

# 2023 Canadian Masters Nationals Men's Qualifying Totals

## Standards de qualification des Championnats Canadiens des Maître 2023 - Hommes-

**Qualifying Competitions:** Any local, provincial or international competition within the qualifying period of July 11, 2022 to Registration closing date 2023.

**Compétition de qualification:** Toute compétition locale, provinciale ou internationale tenue au cours de la période de qualification qui s'étalera du 11 juillet 2022 jusqu'à la date de clôture des inscriptions 2023.

**MEN** \*Minimum start weight in Snatch and Clean and Jerk is 25 kg when clip collars are used with the 20 kg bar, and 20 kg when clip collars are used with the 15 kg bar. A 15 kg bar maybe used, if available. Age 30 category is based upon 1.06 times the 35-age group Cdn QT.

La charge minimale à l'arraché et à l'épaulé-jeté est de 25 kg lorsque les collets de type clips sont utilisés avec la barre de 20 kg. Si la barre de 15 Kg est disponible et utilisée, la charge minimale sera de 20 kg avec les collets de type clips. Le Standard de qualification dans la catégorie d'âge de 30 ans consistera au standard des 35 ans multiplié par 1,06.

CAT	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80+
55	138	129	122	110	104	88	81	70	59	51	43
61	151	140	132	120	112	95	87	75	64	56	46
67	160	149	141	128	120	102	93	81	69	59	50
73	170	158	148	135	126	107	98	85	73	63	53
81	180	167	158	143	133	113	104	90	77	66	55
89	188	175	165	150	141	119	109	94	81	70	58
96	194	181	170	155	145	123	113	98	83	72	60
102	198	185	174	158	149	126	115	100	86	74	62
109	204	190	178	162	152	129	118	102	87	76	63
109+	209	195	184	167	157	133	122	106	90	78	65

## 2023 Canadian Masters Nationals Women's Qualifying Totals

### Standards de qualification des Championnats Canadiens des Maître 2023 – Femmes

**Qualifying Competitions:** Qualifying Competitions: Any local, provincial or international competition within the qualifying period of July 11, 2022 to Registration closing date 2023.

**Compétition de qualification:** Toute compétition locale, provinciale ou internationale tenue au cours de la période de qualification qui s'étalera du 11 juillet 2022 jusqu'à la date de clôture des inscriptions 2023.

**WOMEN** \*Minimum start weight in Snatch and Clean and Jerk is 20 kg when clip collars are used with the 15 kg bar, or 15 kg when clip collars are used with a 10 kg bar. A 10 kg bar may be used, if available. Age 30 category is based upon 1.06 times the 35-age group Cdn QT.

La charge minimale à l'arraché et à l'épaulé-jeté est 20 kg lorsque les collets de type clips sont utilisés avec la barre de 20 kg. Si la barre de 10 Kg est disponible et utilisée, la charge minimale sera de 15 kg avec les collets de type clips. Le Standard de qualification dans la catégorie d'âge de 30 ans consistera au standard des 35 ans multiplié par 1,06.

CAT	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80+
45	74	70	66	58	54	45	42	34	33	30	30
49	80	75	70	62	58	49	44	37	34	30	30
55	86	82	78	69	64	53	49	41	36	31	30
59	90	86	82	72	68	56	51	43	38	33	31
64	96	91	86	77	72	59	54	46	41	35	32
71	104	98	92	82	76	63	58	49	43	37	33
76	109	102	95	85	79	66	60	50	45	38	34
81	112	105	98	87	82	68	62	52	46	40	35
87	115	108	102	90	85	70	64	54	48	41	36
87+	123	116	110	97	91	75	69	58	51	42	37