

IPC-A жим лежа - однослойная софт-экипировка

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
52	132,5	112,5	97,5	85	77,5	67,5	57,5	47,5	37,5	-
56	145	125	107,5	95	85	75	65	52,5	42,5	-
60	157,5	135	117,5	102,5	92,5	82,5	70	57,5	45	-
67,5	175	150	130	112,5	102,5	90	77,5	65	50	-
75	195	167,5	145	127,5	112,5	102,5	87,5	72,5	57,5	-
82,5	212,5	185	160	137,5	125	110	95	77,5	62,5	-
90	227,5	197,5	172,5	147,5	132,5	120	102,5	85	67,5	-
100	245	212,5	185	160	137,5	125	110	90	72,5	-
110	260	225	195	170	152,5	135	115	97,5	77,5	-
125	277,5	240	207,5	180	162,5	145	122,5	102,5	82,5	-
140	290	250	217,5	190	170	152,5	130	107,5	85	-
140+	300	260	225	195	175	157,5	135	112,5	87,5	-

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
44	65	57,5	50	42,5	37,5	32,5	27,5	22,5	20	-
48	75	62,5	55	47,5	42,5	37,5	32,5	27,5	22,5	-
52	82,5	70	60	52,5	47,5	42,5	35	30	25	-

56	90	77,5	65	57,5	50	45	37,5	32,5	27,5	-
60	95	82,5	72,5	62,5	55	50	42,5	35	30	-
67,5	107,5	92,5	80	70	62,5	55	47,5	40	32,5	-
75	117,5	100	87,5	75	67,5	60	52,5	42,5	35	-
82,5	125	107,5	95	82,5	72,5	65	55	45	37,5	-
90	132,5	115	100	85	77,5	67,5	57,5	47,5	40	-
90+	137,5	117,5	102,5	87,5	80	70	60	50	42,5	-