

Разрядные нормативы ИРС - Многоповторная становая тяга 75

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	31	26	18	12	5	3	1
48	35	30	22	16	7	5	3
52	43	34	26	19	9	7	5
56	49	38	30	22	11	9	7
60	51	44	34	25	13	11	9
67,5	55	48	38	28	15	13	11
75	59	52	42	31	17	15	13
82,5	63	56	46	34	19	17	15
90	67	60	50	37	21	19	17
90+	69	64	62	40	23	21	18