

三土手大介、パワーリフティング全試合結果

開催年	大会名	場所	階級	SQ	BP	DL	トータル	順位	成績
1990年7月	全日本高校	浦和	100kg	190	140	200	530	3	
1992年4月	東京パワー	府中	110kg	290	170	242.5	702.5	1	
1992年4月	全日本Jrパワー	浦和	110kg	300	170	255	725	1	
1992年7月	全日本パワー	沖縄	110kg	275	160	240	675	7	
1992年9月	世界Jrパワー	オーストラリア	110kg	285	175	225	685	5	
1992年11月	関東パワー	埼玉	110kg	305	175	265	745	1	
1993年1月	東京ベンチ	小平	110kg		180			2	
1993年2月	全日本ベンチ	小平	110kg		187.5			2	
1993年4月	全日本Jrパワー	相模原	110kg	310	195	270	775	1	
1993年7月	全日本パワー	仙台	110kg	320	202.5	270	792.5	1	
1993年10月	世界Jrパワー	カナダ	110kg	310	212.5	285	807.5	4	
1993年12月	相模原パワー	相模原	110kg	322.5	217.5	272.5	812.5	open	
1994年2月	全日本ベンチ	小平	110kg		220			1	
1994年4月	全日本Jrパワー	相模原	110kg	315	222.5	255	792.5	1	
1994年6月	世界Jrパワー	バリ島	110kg	317.5	225	245	787.5	1	
1994年8月	アジアベンチ	台湾	125kg		225			1	
1995年3月	全日本ベンチ	沖縄	125kg		240			1	
1995年4月	全日本Jrパワー	名古屋	125kg	340	245	290	875	1	
1995年7月	全日本パワー	大阪	125kg	342.5	252.5	290	885	1	
1995年11月	世界Jrパワー	フィンランド	125kg	355	250	285	890	4	
1996年3月	全日本ベンチ	北海道	125kg		255			1	
1996年7月	全日本パワー	広島	125kg	357.5	247.5	290	895	1	
1996年11月	世界パワー	オーストリア	125kg	365	250	295	910	2	
1996年12月	多摩ベンチ	府中	125kg超		240			1	
1997年6月	全日本ベンチ	品川	125kg		245			1	
1997年7月	全日本パワー	北海道	125kg	375	253	285	912.5	1	
1997年8月	ワールドゲームズ	フィンランド	125kg超	380	260	285	925	5	
1997年12月	多摩ベンチ	五日市市	125kg超		262.5			open	
1998年6月	全日本パワー	秋田	125kg	380.5	253.5	300	932.5	1	
1998年7月	全日本ベンチ	出雲	125kg					失格	
1999年6月	全日本ベンチ	岡崎	125kg		285			1	
1999年7月	全日本パワー	松田町	125kg	400	285	302.5	987.5	1	
1999年11月	世界パワー	イタリア	125kg					失格	
1999年12月	世界ベンチ	フィンランド	125kg		282.5			1	
2000年6月	全日本ベンチ	大阪	125kg超		300			1	
2000年8月	全日本パワー	松田町	125kg超	420	300	315.5	1035	1	
2000年11月	世界パワー	秋田	125kg	405	295	300	1000	1	
2000年12月	世界ベンチ	チェコ	125kg		285			1	
2001年6月	全日本パワー	松田町	125kg超	385	280	300	965	1	
2001年8月	ワールドゲームズ	秋田	125kg超	415	302.5	310	1027.5	1	
2001年9月	全日本ベンチ	高松	125kg超		300.5			1	
2001年11月	世界パワー	フィンランド	125kg超	410	300	300	1010	3	
2001年12月	世界ベンチ	ニュージーランド	125kg超		300			1	
2002年6月	全日本ベンチ	日光	125kg超		310			1	
2002年7月	全日本パワー	松田町	125kg超	335	255	275	865	1	

2002年11月	世界パワー	スロバキア	125kg超	400	305	307.5	1012.5	3	
2002年12月	世界ベンチ	ルクセンブルグ	125kg超		300			1	
2003年7月	全日本パワー	沖縄	125kg超	435	312.5	302.5	1050	1	
2003年9月	全日本ベンチ	苫小牧	125kg超		307.5			1	
2003年11月	世界パワー	デンマーク	125kg超	415	300	317.5	1032.5	3	
2003年12月	世界ベンチ	スロバキア	125kg超		310			2	
2004年7月	全日本パワー	神戸	125kg超	420	315	320	1055	1	
2004年10月	全日本ベンチ	品川	125kg超		321			1	世界新
2004年12月	世界ベンチ	アメリカ	125kg超		310			3	
2005年7月	全日本パワー	神戸	125kg超	415	320	305	1040	1	BP日本新
2005年9月	全日本ベンチ	埼玉	125kg超		340.5			1	世界新
2005年11月	世界パワー	マイアミ	125kg超	400	350.5	310	1060	2	BP世界新
2005年12月	世界ベンチ	スウェーデン	125kg超						失格
2006年5月	世界ベンチ	ハンガリー	125kg		322.5			1	世界新
2006年6月	全日本パワー	岡崎	125kg超	360	335	300	995	1	
2006年11月	世界パワー	ノルウェー	125kg	385	310	295	990	5	BP日本新
2006年12月	全日本ベンチ	沖縄	125kg		325.5			1	世界新
2007年6月	世界ベンチ	デンマーク	125kg		315			1	
2007年6月	全日本パワー	岡崎	125kg	360	312.5	300	972.5	1	BP日本新
2007年10月	世界パワー	オーストラリア	125kg超	405	315	300	1020	4	
2007年12月	全日本ベンチ	神戸	125kg超		346.5			1	世界新
2008年3月	アーノルド	コロンバス	125kg超		353.5			1	世界新
2008年6月	全日本パワー	神戸	125kg超	355	340	290	985	1	
2008年6月	世界ベンチ	プラハ	125kg超		322.5			3	
2008年11月	世界パワー	カナダ	125kg超	375	320	295	990	3	
2008年12月	アジアベンチ	香港	125kg超		322.5			1	
2009年2月	全日本ベンチ	岡崎	125kg超		360			1	世界新
2009年3月	アーノルド	コロンバス	125kg超		345			1	
2009年5月	世界ベンチ	ルクセンブルグ	125kg超						失格
2009年6月	全日本パワー	横浜	125kg超	400	335	285	1020	1	
2009年7月	ワールドゲームズ	台湾	125kg超	390					失格
2010年2月	全日本ベンチ	岡崎	125kg超		265			1	
2010年7月	全日本パワー	東京	125kg超	400	310				失格
2010年11月	埼玉パワー	埼玉	125kg超	400	315	300	1015	open	
2011年2月	全日本ベンチ	高知	120kg超		310			1	BP日本新
2011年5月	世界ベンチ	オーストリア	120kg超						失格
2011年7月	全日本パワー	岡崎	120kg超	420	315	265	1000	1	全て日本新
2011年8月	アジアベンチ	台湾	120kg超		317.5			2	
2012年2月	全日本ベンチ	つくば	120kg超		310			1	
2012年5月	世界ベンチ	チェコ	120kg超		320			7	
2012年6月	全日本パワー	宇都宮	120kg超	390	315	277.5	982.5	1	
2013年2月	全日本ベンチ	明石	120kg超		315			2	
2013年6月	全日本パワー	神戸	120kg超	355	290	270	915	1	
2013年12月	全日本ベンチ	宇都宮	120kg超		300			1	
2014年6月	全日本パワー	富山	120kg超	350	300	270	920	1	