

Разрядные нормативы ИРС-А - Многоповторные отжимания на брусьях с весом 15

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	28	26	24	21	17	14	13
56	30	28	26	23	19	16	14
60	32	30	28	25	21	18	14
67,5	34	32	30	27	23	20	18
75	36	34	32	29	25	22	19
82,5	37	35	33	30	26	23	21
90	39	37	35	32	28	25	22
100	35	33	31	28	23	21	19
110	33	31	29	26	21	18	16
125	28	26	24	21	17	13	11
140	27	25	23	20	16	12	10
140+	27	25	23	20	16	12	10

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	15	12	10	8	7	5	4
48	18	15	13	11	9	5	6
52	20	17	14	12	10	9	8
56	19	16	13	12	10	9	7
60	16	13	11	9	8	6	5
67,5	15	13	11	9	8	6	4
75	14	12	10	9	7	6	3
82,5	12	11	9	8	6	4	2
90	12	11	9	8	6	4	2
90+	12	11	9	8	6	4	2

