

**South Africa Masters Weightlifting
Qualifying Totals Women**

Weight Category	W35 35 - 39	W40 40 - 44	W45 45 - 49	W50 50 - 54	W55 55 - 59	W60 60 - 64	W65 65 - 69	W70 70 +
45	81	77	68	62	54	48	42	37
49	87	82	73	67	59	52	46	39
55	95	89	80	72	64	57	49	43
59	100	94	83	75	67	60	52	45
64	104	99	88	80	70	62	54	47
71	111	104	93	84	74	67	58	50
76	115	109	96	88	77	68	60	52
81	118	111	99	89	80	70	61	53
87	122	115	102	93	82	73	63	54
87 +	129	122	108	98	87	77	67	58

**South Africa Masters Weightlifting
Qualifying Totals Men**

Weight Category	M35 35 - 39	M40 40 - 44	M45 45 - 49	M50 50 - 54	M55 55 - 59	M60 60 - 64	M65 65 - 69	M70 70 - 74	M75 75 - 79	M80 80 +
55	149	141	130	120	108	97	86	75	64	53
61	161	151	140	130	116	105	93	81	69	56
67	171	161	150	137	123	111	99	86	74	60
73	180	170	158	145	130	117	104	91	77	63
81	191	179	166	153	137	124	109	95	81	67
89	200	188	174	160	144	130	115	100	85	70
96	206	194	179	165	149	134	118	103	88	72
102	210	199	184	169	152	137	122	106	90	74
109	215	203	188	173	156	140	124	109	92	75
109	219	207	192	176	158	143	126	110	94	76