

F E M E N I L O P E N

R A W

Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	44.7kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Elsa Mejía	Nuevo León	51.1kg	122.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-57kg	Faridi Saavedra	Guanajuato	56.7kg	132.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-63kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	60.95kg	135kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Aurora Pérez	Baja California	63.8kg	145kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-84kg	Diana Edith López	Baja California	82.5kg	140kg	19.03.2016	León, Guanajuato
+84kg	Grecia Torres	Guanajuato	111.75kg	215kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
Bench Press						
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	44.7kg	45kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Jessica Reyes	Estado de México	51.5kg	75kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Yuridia Perales	Tamaulipas	56.5kg	65kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-63kg	María del Sol Pérez A.	Jalisco	59.95kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Silvia Martínez	Tamaulipas	69.2kg	87.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Diana Edith López	Baja California	82.5kg	75kg	19.03.2016	León, Guanajuato
+84kg	Grecia Torres	Guanajuato	111.75kg	115kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
Deadlift						
-47kg	Ariana Hernández	UNAM	46.9kg	120kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Aline Falcón	CDMX	50.1kg	150kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-57kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	56.9kg	160kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-63kg	Angélica González	Coahuila	62.4kg	160kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-72kg	Silvia Martínez	Tamaulipas	69.2kg	165kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Diana Edith López	Baja California	82.5kg	155kg	19.03.2016	León, Guanajuato
+84kg	Grecia Torres	Guanajuato	111.75kg	235kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
Total						
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	44.7kg	232.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Aline Falcón	Baja California Sur	51.7kg	305kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	56.9kg	337.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-63kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	60.95kg	355kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Silvia Martínez	Tamaulipas	69.2kg	387.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Diana Edith López	Baja California	82.5kg	370kg	19.03.2016	León, Guanajuato
+84kg	Grecia Torres	Guanajuato	111.75kg	565kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California



RECORDS NACIONALES



Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	35kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	45.8kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Gloria Madriz	Sonora	48.2kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Jaqueline Campos	Guanajuato	53.6kg	65kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Cynthia Gacia	CDMX	58kg	80kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	130kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	135g	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	150kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Bench Press						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	22.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	45.8kg	42.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	49.5kg	40kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-57kg	Jaqueline Campos	Guanajuato	53.6kg	37.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Cynthia Gacia	CDMX	58kg	80kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	47.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	55kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	50kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Deadlift						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	55kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Karina Jazmín Chino	Estado de México	46.8kg	110kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Gloria Madriz	Sonora	48.2kg	110kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Jaqueline Campos	Guanajuato	53.6kg	72.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Cynthia Gacia	CDMX	58kg	110kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	142.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	145kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	130kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Total						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	112.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	45.8KG	232.5KG	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Gloria Madriz	Sonora	48.2kg	215kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Jaqueline Campos	Guanajuato	53.6kg	175kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Cynthia Gacia	CDMX	58kg	237.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	325kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	335kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	330kg	19.03.2016	León, Guanajuato



RECORDS NACIONALES



F E M E N I L J U N I O R

R A W

Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	35kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	45.8kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Gloria Madriz	Sonora	48.2kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Gabriela Franco	Coahuila	54.7kg	130kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-63kg	Cynthia García	CDMX	58kg	80kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	130kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	135g	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	150kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Bench Press						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	22.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Andrea Altamirano	UNAM	46.5kg	45kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Daniela Cywiak	Guanajuato	51.9kg	45kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Gabriela Franco	Coahuila	54.7kg	60kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-63kg	Cynthia García	CDMX	58kg	47.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	52.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	55kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	50kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Deadlift						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	55kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Karina Jazmín Chino	Estado de México	46.8kg	110kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Daniela Cywiak	Guanajuato	51.9kg	117.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	56.9kg	160kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-63kg	Cynthia García	CDMX	58kg	110kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	142.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	145kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	130kg	19.03.2016	León, Guanajuato
Total						
-43kg	Adriana Zamudio	Estado de México	38kg	112.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-47kg	Alondra Arredondo	Nuevo León	45.8KG	232.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-52kg	Daniela Cywiak	Guanajuato	51.9kg	240kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-57kg	Ana Karem Valenzuela	Tamaulipas	56.9kg	337.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-63kg	Cynthia García	CDMX	58kg	237.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	Laura García	Chihuahua	69.6kg	325kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-84kg	Estándar mexicano		84kg	335kg	01.01.2018	
+84kg	Shauri Hellmer	Estado de México	87.9kg	330kg	19.03.2016	León, Guanajuato



RECORDS NACIONALES



FEMENIL MASTER 1

RAW

Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	50kg	01.01.2018	
-52kg	María Leticia García	Hidalgo	47.3kg	90kg	03.05.2014	Tulancingo,Hidalgo
-57kg	Rosalva Manzano	Estado de México	54.6kg	100kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Marcia Ramos	Baja California	61.4kg	100kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	María Luisa Torres R.	Hidalgo	71.1kg	117.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-84kg	Estándar mexicano		84kg	150kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	155kg	01.01.2018	
Bench Press						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	30kg	01.01.2018	
-52kg	María Leticia García	Hidalgo	47.3kg	40kg	03.05.2014	Tulancingo,Hidalgo
-57kg	Rosalva Manzano	Estado de México	54.6kg	57.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Magdalena Avendaño	Baja California	60kg	72.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-72kg	Luisa Torres	Hidalgo	70.05kg	70kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-84kg	Estándar mexicano		84kg	75kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	80kg	01.01.2018	
Deadlift						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	60kg	01.01.2018	
-52kg	María Leticia García	Hidalgo	47.3kg	110kg	03.05.2014	Tulancingo,Hidalgo
-57kg	Rosalva Manzano	Estado de México	54.6kg	125kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Marcia Ramos	Baja California	61.4kg	130kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	María Luisa Torres R.	Hidalgo	71.1kg	150kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-84kg	Estándar mexicano		84kg	175kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	180kg	01.01.2018	
Total						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	140kg	01.01.2018	
-52kg	María Leticia García	Hidalgo	47.3kg	240kg	03.05.2014	Tulancingo,Hidalgo
-57kg	Rosalva Manzano	Estado de México	54.6kg	282.5kg	01.05.2015	Mazatlán, Sinaloa
-63kg	Marcia Ramos	Baja California	61.4kg	295kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-72kg	María Luisa Torres R.	Hidalgo	71.1kg	332.5kg	19.03.2016	León, Guanajuato
-84kg	Estándar mexicano		84kg	400kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	415kg	01.01.2018	



RECORDS NACIONALES



F
E
M
E
N
I
L

M
A
S
T
E
R

2

R
A
W

Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	45kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	85kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	90kg	01.01.2018	
-63kg	Magdalena Avendaño	Baja California	62.45kg	87.5kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Estándar mexicano		72kg	90kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	95kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	100kg	01.01.2018	
Bench Press						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	25kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	35kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	50kg	01.01.2018	
-63kg	María del Socorro Pérez	Jalisco	59.95kg	80kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Estándar mexicano		72kg	60kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	65kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	70kg	01.01.2018	
Deadlift						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	55kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	105kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	115kg	01.01.2018	
-63kg	Magdalena Avendaño	Baja California	62.45kg	130kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Estándar mexicano		72kg	120kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	125kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	130kg	01.01.2018	
Total						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	125kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	225kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	255kg	01.01.2018	
-63kg	Magdalena Avendaño	Baja California	62.45kg	285kg	29.04.2017	Ensenada, Baja California
-72kg	Estándar mexicano		72kg	270kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	285kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	300kg	01.01.2018	



RECORDS NACIONALES



Categoría	Nombre	Estado	Peso corporal	Resultado	Fecha	Lugar
Squat						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	40kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	70kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	80kg	01.01.2018	
-63kg	Estándar mexicano		63kg	85kg	01.01.2018	
-72kg	Estándar mexicano		72kg	90kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	95kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	100kg	01.01.2018	
Bench Press						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	20kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	30kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	40kg	01.01.2018	
-63kg	Estándar mexicano		63kg	45kg	01.01.2018	
-72kg	Estándar mexicano		72kg	50kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	55kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	60kg	01.01.2018	
Deadlift						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	50kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	90kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	95kg	01.01.2018	
-63kg	Estándar mexicano		63kg	100kg	01.01.2018	
-72kg	Estándar mexicano		72kg	105kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	110kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	115kg	01.01.2018	
Total						
-47kg	Estándar mexicano		47kg	110kg	01.01.2018	
-52kg	Estándar mexicano		52kg	190kg	01.01.2018	
-57kg	Estándar mexicano		57kg	215kg	01.01.2018	
-63kg	Estándar mexicano		63kg	230kg	01.01.2018	
-72kg	Estándar mexicano		72kg	245kg	01.01.2018	
-84kg	Estándar mexicano		84kg	260kg	01.01.2018	
+84kg	Estándar mexicano		85kg	275kg	01.01.2018	

FEMENIL MASTER 3

RAW



RECORDS NACIONALES

