				
25	9ª	Vanesa Mariana Casá	MAD POWERLIFTING Madrid	1974	55,22	M1	57	222,5	53,48				
32	10ª	Mar Blanco Santisteban	ALFA Forjando Atletas Madrid	1998	72,73	SNR	76	262,5	52,88				

CLASIFICACION MUJERES POWERLIFTING RAW POR CATEGORIAS										Div.	(kg)	SQUAT (kg)			PRESS BANCA (kg)			PESO MUERTO (kg)			(kg)	(pt.)
Ord.	PL.	NOMBRE	CLUB	AÑO	PESO	EDAD	CAT.	1º	2º	3º	1º	2º	3º	1º	2º	3º	TOTAL	IPF GL				
		Cat. - 47 kg																				
21	1ª	Laura Cebada Almagro	FUERZA TOLEDO	1999	46,74	JUN	47	72,5	77,5	80,0	47,5	50,0	52,5	97,5	107,5	112,5	245,0	68,29				
		Cat. - 52 kg																				
22	1ª	Jesica Pradillo Lucendo	ALFA Forjando Atletas Madrid	1986	51,88	SNR	52	55,0	-65,0	-70,0	30,0	32,5	35,0	70,0	80,0	-90,0	170,0	43,01				
		Cat. - 57 kg																				
23	1ª	Belén Maida Lazarte	CROM GYM Madrid	1996	55,82	SNR	57	110,0	115,0	120,0	45,0	47,5	50,0	125,0	132,5	140,0	310,0	73,88				
26	2ª	Alba Ordóñez Rodríguez	CROM GYM Madrid	1998	55,93	SNR	57	105,0	112,5	117,5	57,5	60,0	-62,5	120,0	127,5	132,5	310,0	73,77				
24	3ª	Sofía Pantoja Cano	ALFA Forjando Atletas Madrid	1999	53,01	JUN	57	72,5	77,5	80,0	40,0	42,5	-45,0	100,0	-112,5	-112,5	222,5	55,28				
25		Vanesa Mariana Casá	MAD POWERLIFTING Madrid	1974	55,22	M1	57	75,0	77,5	82,5	35,0	37,5	40,0	92,5	-100,0	100,0	222,5	53,48				
		Cat. - 63 kg																				
28	1ª	Lucia Herraiz Ferrera	EDUARDO RALLO Madrid	1998	61,98	SNR	63	85,0	90,0	97,5	45,0	50,0	-52,5	112,5	122,5	-130,0	270,0	59,70				
27	2ª	Paula Uzcudum Aulló	ALFA Forjando Atletas Madrid	1985	62,94	SNR	63	75,0	82,5	87,5	37,5	-40,0	-42,5	90,0	100,0	110,0	235,0	51,45				
		Cat. - 69 kg																				
31	1ª	Alejandra Vidal Castiñeiras	ENTRENA INTENSO Madrid	2004	67,88	SBJ	69	-120,0	130,0	-135,0	-52,5	52,5	-55,0	-140,0	140,0	-150,0	322,5	67,43				
29	2ª	Erika Jimenez Tajuelo	FUERZA TOLEDO	2000	66,16	JUN	69	97,5	102,5	107,5	45,0	50,0	55,0	137,5	142,5	150,0	312,5	66,33				
30	3ª	Lara Rincón Castilla	ALFA Forjando Atletas Madrid	1996	63,83	SNR	69	82,5	87,5	92,5	52,5	-55,0	-55,0	105,0	115,0	120,0	265,0	57,50				
		Cat. - 76 kg																				
32	1ª	Mar Blanco Santisteban	ALFA Forjando Atletas Madrid	1998	72,73	SNR	76	90,0	100,0	-105,0	42,5	45,0	47,5	105,0	115,0	-122,5	262,5	52,88				