

RECHTDOOR MET 2 HANDEN

	Hoogte handvat (cm)	Groen >80%	Geel 50-80%	Rood <50%
DUWEN (in kg)	81	22	23-27	28
	84	23	24-28	29
	86	23	24-28	29
	89	23	24-28	29
	91	24	25-28	29
	94	24	25-28	29
	97	24	25-28	29
	99	24	25-28	29
	102	24	25-28	29
	104	25	26-29	30
	107	26	27-30	31
	109	27	28-32	33
	112	28	29-33	34
	114	29	30-33	34
	117	29	30-34	35

TREKKEN (in kg)	81	19	20-25	26
	84	20	21-27	28
	86	21	22-28	29
	89	23	24-29	30
	91	24	25-30	31
	94	25	26-31	32
	97	26	27-32	33
	99	27	28-33	34
	102	28	29-33	34
	104	29	30-34	35
	107	30	31-34	35
	109	30	31-35	36
	112	31	32-36	37
	114	32	33-36	37
	117	32	33-37	38

DRAAIEN MET 2 HANDEN

	Hoogte handvat (cm)	Groen >80%	Geel 50-80%	Rood <50%
DUWEN TREKKEN (in kg.cm)	81	823	824-1028	1029
	84	850	851-1055	1056
	86	878	879-1083	1084
	89	892	893-1110	1111
	91	919	920-1137	1138
	94	946	947-1165	1166
	97	860	861-1192	1193
	99	988	989-1220	1221
	102	1001	1002-1247	1248
	104	1015	1016-1261	1262
	107	1029	1030-1275	1276
	109	1042	1043-1288	1289
	112	1056	1057-1302	1303
	114	1070	1071-1316	1317
	117	1070	1071-1316	1317
119	1084	1085-1329	1330	
122	1097	1098-1343	1344	

* Gemeten kracht x aantal cm tussen de handen (tussen 30 en 90cm)

RECHTDOOR EN DRAAIEN MET 1 HAND

TREKKEN (in kg)	81	17	18-20	21
	84	18	19-21	22
	86	19	20-22	23
	89	19	20-22	23
	91	20	21-23	24
	94	20	21-23	24
	97	20	21-23	24
	99	20	21-23	24
	102	20	21-23	24
	104	20	21-23	24
	107	20	21-23	24
	109	20	21-23	24
	112	20	21-23	24
	114	20	21-23	24
	117	20	21-23	24
119	20	21-23	24	
122	19	20-23	24	