

## Steckliste – Angaben in kg

<b>25</b>	M	<b>120</b>	25 + 20 + 2,5 + M
<b>27,5</b>	1,25 + M	<b>122,2</b>	25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M
<b>30</b>	2,5 + M	<b>125</b>	2 x 25 + M
<b>32,5</b>	2,5 + 1,25 + M	<b>127,5</b>	2 x 25 + 1,25 + M
<b>35</b>	5 + M	<b>130</b>	2 x 25 + 2,5 + M
<b>37,5</b>	5 + 1,25 + M	<b>132,5</b>	2 x 25 + 2,5 + 1,25 + M
<b>40</b>	5 + 2,5 + M	<b>135</b>	2 x 25 + 5 + M
<b>42,5</b>	5 + 2,5 + 1,25 + M	<b>137,5</b>	2 x 25 + 5 + 1,25 + M
<b>45</b>	10 + M	<b>140</b>	2 x 25 + 5 + 2,5 + M
<b>47,5</b>	10 + 1,25 + M	<b>142,5</b>	2 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M
<b>50</b>	10 + 2,5 + M	<b>145</b>	2 x 25 + 10 + M
<b>52,5</b>	10 + 2,5 + 1,25 + M	<b>147,5</b>	2 x 25 + 10 + 1,25 + M
<b>55</b>	15 + M	<b>150</b>	2 x 25 + 10 + 2,5 + M
<b>57,5</b>	15 + 1,25 + M	<b>152,5</b>	2 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M
<b>60</b>	15 + 2,5 + M	<b>155</b>	2 x 25 + 15 + M
<b>62,5</b>	15 + 2,5 + 1,25 + M	<b>157,5</b>	2 x 25 + 15 + 1,25 + M
<b>65</b>	20 + M	<b>160</b>	2 x 25 + 15 + 2,5 + M
<b>67,5</b>	20 + 1,25 + M	<b>162,5</b>	2 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M
<b>70</b>	20 + 2,5 + M	<b>165</b>	2 x 25 + 20 + M
<b>72,5</b>	20 + 2,5 + 1,25 + M	<b>167,5</b>	2 x 25 + 20 + 1,25 + M
<b>75</b>	25 + M	<b>170</b>	2 x 25 + 20 + 2,5 + M
<b>77,5</b>	25 + 1,25 + M	<b>172,5</b>	2 x 25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M
<b>80</b>	25 + 2,5 + M	<b>175</b>	3 x 25 + M
<b>82,5</b>	25 + 2,5 + 1,25 + M	<b>177,5</b>	3 x 25 + 1,25 + M
<b>85</b>	25 + 5 + M	<b>180</b>	3 x 25 + 2,5 + M
<b>87,5</b>	25 + 5 + 1,25 + M	<b>182,5</b>	3 x 25 + 2,5 + 1,25 + M
<b>90</b>	25 + 5 + 2,5 + M	<b>185</b>	3 x 25 + 5 + M
<b>92,5</b>	25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M	<b>187,5</b>	3 x 25 + 5 + 1,25 + M
<b>95</b>	25 + 10 + M	<b>190</b>	3 x 25 + 5 + 2,5 + M
<b>97,5</b>	25 + 10 + 1,25 + M	<b>192,5</b>	3 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M
<b>100</b>	25 + 10 + 2,5 + M	<b>195</b>	3 x 25 + 10 + M
<b>102,5</b>	25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M	<b>197,5</b>	3 x 25 + 10 + 1,25 + M
<b>105</b>	25 + 15 + M	<b>200</b>	3 x 25 + 10 + 2,5 + M
<b>107,5</b>	25 + 15 + 1,25 + M	<b>202,5</b>	3 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M
<b>110</b>	25 + 15 + 2,5 + M	<b>205</b>	3 x 25 + 15 + M
<b>112,5</b>	25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M	<b>207,5</b>	3 x 25 + 15 + 1,25 + M
<b>115</b>	25 + 20 + M	<b>210</b>	3 x 25 + 15 + 2,5 + M
<b>117,5</b>	25 + 20 + 1,25 + M	<b>212,5</b>	3 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M
		<b>215</b>	3 x 25 + 20 + M
		<b>217,5</b>	3 x 25 + 20 + 1,25 + M

## Steckliste – Angaben in kg

<b>220</b>	3 x 25 + 20 + 2,5 + M	<b>320</b>	5 x 25 + 20 + 2,5 + M
<b>222,5</b>	3 x 25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M	<b>322,5</b>	5 x 25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M
<b>225</b>	4 x 25 + M	<b>325</b>	6 x 25 + M
<b>227,5</b>	4 x 25 + 1,25 + M	<b>327,5</b>	6 x 25 + 1,25 + M
<b>230</b>	4 x 25 + 2,5 + M	<b>330</b>	6 x 25 + 2,5 + M
<b>232,5</b>	4 x 25 + 2,5 + 1,25 + M	<b>332,5</b>	6 x 25 + 2,5 + 1,25 + M
<b>235</b>	4 x 25 + 5 + M	<b>335</b>	6 x 25 + 5 + M
<b>237,5</b>	4 x 25 + 5 + 1,25 + M	<b>337,5</b>	6 x 25 + 5 + 1,25 + M
<b>240</b>	4 x 25 + 5 + 2,5 + M	<b>340</b>	6 x 25 + 5 + 2,5 + M
<b>242,5</b>	4 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M	<b>342,5</b>	6 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M
<b>245</b>	4 x 25 + 10 + M	<b>345</b>	6 x 25 + 10 + M
<b>247,5</b>	4 x 25 + 10 + 1,25 + M	<b>347,5</b>	6 x 25 + 10 + 1,25 + M
<b>250</b>	4 x 25 + 10 + 2,5 + M	<b>350</b>	6 x 25 + 10 + 2,5 + M
<b>252,5</b>	4 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M	<b>352,5</b>	6 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M
<b>255</b>	4 x 25 + 15 + M	<b>355</b>	6 x 25 + 15 + M
<b>257,5</b>	4 x 25 + 15 + 1,25 + M	<b>357,5</b>	6 x 25 + 15 + 1,25 + M
<b>260</b>	4 x 25 + 15 + 2,5 + M	<b>360</b>	6 x 25 + 15 + 2,5 + M
<b>262,5</b>	4 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M	<b>362,5</b>	6 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M
<b>265</b>	4 x 25 + 20 + M	<b>365</b>	6 x 25 + 20 + M
<b>267,5</b>	4 x 25 + 20 + 1,25 + M	<b>367,5</b>	6 x 25 + 20 + 1,25 + M
<b>270</b>	4 x 25 + 20 + 2,5 + M	<b>370</b>	6 x 25 + 20 + 2,5 + M
<b>272,5</b>	4 x 25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M	<b>372,5</b>	6 x 25 + 20 + 2,5 + 1,25 + M
<b>275</b>	5 x 25 + M	<b>375</b>	7 x 25 + M
<b>277,5</b>	5 x 25 + 1,25 + M	<b>377,5</b>	7 x 25 + 1,25 + M
<b>280</b>	5 x 25 + 2,5 + M	<b>380</b>	7 x 25 + 2,5 + M
<b>282,5</b>	5 x 25 + 2,5 + 1,25 + M	<b>382,5</b>	7 x 25 + 2,5 + 1,25 + M
<b>285</b>	5 x 25 + 5 + M	<b>385</b>	7 x 25 + 5 + M
<b>287,5</b>	5 x 25 + 5 + 1,25 + M	<b>387,5</b>	7 x 25 + 5 + 1,25 + M
<b>290</b>	5 x 25 + 5 + 2,5 + M	<b>390</b>	7 x 25 + 5 + 2,5 + M
<b>292,5</b>	5 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M	<b>392,5</b>	7 x 25 + 5 + 2,5 + 1,25 + M
<b>295</b>	5 x 25 + 10 + M	<b>395</b>	7 x 25 + 10 + M
<b>297,5</b>	5 x 25 + 10 + 1,25 + M	<b>397,5</b>	7 x 25 + 10 + 1,25 + M
<b>300</b>	5 x 25 + 10 + 2,5 + M	<b>400</b>	7 x 25 + 10 + 2,5 + M
<b>302,5</b>	5 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M	<b>402,5</b>	7 x 25 + 10 + 2,5 + 1,25 + M
<b>305</b>	5 x 25 + 15 + M	<b>405</b>	7 x 25 + 15 + M
<b>307,5</b>	5 x 25 + 15 + 1,25 + M	<b>407,5</b>	7 x 25 + 15 + 1,25 + M
<b>310</b>	5 x 25 + 15 + 2,5 + M	<b>410</b>	7 x 25 + 15 + 2,5 + M
<b>312,5</b>	5 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M	<b>412,5</b>	7 x 25 + 15 + 2,5 + 1,25 + M
<b>315</b>	5 x 25 + 20 + M	<b>415</b>	7 x 25 + 20 + M
<b>317,5</b>	5 x 25 + 20 + 1,25 + M	<b>417,5</b>	7 x 25 + 20 + 1,25 + M
		<b>420</b>	7 x 25 + 20 + 2,5 + M