

Разрядные нормативы IPС становая тяга в 1-слойной экипировке

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.
52	250	222.5	192.5	167.5	152.5	135	115	97.5	77.5
56	267.5	237.5	207.5	180	162.5	145	122.5	105	82.5
60	285	250	217.5	190	170	152.5	130	110	87.5
67.5	310	272.5	237.5	207.5	185	167.5	142.5	110	95
75	327.5	290	252.5	220	197.5	177.5	152.5	125	102.5
82.5	345	305	265	230	207.5	185	160	132.5	107.5
90	357.5	315	275	240	215	192.5	167.5	137.5	110
100	370	327.5	285	250	222.5	200	170	142.5	115
110	382.5	337.5	295	257.5	230	207.5	175	147.5	120
125	395	350	305	262.5	237.5	215	182.5	152.5	120
140	405	357.5	312.5	270	242.5	217.5	187.5	155	122.5
140+	410	365.5	315	275	247.5	220	190	160	125

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.
44	160	140	107.5	100	95	85	72.5	62.5	50
48	170	152.5	132.5	115	102.5	92.5	80	67.5	52.5
52	182.5	162.5	142.5	122.5	110	100	85	72.5	57.5
56	195	170	150	130	117.5	105	90	75	60
60	205	180	157.5	135	120	110	95	77.5	62.5
67.5	217.5	192.5	167.5	145	130	117.5	100	82.5	67.5
75	230	202.5	175	155	137.5	122.5	107.5	87.5	72.5
82.5	237.5	212.5	182.5	160	142.5	127.5	110	92.5	75
90	245	215	187.5	165	147.5	132.5	115	65	77.5
90+	250	220	192.5	167.5	150	135	117.5	97.5	80