Naiste Eesti rekordid klassikalises jõutõstmises seisuga 07.11.2026
M1 vanuseklass (40a. ja vanemad)

Kükk

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	65,0	Rekordnorm					
-52kg	77,5	Klaarika Liivat	84	SK Jõusport	50,99	EST. Tallinn	04.10.2025
-57kg	92,5	Julja Läänsalu	78	Reval	56,50	EST. Tartu	18.02.2023
-63kg	97,5	Siret Sügis	72	TÜASK	62,36	FIN.Salo	06.06.2015
-69kg	**108,0**	**Keidi Kiil**	**84**	**SK Jõusport**	**68,15**	**EST. Tartu**	**24.01.2026**
-76kg	150,0	Hedi Haug	85	Pitbulls	74,95	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	125,0	Anneli Volkov	78	Tallinn	78,95	EST.Tartu	07.10.2022
+84kg	**182,5**	**Triin Raudoja**	**83**	**TÜASK**	**95,65**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Lamades surumine (kolmevõistlus)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	35,0	Rekordnorm					
-52kg	37,5	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,25	EST.Pala	29.02.2020
-57kg	45,0	Julja Läänsalu	78	Reval	56,50	EST. Tartu	18.02.2023
-63kg	57,5	Siret Sügis	72	TÜASK	62,36	FIN.Salo	06.06.2015
-69kg	**62,5**	**Keidi Kiil**	**84**	**SK Jõusport**	**68,15**	**EST. Tartu**	**24.01.2026**
-76kg	80,0	Hedi Haug	85	Pitbulls	74,95	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	82,5	Anneli Volkov	78	Tallinn	78,95	EST.Tartu	07.10.2022
+84kg	**82,5**	**Triin Raudoja**	**83**	**TÜASK**	**95,65**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Jõutõmme

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	90,0	Rekordnorm					
-52kg	100,0	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,1	LIT. Vilnius	09.03.2022
-57kg	120,0	Julja Läänsalu	78	Reval	56,50	EST. Tartu	18.02.2023
-63kg	140,0	Siret Sügis	72	TÜASK	62,36	FIN.Salo	06.06.2015
-69kg	**150,0**	**Ivi Pajuste**	**79**	**Reval**	**67,23**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**
-76kg	170,0	Hedi Haug	85	Pitbulls	74,95	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	147,5	Anneli Volkov	78	Tallinn	78,95	EST.Tartu	07.10.2022
+84kg	**197,5**	**Triin Raudoja**	**83**	**TÜASK**	**95,65**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Kogusumma

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	185,0	Rekordnorm					
-52kg	207,5	Klaarika Liivat	84	SK Jõusport	50,99	EST. Tallinn	04.10.2025
-57kg	257,5	Julja Läänsalu	78	Reval	56,50	EST. Tartu	18.02.2023
-63kg	295,0	Siret Sügis	72	TÜASK	62,36	FIN.Salo	06.06.2015
-69kg	**307,5**	**Ivi Pajuste**	**79**	**Reval**	**67,23**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**
-76kg	400,0	Hedi Haug	85	Pitbulls	74,95	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	355,0	Anneli Volkov	78	Tallinn	78,95	EST.Tartu	07.10.2022
+84kg	**462,5**	**Triin Raudoja**	**83**	**TÜASK**	**95,65**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Lamades surumine (üksikala)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	40,0	Rekordnorm					
-52kg	45,0	Rekordnorm					
-57kg	50,0	Julia Läänsalu	78	Reval	56,04	EST.Pärnu	09.11.2024

-63kg	**77,5**	**Hedi Haug**	**85**	**Pitbulls**	**62,45**	**EST.Märjamaa**	**07.11.2026**
-69kg	82,5	Hedi Haug	85	Pitbulls	68,65	EST.Tartu	08.11.2025
-76kg	85,0	Anneli Volkov	78	Tallinn	74,35	EST.Pärnu	09.11.2024
-84kg	85,0	Anneli Volkov	78	Tallinn	77,13	EST. Nõo	06.07.2024
+84kg	**82,5**	**Triin Raudoja**	**83**	**TÜASK**	**95,65**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

M2 vanuseklass (50a. ja vanemad)

Kükk

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	57,5	Rekordnorm					
-52kg	67,5	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,1	LIT. Vilnius	09.03.2022
-57kg	67,5	Rekordnorm					
-63kg	72,5	Rekordnorm					
-69kg	**110,0**	**Sirje Laks**	**71**	**Sparta**	**65,70**	**EST. Tartu**	**24.01.2026**
-76kg	87,5	Kaire Elias	75	SK Jõusport	71,35	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	82,5	Maarja Öpik	72	SK Jõusport	82,14	EST.Tallinn	04.10.2025
+84kg	**135,0**	**Kristi Karja**	**76**	**Powerlifting4U**	**88,72**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Lamades surumine (kolmevõistlus)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	30,0	Rekordnorm					
-52kg	37,5	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,1	LIT. Vilnius	09.03.2022
-57kg	35,0	Rekordnorm					
-63kg	**37,5**	**Kristi Koosa**	**74**	**M&M Strength**	**60,21**	**EST.Tallinn**	**03.10.2026**
-69kg	55,0	Sirje Laks	71	Sparta	66,06	EST.Tallinn	04.10.2025
-76kg	60,0	Kaire Elias	75	SK Jõusport	71,35	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	55,0	Maarja Öpik	72	SK Jõusport	82,14	EST.Tallinn	04.10.2025
+84kg	**65,0**	**Kristi Karja**	**76**	**Powerlifting4U**	**88,72**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Jõutõmme

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	75,0	Rekordnorm					
-52kg	100,0	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,1	LIT. Vilnius	09.03.2022
-57kg	87,5	Rekordnorm					
-63kg	92,5	Rekordnorm					
-69kg	125,0	Sirje Laks	71	Sparta	66,06	EST.Tallinn	04.10.2025
-76kg	105,0	Kaire Elias	75	SK Jõusport	71,35	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	117,5	Maarja Öpik	72	SK Jõusport	82,14	EST.Tallinn	04.10.2025
+84kg	**150,0**	**Kristi Karja**	**76**	**Powerlifting4U**	**88,72**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Kogusumma

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	160,0	Rekordnorm					
-52kg	205,0	Marju Vaagen	72	TÜASK	51,1	LIT. Vilnius	09.03.2022
-57kg	187,5	Rekordnorm					
-63kg	200,0	Rekordnorm					
-69kg	**290,0**	**Sirje Laks**	**71**	**Sparta**	**65,70**	**EST. Tartu**	**24.01.2026**
-76kg	252,5	Kaire Elias	75	SK Jõusport	71,35	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	255,0	Maarja Öpik	72	SK Jõusport	82,14	EST.Tallinn	04.10.2025
+84kg	**350,0**	**Kristi Karja**	**76**	**Powerlifting4U**	**88,72**	**EST. Tallinn**	**03.10.2026**

Lamades surumine (üksikala)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	35,0	Rekordnorm					
-52kg	40,0	Rekordnorm					
-57kg	45,0	Rekordnorm					
-63kg	50,0	Rekordnorm					
-69kg	57,5	Sirje Laks	71	Sparta	66,75	EST.Tartu	08.11.2025
-76kg	60,0	Kaire Elias	75	SK Jõusport	71,35	EST.Kääriku	04.01.2025
-84kg	82,5	Jana Olak	66	TÜASK	82,87	FIN.Vantaa	16.05.2018
+84kg	**72,5**	**Aire Oolup**	**75**	**Reval**	**102,49**	**EST. Kunda**	**04.07.2026**

M3 vanuseklass (60a. ja vanemad)

Kükk

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	47,5	Rekordnorm					
-52kg	52,5	Rekordnorm					
-57kg	57,5	Rekordnorm					
-63kg	62,5	Rekordnorm					
-69kg	65,0	Rekordnorm					
-76kg	70,0	Rekordnorm					
-84kg	72,5	Rekordnorm					
+84kg	80,0	Rekordnorm					

Lamades surumine (kolmevõistlus)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	27,5	Rekordnorm					
-52kg	30,0	Rekordnorm					
-57kg	32,5	Rekordnorm					
-63kg	35,0	Rekordnorm					
-69kg	37,5	Rekordnorm					
-76kg	40,0	Rekordnorm					
-84kg	42,5	Rekordnorm					
+84kg	45,0	Rekordnorm					

Jõutõmme

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	67,5	Rekordnorm					
-52kg	70,0	Rekordnorm					
-57kg	75,0	Rekordnorm					
-63kg	80,0	Rekordnorm					
-69kg	85,0	Rekordnorm					
-76kg	90,0	Rekordnorm					
-84kg	97,5	Rekordnorm					
+84kg	107,5	Rekordnorm					

Kogusumma

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	137,5	Rekordnorm					
-52kg	150,0	Rekordnorm					
-57kg	162,5	Rekordnorm					

-63kg	172,5	Rekordnorm
-69kg	185,0	Rekordnorm
-76kg	200,0	Rekordnorm
-84kg	210,0	Rekordnorm
+84kg	225,0	Rekordnorm

Lamades surumine (üksikala)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	30,0	Rekordnorm					
-52kg	35,0	Rekordnorm					
-57kg	40,0	Rekordnorm					
-63kg	42,5	Rekordnorm					
-69kg	44,0	Rekordnorm					
-76kg	46,0	Rekordnorm					
-84kg	47,5	Rekordnorm					
+84kg	55,0	Tiiu Kimber	1948	SK Ringi	85,71	EST.Pärnu	19.11.2017

M4 vanuseklass (70a. ja vanemad)

Kükk

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	42,5	Rekordnorm					
-52kg	47,5	Rekordnorm					
-57kg	52,5	Rekordnorm					
-63kg	57,5	Rekordnorm					
-69kg	60,0	Rekordnorm					
-76kg	65,0	Rekordnorm					
-84kg	70,0	Rekordnorm					
+84kg	75,0	Rekordnorm					

Lamades surumine (kolmevõistlus)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	25,0	Rekordnorm					
-52kg	27,5	Rekordnorm					
-57kg	30,0	Rekordnorm					
-63kg	32,5	Rekordnorm					
-69kg	35,0	Rekordnorm					
-76kg	37,5	Rekordnorm					
-84kg	40,0	Rekordnorm					
+84kg	42,5	Rekordnorm					

Jõutõmme

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	65,0	Rekordnorm					
-52kg	67,5	Rekordnorm					
-57kg	72,5	Rekordnorm					
-63kg	77,5	Rekordnorm					
-69kg	85,0	Rekordnorm					
-76kg	90,0	Rekordnorm					
-84kg	95,0	Rekordnorm					
+84kg	105,0	Rekordnorm					

Kogusumma

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	125,0	Rekordnorm					
-52kg	135,0	Rekordnorm					
-57kg	150,0	Rekordnorm					
-63kg	162,5	Rekordnorm					
-69kg	175,0	Rekordnorm					
-76kg	190,0	Rekordnorm					
-84kg	200,0	Rekordnorm					
+84kg	215,0	Rekordnorm					

Lamades surumine (üksikala)

Klass	Raskus	Nimi	Sünd.	Klubi	Kehakaal	Koht	Kuupäev
-47kg	27,5	Rekordnorm					
-52kg	30,0	Rekordnorm					
-57kg	35,0	Rekordnorm					
-63kg	37,5	Rekordnorm					
-69kg	39,0	Rekordnorm					
-76kg	40,0	Rekordnorm					
-84kg	42,5	Rekordnorm					
+84kg	55,0	Tiiu Kimber	1948	SK Ringi	85,20	FIN.Vantaa	16.05.2018