



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

För Kroppsvikt under 28kg räknas Sinclair för 28kg

Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #
28,0	2,6952	33,1	2,2394	38,2	1,9402	43,3	1,7313	48,4	1,5788
28,1	2,6840	33,2	2,2324	38,3	1,9354	43,4	1,7278	48,5	1,5762
28,2	2,6730	33,3	2,2253	38,4	1,9306	43,5	1,7244	48,6	1,5736
28,3	2,6620	33,4	2,2184	38,5	1,9258	43,6	1,7210	48,7	1,5711
28,4	2,6512	33,5	2,2115	38,6	1,9211	43,7	1,7176	48,8	1,5686
28,5	2,6405	33,6	2,2046	38,7	1,9164	43,8	1,7142	48,9	1,5661
28,6	2,6299	33,7	2,1978	38,8	1,9118	43,9	1,7109	49,0	1,5636
28,7	2,6193	33,8	2,1911	38,9	1,9072	44,0	1,7076	49,1	1,5611
28,8	2,6089	33,9	2,1844	39,0	1,9026	44,1	1,7042	49,2	1,5586
28,9	2,5986	34,0	2,1778	39,1	1,8980	44,2	1,7010	49,3	1,5561
29,0	2,5884	34,1	2,1712	39,2	1,8935	44,3	1,6977	49,4	1,5537
29,1	2,5782	34,2	2,1647	39,3	1,8890	44,4	1,6944	49,5	1,5513
29,2	2,5682	34,3	2,1582	39,4	1,8845	44,5	1,6912	49,6	1,5488
29,3	2,5583	34,4	2,1518	39,5	1,8801	44,6	1,6880	49,7	1,5464
29,4	2,5484	34,5	2,1454	39,6	1,8757	44,7	1,6848	49,8	1,5440
29,5	2,5387	34,6	2,1390	39,7	1,8713	44,8	1,6816	49,9	1,5416
29,6	2,5290	34,7	2,1328	39,8	1,8670	44,9	1,6785	50,0	1,5393
29,7	2,5194	34,8	2,1265	39,9	1,8626	45,0	1,6753	50,1	1,5369
29,8	2,5099	34,9	2,1204	40,0	1,8583	45,1	1,6722	50,2	1,5346
29,9	2,5005	35,0	2,1142	40,1	1,8541	45,2	1,6691	50,3	1,5322
30,0	2,4912	35,1	2,1081	40,2	1,8498	45,3	1,6660	50,4	1,5299
30,1	2,4820	35,2	2,1021	40,3	1,8456	45,4	1,6630	50,5	1,5276
30,2	2,4728	35,3	2,0961	40,4	1,8415	45,5	1,6599	50,6	1,5253
30,3	2,4637	35,4	2,0901	40,5	1,8373	45,6	1,6569	50,7	1,5230
30,4	2,4548	35,5	2,0842	40,6	1,8332	45,7	1,6539	50,8	1,5208
30,5	2,4459	35,6	2,0784	40,7	1,8291	45,8	1,6509	50,9	1,5185
30,6	2,4370	35,7	2,0726	40,8	1,8250	45,9	1,6479	51,0	1,5163
30,7	2,4283	35,8	2,0668	40,9	1,8210	46,0	1,6450	51,1	1,5140
30,8	2,4196	35,9	2,0611	41,0	1,8170	46,1	1,6420	51,2	1,5118
30,9	2,4110	36,0	2,0554	41,1	1,8130	46,2	1,6391	51,3	1,5096
31,0	2,4025	36,1	2,0497	41,2	1,8090	46,3	1,6362	51,4	1,5074
31,1	2,3940	36,2	2,0441	41,3	1,8051	46,4	1,6333	51,5	1,5052
31,2	2,3857	36,3	2,0386	41,4	1,8011	46,5	1,6304	51,6	1,5030
31,3	2,3774	36,4	2,0330	41,5	1,7973	46,6	1,6276	51,7	1,5008
31,4	2,3691	36,5	2,0276	41,6	1,7934	46,7	1,6247	51,8	1,4987
31,5	2,3610	36,6	2,0221	41,7	1,7896	46,8	1,6219	51,9	1,4965
31,6	2,3529	36,7	2,0167	41,8	1,7857	46,9	1,6191	52,0	1,4944
31,7	2,3449	36,8	2,0114	41,9	1,7819	47,0	1,6163	52,1	1,4923



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

31,8	2,3369	36,9	2,0060	42,0	1,7782	47,1	1,6135	52,2	1,4902
31,9	2,3290	37,0	2,0007	42,1	1,7744	47,2	1,6108	52,3	1,4881
32,0	2,3212	37,1	1,9955	42,2	1,7707	47,3	1,6080	52,4	1,4860
32,1	2,3135	37,2	1,9903	42,3	1,7670	47,4	1,6053	52,5	1,4839
32,2	2,3058	37,3	1,9851	42,4	1,7633	47,5	1,6026	52,6	1,4818
32,3	2,2982	37,4	1,9800	42,5	1,7597	47,6	1,5999	52,7	1,4797
32,4	2,2906	37,5	1,9749	42,6	1,7561	47,7	1,5972	52,8	1,4777
32,5	2,2831	37,6	1,9698	42,7	1,7525	47,8	1,5945	52,9	1,4757
32,6	2,2757	37,7	1,9648	42,8	1,7489	47,9	1,5918	53,0	1,4736
32,7	2,2683	37,8	1,9598	42,9	1,7453	48,0	1,5892	53,1	1,4716
32,8	2,2610	37,9	1,9549	43,0	1,7418	48,1	1,5866	53,2	1,4696
32,9	2,2538	38,0	1,9499	43,1	1,7383	48,2	1,5840	53,3	1,4676
33,0	2,2466	38,1	1,9450	43,2	1,7348	48,3	1,5814	53,4	1,4656

Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #
53,5	1,4636	58,6	1,3744	63,7	1,3040	68,8	1,2474	73,9	1,2014
53,6	1,4617	58,7	1,3729	63,8	1,3027	68,9	1,2464	74,0	1,2006
53,7	1,4597	58,8	1,3714	63,9	1,3015	69,0	1,2454	74,1	1,1998
53,8	1,4578	58,9	1,3698	64,0	1,3003	69,1	1,2444	74,2	1,1990
53,9	1,4558	59,0	1,3683	64,1	1,2991	69,2	1,2434	74,3	1,1981
54,0	1,4539	59,1	1,3668	64,2	1,2979	69,3	1,2424	74,4	1,1973
54,1	1,4520	59,2	1,3653	64,3	1,2966	69,4	1,2415	74,5	1,1966
54,2	1,4501	59,3	1,3638	64,4	1,2954	69,5	1,2405	74,6	1,1958
54,3	1,4481	59,4	1,3623	64,5	1,2943	69,6	1,2395	74,7	1,1950
54,4	1,4463	59,5	1,3608	64,6	1,2931	69,7	1,2386	74,8	1,1942
54,5	1,4444	59,6	1,3593	64,7	1,2919	69,8	1,2376	74,9	1,1934
54,6	1,4425	59,7	1,3578	64,8	1,2907	69,9	1,2366	75,0	1,1926
54,7	1,4406	59,8	1,3564	64,9	1,2895	70,0	1,2357	75,1	1,1918
54,8	1,4388	59,9	1,3549	65,0	1,2884	70,1	1,2347	75,2	1,1911
54,9	1,4369	60,0	1,3535	65,1	1,2872	70,2	1,2338	75,3	1,1903
55,0	1,4351	60,1	1,3520	65,2	1,2860	70,3	1,2329	75,4	1,1895
55,1	1,4333	60,2	1,3506	65,3	1,2849	70,4	1,2319	75,5	1,1887
55,2	1,4314	60,3	1,3491	65,4	1,2837	70,5	1,2310	75,6	1,1880
55,3	1,4296	60,4	1,3477	65,5	1,2826	70,6	1,2301	75,7	1,1872
55,4	1,4278	60,5	1,3463	65,6	1,2814	70,7	1,2291	75,8	1,1865
55,5	1,4260	60,6	1,3449	65,7	1,2803	70,8	1,2282	75,9	1,1857
55,6	1,4242	60,7	1,3435	65,8	1,2792	70,9	1,2273	76,0	1,1850
55,7	1,4225	60,8	1,3421	65,9	1,2781	71,0	1,2264	76,1	1,1842
55,8	1,4207	60,9	1,3407	66,0	1,2769	71,1	1,2255	76,2	1,1835
55,9	1,4189	61,0	1,3393	66,1	1,2758	71,2	1,2246	76,3	1,1827
56,0	1,4172	61,1	1,3379	66,2	1,2747	71,3	1,2237	76,4	1,1820
56,1	1,4154	61,2	1,3365	66,3	1,2736	71,4	1,2228	76,5	1,1812



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

56,2	1,4137	61,3	1,3351	66,4	1,2725	71,5	1,2219	76,6	1,1805
56,3	1,4120	61,4	1,3338	66,5	1,2714	71,6	1,2210	76,7	1,1798
56,4	1,4103	61,5	1,3324	66,6	1,2703	71,7	1,2201	76,8	1,1790
56,5	1,4086	61,6	1,3311	66,7	1,2692	71,8	1,2192	76,9	1,1783
56,6	1,4069	61,7	1,3297	66,8	1,2681	71,9	1,2183	77,0	1,1776
56,7	1,4052	61,8	1,3284	66,9	1,2671	72,0	1,2174	77,1	1,1769
56,8	1,4035	61,9	1,3270	67,0	1,2660	72,1	1,2166	77,2	1,1761
56,9	1,4018	62,0	1,3257	67,1	1,2649	72,2	1,2157	77,3	1,1754
57,0	1,4001	62,1	1,3244	67,2	1,2638	72,3	1,2148	77,4	1,1747
57,1	1,3985	62,2	1,3231	67,3	1,2628	72,4	1,2140	77,5	1,1740
57,2	1,3968	62,3	1,3217	67,4	1,2617	72,5	1,2131	77,6	1,1733
57,3	1,3952	62,4	1,3204	67,5	1,2607	72,6	1,2122	77,7	1,1726
57,4	1,3935	62,5	1,3191	67,6	1,2596	72,7	1,2114	77,8	1,1719
57,5	1,3919	62,6	1,3178	67,7	1,2586	72,8	1,2105	77,9	1,1712
57,6	1,3903	62,7	1,3166	67,8	1,2575	72,9	1,2097	78,0	1,1705
57,7	1,3887	62,8	1,3153	67,9	1,2565	73,0	1,2088	78,1	1,1698
57,8	1,3870	62,9	1,3140	68,0	1,2555	73,1	1,2080	78,2	1,1691
57,9	1,3854	63,0	1,3127	68,1	1,2544	73,2	1,2072	78,3	1,1684
58,0	1,3839	63,1	1,3114	68,2	1,2534	73,3	1,2063	78,4	1,1677
58,1	1,3823	63,2	1,3102	68,3	1,2524	73,4	1,2055	78,5	1,1670
58,2	1,3807	63,3	1,3089	68,4	1,2514	73,5	1,2047	78,6	1,1664
58,3	1,3791	63,4	1,3077	68,5	1,2504	73,6	1,2038	78,7	1,1657
58,4	1,3775	63,5	1,3064	68,6	1,2494	73,7	1,2030	78,8	1,1650
58,5	1,3760	63,6	1,3052	68,7	1,2484	73,8	1,2022	78,9	1,1643

Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #
79,0	1,1637	84,1	1,1325	89,2	1,1066	94,3	1,0851	99,4	1,0672
79,1	1,1630	84,2	1,1319	89,3	1,1062	94,4	1,0847	99,5	1,0669
79,2	1,1623	84,3	1,1314	89,4	1,1057	94,5	1,0844	99,6	1,0666
79,3	1,1617	84,4	1,1308	89,5	1,1053	94,6	1,0840	99,7	1,0662
79,4	1,1610	84,5	1,1303	89,6	1,1048	94,7	1,0836	99,8	1,0659
79,5	1,1603	84,6	1,1298	89,7	1,1044	94,8	1,0832	99,9	1,0656
79,6	1,1597	84,7	1,1292	89,8	1,1039	94,9	1,0828	100,0	1,0653
79,7	1,1590	84,8	1,1287	89,9	1,1035	95,0	1,0825	100,1	1,0650
79,8	1,1584	84,9	1,1281	90,0	1,1030	95,1	1,0821	100,2	1,0647
79,9	1,1577	85,0	1,1276	90,1	1,1026	95,2	1,0817	100,3	1,0644
80,0	1,1571	85,1	1,1270	90,2	1,1021	95,3	1,0813	100,4	1,0641
80,1	1,1564	85,2	1,1265	90,3	1,1017	95,4	1,0810	100,5	1,0637
80,2	1,1558	85,3	1,1260	90,4	1,1012	95,5	1,0806	100,6	1,0634
80,3	1,1552	85,4	1,1255	90,5	1,1008	95,6	1,0802	100,7	1,0631
80,4	1,1545	85,5	1,1249	90,6	1,1003	95,7	1,0799	100,8	1,0628
80,5	1,1539	85,6	1,1244	90,7	1,0999	95,8	1,0795	100,9	1,0625



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

80,6	1,1532	85,7	1,1239	90,8	1,0995	95,9	1,0791	101,0	1,0622
80,7	1,1526	85,8	1,1233	90,9	1,0990	96,0	1,0788	101,1	1,0619
80,8	1,1520	85,9	1,1228	91,0	1,0986	96,1	1,0784	101,2	1,0616
80,9	1,1514	86,0	1,1223	91,1	1,0982	96,2	1,0781	101,3	1,0613
81,0	1,1507	86,1	1,1218	91,2	1,0977	96,3	1,0777	101,4	1,0610
81,1	1,1501	86,2	1,1213	91,3	1,0973	96,4	1,0773	101,5	1,0607
81,2	1,1495	86,3	1,1208	91,4	1,0969	96,5	1,0770	101,6	1,0604
81,3	1,1489	86,4	1,1202	91,5	1,0965	96,6	1,0766	101,7	1,0601
81,4	1,1483	86,5	1,1197	91,6	1,0960	96,7	1,0763	101,8	1,0598
81,5	1,1477	86,6	1,1192	91,7	1,0956	96,8	1,0759	101,9	1,0595
81,6	1,1470	86,7	1,1187	91,8	1,0952	96,9	1,0756	102,0	1,0593
81,7	1,1464	86,8	1,1182	91,9	1,0948	97,0	1,0752	102,1	1,0590
81,8	1,1458	86,9	1,1177	92,0	1,0943	97,1	1,0749	102,2	1,0587
81,9	1,1452	87,0	1,1172	92,1	1,0939	97,2	1,0745	102,3	1,0584
82,0	1,1446	87,1	1,1167	92,2	1,0935	97,3	1,0742	102,4	1,0581
82,1	1,1440	87,2	1,1162	92,3	1,0931	97,4	1,0738	102,5	1,0578
82,2	1,1434	87,3	1,1157	92,4	1,0927	97,5	1,0735	102,6	1,0575
82,3	1,1428	87,4	1,1152	92,5	1,0923	97,6	1,0732	102,7	1,0572
82,4	1,1422	87,5	1,1147	92,6	1,0919	97,7	1,0728	102,8	1,0570
82,5	1,1417	87,6	1,1142	92,7	1,0915	97,8	1,0725	102,9	1,0567
82,6	1,1411	87,7	1,1138	92,8	1,0911	97,9	1,0721	103,0	1,0564
82,7	1,1405	87,8	1,1133	92,9	1,0906	98,0	1,0718	103,1	1,0561
82,8	1,1399	87,9	1,1128	93,0	1,0902	98,1	1,0715	103,2	1,0558
82,9	1,1393	88,0	1,1123	93,1	1,0898	98,2	1,0711	103,3	1,0556
83,0	1,1387	88,1	1,1118	93,2	1,0894	98,3	1,0708	103,4	1,0553
83,1	1,1382	88,2	1,1113	93,3	1,0890	98,4	1,0705	103,5	1,0550
83,2	1,1376	88,3	1,1109	93,4	1,0886	98,5	1,0701	103,6	1,0547
83,3	1,1370	88,4	1,1104	93,5	1,0882	98,6	1,0698	103,7	1,0545
83,4	1,1364	88,5	1,1099	93,6	1,0878	98,7	1,0695	103,8	1,0542
83,5	1,1359	88,6	1,1094	93,7	1,0875	98,8	1,0691	103,9	1,0539
83,6	1,1353	88,7	1,1090	93,8	1,0871	98,9	1,0688	104,0	1,0536
83,7	1,1347	88,8	1,1085	93,9	1,0867	99,0	1,0685	104,1	1,0534
83,8	1,1342	88,9	1,1080	94,0	1,0863	99,1	1,0682	104,2	1,0531
83,9	1,1336	89,0	1,1076	94,1	1,0859	99,2	1,0678	104,3	1,0528
84,0	1,1331	89,1	1,1071	94,2	1,0855	99,3	1,0675	104,4	1,0526

Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #
104,5	1,0523	109,6	1,0399	114,7	1,0298	119,8	1,0215	124,9	1,0149
104,6	1,0520	109,7	1,0397	114,8	1,0296	119,9	1,0214	125,0	1,0148
104,7	1,0518	109,8	1,0395	114,9	1,0294	120,0	1,0212	125,1	1,0146
104,8	1,0515	109,9	1,0393	115,0	1,0293	120,1	1,0211	125,2	1,0145
104,9	1,0512	110,0	1,0391	115,1	1,0291	120,2	1,0209	125,3	1,0144



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

105,0	1,0510	110,1	1,0389	115,2	1,0289	120,3	1,0208	125,4	1,0143
105,1	1,0507	110,2	1,0386	115,3	1,0287	120,4	1,0207	125,5	1,0142
105,2	1,0505	110,3	1,0384	115,4	1,0285	120,5	1,0205	125,6	1,0141
105,3	1,0502	110,4	1,0382	115,5	1,0284	120,6	1,0204	125,7	1,0140
105,4	1,0499	110,5	1,0380	115,6	1,0282	120,7	1,0202	125,8	1,0139
105,5	1,0497	110,6	1,0378	115,7	1,0280	120,8	1,0201	125,9	1,0138
105,6	1,0494	110,7	1,0376	115,8	1,0279	120,9	1,0200	126,0	1,0136
105,7	1,0492	110,8	1,0374	115,9	1,0277	121,0	1,0198	126,1	1,0135
105,8	1,0489	110,9	1,0372	116,0	1,0275	121,1	1,0197	126,2	1,0134
105,9	1,0487	111,0	1,0370	116,1	1,0273	121,2	1,0195	126,3	1,0133
106,0	1,0484	111,1	1,0367	116,2	1,0272	121,3	1,0194	126,4	1,0132
106,1	1,0482	111,2	1,0365	116,3	1,0270	121,4	1,0193	126,5	1,0131
106,2	1,0479	111,3	1,0363	116,4	1,0268	121,5	1,0191	126,6	1,0130
106,3	1,0477	111,4	1,0361	116,5	1,0267	121,6	1,0190	126,7	1,0129
106,4	1,0474	111,5	1,0359	116,6	1,0265	121,7	1,0189	126,8	1,0128
106,5	1,0472	111,6	1,0357	116,7	1,0263	121,8	1,0187	126,9	1,0127
106,6	1,0469	111,7	1,0355	116,8	1,0262	121,9	1,0186	127,0	1,0126
106,7	1,0467	111,8	1,0353	116,9	1,0260	122,0	1,0185	127,1	1,0125
106,8	1,0464	111,9	1,0351	117,0	1,0258	122,1	1,0183	127,2	1,0124
106,9	1,0462	112,0	1,0349	117,1	1,0257	122,2	1,0182	127,3	1,0123
107,0	1,0459	112,1	1,0347	117,2	1,0255	122,3	1,0181	127,4	1,0122
107,1	1,0457	112,2	1,0345	117,3	1,0254	122,4	1,0179	127,5	1,0121
107,2	1,0455	112,3	1,0343	117,4	1,0252	122,5	1,0178	127,6	1,0120
107,3	1,0452	112,4	1,0341	117,5	1,0250	122,6	1,0177	127,7	1,0119
107,4	1,0450	112,5	1,0339	117,6	1,0249	122,7	1,0176	127,8	1,0118
107,5	1,0447	112,6	1,0337	117,7	1,0247	122,8	1,0174	127,9	1,0117
107,6	1,0445	112,7	1,0335	117,8	1,0246	122,9	1,0173	128,0	1,0116
107,7	1,0443	112,8	1,0333	117,9	1,0244	123,0	1,0172	128,1	1,0115
107,8	1,0440	112,9	1,0331	118,0	1,0242	123,1	1,0170	128,2	1,0114
107,9	1,0438	113,0	1,0330	118,1	1,0241	123,2	1,0169	128,3	1,0113
108,0	1,0436	113,1	1,0328	118,2	1,0239	123,3	1,0168	128,4	1,0112
108,1	1,0433	113,2	1,0326	118,3	1,0238	123,4	1,0167	128,5	1,0111
108,2	1,0431	113,3	1,0324	118,4	1,0236	123,5	1,0165	128,6	1,0110
108,3	1,0429	113,4	1,0322	118,5	1,0235	123,6	1,0164	128,7	1,0109
108,4	1,0426	113,5	1,0320	118,6	1,0233	123,7	1,0163	128,8	1,0108
108,5	1,0424	113,6	1,0318	118,7	1,0232	123,8	1,0162	128,9	1,0107
108,6	1,0422	113,7	1,0316	118,8	1,0230	123,9	1,0161	129,0	1,0106
108,7	1,0420	113,8	1,0314	118,9	1,0228	124,0	1,0159	129,1	1,0105
108,8	1,0417	113,9	1,0313	119,0	1,0227	124,1	1,0158	129,2	1,0104
108,9	1,0415	114,0	1,0311	119,1	1,0225	124,2	1,0157	129,3	1,0103
109,0	1,0413	114,1	1,0309	119,2	1,0224	124,3	1,0156	129,4	1,0102



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

109,1	1,0411	114,2	1,0307	119,3	1,0222	124,4	1,0155	129,5	1,0101
109,2	1,0408	114,3	1,0305	119,4	1,0221	124,5	1,0153	129,6	1,0100
109,3	1,0406	114,4	1,0303	119,5	1,0220	124,6	1,0152	129,7	1,0099
109,4	1,0404	114,5	1,0301	119,6	1,0218	124,7	1,0151	129,8	1,0099
109,5	1,0402	114,6	1,0300	119,7	1,0217	124,8	1,0150	129,9	1,0098

Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #	Kroppsvikt	Sin. #
130,0	1,0097	135,1	1,0057	140,2	1,0029	145,3	1,0011	150,4	1,0002
130,1	1,0096	135,2	1,0057	140,3	1,0029	145,4	1,0011	150,5	1,0002
130,2	1,0095	135,3	1,0056	140,4	1,0028	145,5	1,0010	150,6	1,0001
130,3	1,0094	135,4	1,0055	140,5	1,0028	145,6	1,0010	150,7	1,0001
130,4	1,0093	135,5	1,0055	140,6	1,0027	145,7	1,0010	150,8	1,0001
130,5	1,0092	135,6	1,0054	140,7	1,0027	145,8	1,0010	150,9	1,0001
130,6	1,0091	135,7	1,0053	140,8	1,0027	145,9	1,0009	151,0	1,0001
130,7	1,0091	135,8	1,0053	140,9	1,0026	146,0	1,0009	151,1	1,0001
130,8	1,0090	135,9	1,0052	141,0	1,0026	146,1	1,0009	151,2	1,0001
130,9	1,0089	136,0	1,0052	141,1	1,0025	146,2	1,0009	151,3	1,0001
131,0	1,0088	136,1	1,0051	141,2	1,0025	146,3	1,0008	151,4	1,0001
131,1	1,0087	136,2	1,0050	141,3	1,0024	146,4	1,0008	151,5	1,0001
131,2	1,0086	136,3	1,0050	141,4	1,0024	146,5	1,0008	151,6	1,0001
131,3	1,0086	136,4	1,0049	141,5	1,0024	146,6	1,0008	151,7	1,0001
131,4	1,0085	136,5	1,0049	141,6	1,0023	146,7	1,0008	151,8	1,0001
131,5	1,0084	136,6	1,0048	141,7	1,0023	146,8	1,0007	151,9	1,0001
131,6	1,0083	136,7	1,0047	141,8	1,0022	146,9	1,0007	152,0	1,0000
131,7	1,0082	136,8	1,0047	141,9	1,0022	147,0	1,0007	152,1	1,0000
131,8	1,0081	136,9	1,0046	142,0	1,0022	147,1	1,0007	152,2	1,0000
131,9	1,0081	137,0	1,0046	142,1	1,0021	147,2	1,0006	152,3	1,0000
132,0	1,0080	137,1	1,0045	142,2	1,0021	147,3	1,0006	152,4	1,0000
132,1	1,0079	137,2	1,0044	142,3	1,0021	147,4	1,0006	152,5	1,0000
132,2	1,0078	137,3	1,0044	142,4	1,0020	147,5	1,0006	152,6	1,0000
132,3	1,0078	137,4	1,0043	142,5	1,0020	147,6	1,0006	152,7	1,0000
132,4	1,0077	137,5	1,0043	142,6	1,0019	147,7	1,0006	152,8	1,0000
132,5	1,0076	137,6	1,0042	142,7	1,0019	147,8	1,0005	152,9	1,0000
132,6	1,0075	137,7	1,0042	142,8	1,0019	147,9	1,0005	153,0	1,0000
132,7	1,0074	137,8	1,0041	142,9	1,0018	148,0	1,0005	153,1	1,0000
132,8	1,0074	137,9	1,0041	143,0	1,0018	148,1	1,0005	153,2	1,0000
132,9	1,0073	138,0	1,0040	143,1	1,0018	148,2	1,0005	153,3	1,0000
133,0	1,0072	138,1	1,0040	143,2	1,0017	148,3	1,0004	153,4	1,0000
133,1	1,0071	138,2	1,0039	143,3	1,0017	148,4	1,0004	153,5	1,0000
133,2	1,0071	138,3	1,0038	143,4	1,0017	148,5	1,0004	153,6	1,0000
133,3	1,0070	138,4	1,0038	143,5	1,0016	148,6	1,0004	153,7	1,0000
133,4	1,0069	138,5	1,0037	143,6	1,0016	148,7	1,0004	153,8	1,0000



Svenska Styrkelyftförbundet

Sinclair Koefficienttabell Dam

Gäller endast U11-13 år

133,5	1,0068	138,6	1,0037	143,7	1,0016	148,8	1,0004
133,6	1,0068	138,7	1,0036	143,8	1,0015	148,9	1,0004
133,7	1,0067	138,8	1,0036	143,9	1,0015	149,0	1,0003
133,8	1,0066	138,9	1,0035	144,0	1,0015	149,1	1,0003
133,9	1,0066	139,0	1,0035	144,1	1,0014	149,2	1,0003
134,0	1,0065	139,1	1,0034	144,2	1,0014	149,3	1,0003
134,1	1,0064	139,2	1,0034	144,3	1,0014	149,4	1,0003
134,2	1,0063	139,3	1,0033	144,4	1,0013	149,5	1,0003
134,3	1,0063	139,4	1,0033	144,5	1,0013	149,6	1,0003
134,4	1,0062	139,5	1,0032	144,6	1,0013	149,7	1,0002
134,5	1,0061	139,6	1,0032	144,7	1,0013	149,8	1,0002
134,6	1,0061	139,7	1,0031	144,8	1,0012	149,9	1,0002
134,7	1,0060	139,8	1,0031	144,9	1,0012	150,0	1,0002
134,8	1,0059	139,9	1,0031	145,0	1,0012	150,1	1,0002
134,9	1,0059	140,0	1,0030	145,1	1,0011	150,2	1,0002
135,0	1,0058	140,1	1,0030	145,2	1,0011	150,3	1,0002