

WDFPF MINIMUM STARTING WEIGHT AT WORLD CHAMPIONSHIPS
"Single and Powerlifting " UNEQUIPPED

WOMEN SQUAT UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
- 44 KG	40	45	50	55	60	57,5	55	52,5	50	47,5	42,5	37,5	35	32,5	30
- 47,5 KG	42,5	47,5	52,5	57,5	65	62,5	60	57,5	55	50	47,5	40	37,5	35	32,5
- 50,5 KG	45	50	55	60	67,5	65	62,5	60	57,5	55	50	45	40	37,5	35
- 53 KG	47,5	52,5	57,5	62,5	70	67,5	65	62,5	60	57,5	55	47,5	42,5	40	37,5
- 55,5 KG	50	55	60	67,5	75	72,5	70	67,5	65	62,5	60	50	45	42,5	40
- 58,5 KG	52,5	57,5	65	72,5	80	75	72,5	70	67,5	65	62,5	52,5	47,5	45	42,5
- 63 KG	55	60	67,5	77,5	85	80	75	72,5	70	67,5	65	55	57,5	47,5	45
- 70 KG	60	67,5	72,5	80	90	85	80	75	72,5	70	67,5	57,5	52,5	50	47,5
- 80 KG	65	72,5	80	90	100	95	90	85	77,5	75	72,5	60	55	52,5	50
- 90 KG	72,5	80	87,5	97,5	107,5	102,5	97,5	92,5	85	82,5	75	67,5	60	55	52,5
- 110 KG	77,5	85	95	105	117,5	112,5	107,5	102,5	95	87,5	82,5	75	67,5	60	55
+ 110 KG	87,5	95	105	115	127,5	122,5	117,5	112,5	105	97,5	92,5	85	77,5	70	65

WOMEN BENCH-PRESS UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
- 44 KG	25	25	27,5	30	32,5	30	27,5	25	25	25	25	25	25	25	25
- 47,5 KG	25	27,5	30	32,5	35	32,5	30	27,5	25	25	25	25	25	25	25
- 50,5 KG	27,5	30	32,5	35	40	35	32,5	30	27,5	27,5	27,5	27,5	25	25	25
- 53 KG	27,5	32,5	35	37,5	42,5	37,5	35	32,5	30	30	27,5	27,5	25	25	25
- 55,5 KG	30	35	37,5	40	45	42,5	40	37,5	35	32,5	30	27,5	25	25	25
- 58,5 KG	32,5	37,5	40	42,5	47,5	45	42,5	40	37,5	35	32,5	30	27,5	25	25
- 63 KG	32,5	37,5	40	45	50	47,5	45	42,5	40	37,5	35	32,5	30	27,5	25
- 70 KG	35	40	42,5	47,5	52,5	50	47,5	45	42,5	40	37,5	35	32,5	30	27,5
- 80 KG	37,5	42,5	47,5	52,5	57,5	55	52,5	50	47,5	45	40	37,5	35	32,5	27,5
- 90 KG	40	45	50	55	60	57,5	55	52,5	50	47,5	42,5	40	37,5	35	27,5
- 110 KG	45	50	55	60	67,5	65	62,5	60	57,5	52,5	50	45	40	37,5	30
+ 110 KG	55	60	65	70	77,5	75	72,5	70	67,5	62,5	60	55	45	42,5	37,5

WOMEN DEADLIFT UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
- 44 KG	47,5	52,5	57,5	65	72,5	70	67,5	65	62,5	60	55	50	45	42,5	35
- 47,5 KG	52,5	57,5	62,5	70	77,5	72,5	70	67,5	65	62,5	57,5	52,5	50	45	37,5
- 50,5 KG	55	60	67,5	75	82,5	80	75	72,5	67,5	65	62,5	60	55	47,5	40
- 53 KG	57,5	62,5	70	77,5	87,5	85	77,5	75	70	67,5	65	62,5	57,5	50	42,5
- 55,5 KG	60	65	75	85	95	90	85	80	75	72,5	70	65	62,5	55	45
- 58,5 KG	65	72,5	80	90	100	95	90	85	77,5	75	72,5	67,5	65	60	47,5
- 63 KG	67,5	75	85	92,5	105	100	95	90	85	80	75	70	67,5	62,5	50
- 70 KG	75	80	92,5	102,5	112,5	107,5	102,5	97,5	90	87,5	80	72,5	70	65	52,5
- 80 KG	80	87,5	97,5	107,5	120	115	110	105	100	92,5	85	77,5	75	70	52,5
- 90 KG	87,5	97,5	107,5	120	132,5	125	120	115	107,5	100	95	85	80	75	55
- 110 KG	92,5	102,5	112,5	125	140	132,5	125	120	112,5	105	100	90	85	80	55
+ 110 KG	100	110	120	130	150	142,5	135	130	122,5	115	110	100	90	85	60

WDFPF MINIMUM STARTING WEIGHT AT WORLD CHAMPIONSHIPS
"Single and Powerlifting " UNEQUIPPED

MEN SQUAT UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
52 KG	75	82,5	92,5	102,5	112,5	107,5	102,5	97,5	92,5	87,5	85	72,5	65	57,5	52,5
56 KG	82,5	90	100	110	122,5	117,5	112,5	107,5	102,5	97,5	92,5	80	72,5	65	57,5
60 KG	87,5	97,5	107,5	120	132,5	125	120	115	110	105	100	85	77,5	70	62,5
67,5 KG	97,5	107,5	120	132,5	147,5	140	132,5	125	120	115	107,5	92,5	82,5	75	67,5
75 KG	107,5	120	132,5	147,5	162,5	155	147,5	140	132,5	125	120	102,5	92,5	82,5	75
82,5 KG	115	127,5	142,5	157,5	175	167,5	160	152,5	145	137,5	127,5	112,5	102,5	92,5	82,5
90 KG	122,5	135	150	167,5	185	175	167,5	160	152,5	145	130	117,5	105	95	85
100 KG	125	140	155	172,5	192,5	182,5	175	165	157,5	150	135	122,5	110	100	90
110 KG	132,5	147,5	162,5	180	200	190	180	170	162,5	155	140	125	112,5	102,5	92,5
125 KG	137,5	152,5	170	187,5	207,5	197,5	187,5	177,5	167,5	160	145	130	117,5	105	95
145 KG	142,5	157,5	175	195	217,5	207,5	200	187,5	177,5	167,5	150	135	122,5	110	100
+ 145 KG	147,5	165	180	202,5	225	215	205	195	185	175	157,5	142,5	127,5	115	105

MEN BENCH-PRESS UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
52 KG	55	60	67,5	75	82,5	77,5	72,5	70	67,5	65	60	52,5	47,5	42,5	37,5
56 KG	57,5	65	72,5	80	90	85	80	75	72,5	70	65	57,5	52,5	47,5	42,5
60 KG	65	72,5	80	90	100	95	90	85	80	75	70	60	55	50	45
67,5 KG	70	82,5	92,5	102,5	112,5	107,5	102,5	97,5	92,5	87,5	80	72,5	65	57,5	52,5
75 KG	80	87,5	97,5	107,5	120	115	110	105	100	95	87,5	77,5	70	62,5	57,5
82,5 KG	82,5	92,5	102,5	115	127,5	120	115	110	105	100	92,5	80	72,5	65	60
90 KG	90	100	110	122,5	135	127,5	120	115	110	105	95	85	77,5	70	62,5
100 KG	92,5	102,5	112,5	125	140	132,5	125	120	115	110	100	87,5	80	72,5	65
110 KG	97,5	107,5	115	127,5	142,5	135	127,5	125	117,5	112,5	102,5	90	82,5	75	67,5
125 KG	100	110	122,5	135	150	142,5	135	127,5	120	115	105	92,5	85	77,5	70
145 KG	102,5	115	127,5	142,5	157,5	150	142,5	135	127,5	120	107,5	97,5	87,5	80	72,5
+ 145 KG	105	120	132,5	147,5	162,5	155	147,5	140	132,5	125	117,5	100	90	82,5	75

MEN DEADLIFT UNEQUIPPED															
AGE	14	16	18	20	24	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
CAT.	T1	T2	T3	JR	SR	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
52 KG	82,5	92,5	102,5	112,5	125	120	115	110	105	100	92,5	80	72,5	65	57,5
56 KG	90	100	110	122,5	135	127,5	120	115	110	105	97,5	85	77,5	70	62,5
60 KG	95	105	117,5	130	145	137,5	130	122,5	117,5	112,5	107,5	92,5	82,5	75	67,5
67,5 KG	107,5	120	132,5	147,5	165	157,5	150	142,5	135	127,5	120	102,5	92,5	82,5	75
75 KG	120	132,5	147,5	162,5	180	170	162,5	155	147,5	140	130	112,5	102,5	92,5	82,5
82,5 KG	125	140	155	172,5	192,5	182,5	172,5	165	157,5	150	140	122,5	110	100	90
90 KG	135	150	167,5	185	205	195	185	175	167,5	160	145	130	117,5	105	95
100 KG	142,5	157,5	172,5	192,5	217,5	207,5	197,5	187,5	177,5	167,5	150	135	122,5	110	100
110 KG	147,5	165	182,5	202,5	225	215	205	197,5	182,5	172,5	155	140	125	112,5	102,5
125 KG	152,5	170	190	210	232,5	220	210	200	190	180	162,5	147,5	132,5	120	107,5
145 KG	155	172,5	192,5	215	240	227,5	217,5	205	195	185	167,5	150	135	122,5	110
+ 145 KG	165	182,5	200	225	250	237,5	225	215	205	195	175	157,5	142,5	127,5	115