

Разрядные нормативы ИРС-А - Многоповторные подтягивания на перекладине с весом 15

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	14	12	10	8	6	5	4
56	15	13	11	9	7	6	5
60	16	14	12	10	8	7	6
67,5	17	15	13	11	9	8	7
75	19	17	15	13	11	9	8
82,5	20	18	16	14	12	10	9
90	21	19	17	15	13	11	10
100	20	18	16	14	12	10	9
110	18	16	14	12	10	9	8
125	15	13	11	9	7	6	5
140	14	12	10	8	6	5	4
140+	14	12	10	8	6	5	4

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	6	4	2	1	0	0	0
48	7	5	3	2	1	1	0
52	9	7	5	4	2	1	1
56	9	7	5	4	2	2	1
60	9	7	5	3	2	2	1
67,5	8	6	4	3	2	2	1
75	7	5	3	2	1	2	0
82,5	6	4	2	1	0	0	0
90	6	4	2	1	0	0	0
90+	6	4	2	1	0	0	0