

女子ベンチプレス日本新記録												
ギアの部						クラシックの部						
一般の部												
47	福島友佳子	1970	140	2019.04.27	全日本女子	47	小林ナオコ	1970	103	2019.05.21	世界ベンチ	
52	白川カオリ	49	140	H24.10.14	関東ベンチ	52	古屋典子	1971	100	H27.03.07	ジャパングラシックパワー	
57	石橋茜	1993	140	2019.10.26	全日本ベンチ	57	石橋茜	1993	120	2019.05.21	世界ベンチ	
63	北村真由美	1967	173	H28.11.16	世界女子	63	石橋茜	1993	105.5	H31.01.19	ジャパングラシックベンチ	
72	北村真由美	1967	178.5	H29.03.11	全日本ベンチ	72	山崎頼子	51	102.5	H23.04.24	四国	
84	田島瞳	1982	170	2019.10.26	全日本ベンチ	84	徳武恵美	47	110.5	H24.02.26	ジャパンオープンベンチ	
84+	水野綾乃	21	155	H23.08.07	全日本学生	84+	林美緒	2001	88	2019.05.12	東海パワー	
サブジュニアの部												
43	早川琴果	18	70	H25.11.30	全日本ベンチ	43	浜田華澄	2000	45	H29.02.25	ジャパングラシックパワー	
47	菊地雅	1998	82.5	H28.08.07	全日本高校	47	長門美空	2001	60.5	2019.12.01	ジャパングラシックベンチ	
52	澤山あおい	1998	85	H28.08.29	世界サブジュニア	52	渡辺心愛	2004	62.5	2019.09.10	アジアベンチ	
57	赤澤恋	1999	92.5	H29.03.11	全日本ベンチ	57	小堀美穂	1999	67.5	H29.08.06	全日本高校	
63	来栖彩	1998	76	H28.08.07	全日本高校	63	野村優	2000	77.5	H30.02.10	ジャパングラシックパワー	
72	仲野衣美	17	90	H23.05.08	栃木パワー	72	野村優	2000	85	H30.09.22	福井国体	
84			90			84	林美緒	2001	82.5	H31.03.24	選抜高校	
84+			95			84+	林美緒	2001	88	2019.05.12	東海パワー	
ジュニアの部												
43	浜田華澄	2000	70.5	2019.10.26	全日本ベンチ	43	根本梢	21	55	H25.09.08	ジャパングラシック	
47	菊地雅	1998	120	2019.04.27	全日本ジュニア	47	菊地雅	1998	77.5	2019.05.21	世界ベンチ	
52	菊地雅	1998	117.5	2019.10.26	全日本ベンチ	52	菊地雅	1998	80	H31.01.19	ジャパングラシックベンチ	
57	藤原のどか	1992	117.5	H26.10.12	近畿ベンチ	57	池田未里	1991	90	H26.02.23	ジャパングラシック	
63	藤原のどか	1992	125	H26.06.29	東海ベンチ	63	山野舞花	1996	92.5	H31.01.19	ジャパングラシックベンチ	
72	仲野衣美	20	120	H25.09.22	アジアベンチ	72	野村優	2000	87.5	H31.02.10	ジャパングラシックパワー	
84	仲野衣美	1993	115	H26.04.27	四国パワー	84	飯野暁子	1997	87.5	H29.09.09	愛媛国体	
84+	水野綾乃	21	155	H23.08.07	全日本学生	84+	林美緒	2001	88	2019.05.12	東海パワー	
マスター1の部												
47	福島友佳子	1970	140	2019.04.27	全日本マスター	47	小林ナオコ	1970	103	2019.05.21	世界ベンチ	
52	白川カオリ	49	140	H24.10.14	関東ベンチ	52	古屋典子	1971	100	H27.03.07	ジャパングラシックパワー	
57	伊藤千帆	1974	121	H30.10.13	全日本ベンチ	57	岩本幸子	1973	105	2019.11.30	ジャパングラシックベンチ	
63	北村真由美	1967	173	H28.11.16	世界女子	63	北村真由美	1967	105	H27.05.10	和歌山国体関東予選	
72	北村真由美	1967	178.5	H29.03.11	全日本ベンチ	72	山崎頼子	51	102.5	H23.04.24	四国	
84	大沼陽子	46	160	H25.02.10	全日本ベンチ	84	徳武恵美	47	110.5	H24.02.26	ジャパンオープンベンチ	
84+	小松麻実	1969	130	2019.10.26	全日本ベンチ	84+	小松麻実	1969	82.5	H31.01.193	ジャパングラシック	
マスター2の部												
47	新井拓子	1963	108	H26.11.29	全日本ベンチ	47	宮本智子	1967	85.5	2019.05.21	世界ベンチ	
52	白川カオリ	50	132.5	H25.11.30	全日本ベンチ	52	木場恵美子	1962	87.5	2019.11.30	ジャパングラシックベンチ	
57	酒巻知子	1965	115	H30.10.13	全日本ベンチ	57	小林久美	50	87.5	H23.10.16	愛知ベンチ	
63	北村真由美	1967	170	H29.7.15	全日本女子	63	山崎頼子	1959	102.5	H23.02.27	ジャパンオープンベンチ	
72	北村真由美	1967	178.5	H29.03.11	全日本ベンチ	72	北村真由美	1967	102.5	H23.04.24	四国	
84	徳武恵美	1964	140	2019.10.26	全日本ベンチ	84	徳武恵美	1964	110	H30.09.24	アジアクラシックベンチ	
84+	小松麻実	1969	130	2019.10.26	全日本ベンチ	84+	小松麻実	1969	82.5	H31.01.193	ジャパングラシック	
マスター3の部												
47	大澤幸子	1956	78	2019.10.26	全日本ベンチ	47	滝沢嘉恵	1957	55.5	2019.09.14	ジャパングラシックパワー	
52	水野文江	1959	95.5	2019.10.26	全日本ベンチ	52	石橋愛子	1953	63.5	2019.05.26	全日本実業団	
57	長尾優子	1950	92.5	2019.05.25	世界ベンチ	57	山崎頼子	1959	83	2019.05.21	世界ベンチ	
63	古味良子	1955	115.5	H27.10.31	全日本ベンチ	63	林久子	1951	75	2019.05.21	世界ベンチ	
72	澤千代美	1949	118	H26.11.30	全日本ベンチ	72	澤千代美	1949	85	H28.11.26	ジャパングラシックベンチ	
84	澤千代美	1949	127.5	H30.04.24	世界ベンチ	84	澤千代美	1949	85	H29.05.29	全日本実業団ベンチ	
84+			82.5			84+			60			
マスター4の部(H26.12.1より設置)												
47	奥村正子	1930	50	H27.10.31	全日本ベンチ	47	菊入広子	1949	52.5	2019.05.21	世界ベンチ	
52	古川芳子	1939	63.5	H27.10.31	全日本ベンチ	52	古川芳子	1939	50	H27.02.21	ジャパングラシック	
57	中沢久美子	1948	65	H30.01.27	全日本ベンチ	57	伊川玲子	1939	55	H28.11.26	ジャパングラシックベンチ	
63			55			63			42.5			
72	澤千代美	1949	100	2019.10.26	全日本ベンチ	72	中島美代子	1948	72.5	2019.11.30	ジャパングラシックベンチ	
84	澤千代美	1949	115	2019.05.25	世界ベンチ	84	澤千代美	1949	80	2019.05.21	世界ベンチ	
84+			70			84+			52.5			
日本最高齢												
47	奥村正子	86.08	42.5	H29.03.11	全日本ベンチ	47	奥村正子	84.7	42.5	H27.02.21	ジャパングラシックベンチ	