

MARCA NACIONAL FEMENINA SENIOR BENCH PRESS (Monoalzada)

Categoría	Nombre	Equipo	Marca Kilos	Marca Libras	Fecha d/m/a
44kg	Berushka Morales	Rio Grande	62.0	137.78	05/02/2000
48kg	Gladys Serrano	Rio Grande	80.0	176.36	08/12/2007
52kg	María Viera	Rio Grande	80.0	176.36	25/10/2009
56kg	Dagmarie Cabrera	Rio Grande	90.0	198.41	28/11/1999
60kg	Migdalia Fernández	Bayamón	92.5	203.92	27/07/2001
67.5kg	Migdalia Fernández	Bayamón	105.0	231.48	22/08/2001
75kg	Norma Nieves	Rio Grande	125.0	275.57	22/05/2003
82.5kg	Giselle Costas	Ponce	110.0	231.48	23/05/2003
90kg	Giselle Costas	Ponce	137.5	203.92	15/06/2006
+90kg	Giselle Costas	Ponce	150.0	330.69	25/02/2007

MARCA NACIONAL JUVENIL FEMENINA BENCH PRESS (Monoalzada)

Categoría	Nombre	Equipo	Marca Kilos	Marca Libras	Fecha d/m/a
44kg	Gladys Serrano	Rio Grande	60.0	132.27	08/2005
48kg	Gladys Serrano	Rio Grande	80.0	176.36	08/12/2007
52kg	María Viera	Ponce	80.0	176.36	25/10/2009
56kg	Dagmarie Cabrera	Rio Grande	82.5	181.87	15/04/2001
60kg	Dagmarie Cabrera	Rio Grande	75.0	165.34	28/11/1999
67.5kg	Dagmarie Cabrera	Rio Grande	90.0	198.41	20/05/2000
75kg	Giselle Costas	Ponce	90.0	198.41	05/02/2000
82.5kg	Giselle Costas	Ponce	105.0	231.48	23/08/2003
90kg	Giselle Costas	Ponce	92.5	203.92	27/07/2002
+90kg	Miliany Santiago	Fajardo	125.0	275.57	25/10/2009

MARCA NACIONAL MASTER FEMENINA BENCH PRESS (Monoalzada)

M 1 (40-49) M 2 (50-59) M 3 (60-69) M 4 (70 >)

Categoría	Cat. Master	Nombre	Equipo	Marca Kilos	Marca Libras	Fecha d/m/a
52kg	M 1 M 2	Norma Rodríguez	Rio Grande	42.5	93.69	09/2006
52kg	M3	Norma Rodríguez	Rio Grande	40.0	88.18	20/06/2009
60.0kg	M 1	Gladis Pacheco	Fajardo	87.5	192.90	14/12/2008
67.5kg	M 1	Yolanda Rosado	Rio Grande	60.0	132.27	19/09/2007

MARCA NACIONAL SUBJUNIOR FEMENINA BENCH PRESS (Monoalzada)

Categoría	Nombre	Equipo	Marca Kilos	Marca Libras	Fecha d/m/a
44kg					
48kg	Rosimar Vasquez	Sabana Grande	37.5	82.67	03/2005
52kg	Jannitzzi Tapia	Aguadilla	42.5	93.69	02/05/2009
56kg	Jannitzzi Tapia	Aguadilla	50.0	110.23	20/07/2009
60kg	Carla Perez	Rio Grande	67.5	148.81	10/2005
67.5kg	Carla Perez	Rio Grande	70.0	154.32	03/2008
75kg	Kiara Arocho	Aguadilla	57.5	126.76	20/06/2009
82.5kg	Jenitza Vargas	Sabana Grande	82.5	181.87	15/06/2005
90kg	Jenitza Vargas	Sabana Grande	80.0	176.36	03/2006
+90kg	Miliany Santiago	Fajardo	87.5	192.90	08/2005