

Разрядные нормативы РС-А - ягодичный мост

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
44	207,5	195	180	162,5	140	117,5	102,5	-	-	-
48	227,5	215	200	182,5	160	137,5	122,5	-	-	-
52	247,5	235	220	202,5	180	157,5	142,5	-	-	-
56	277,5	265	250	232,5	210	187,5	172,5	-	-	-
60	297,5	285	270	252,5	230	207,5	192,5	-	-	-
67,5	317,5	305	290	272,5	250	227,5	212,5	-	-	-
75	347,5	335	320	302,5	280	257,5	242,5	-	-	-
82,5	367,5	355	340	322,5	300	277,5	262,5	-	-	-
90	387,5	375	360	342,5	320	297,5	282,5	-	-	-
90+	407,5	395	380	362,5	340	307,5	302,5	-	-	-