

**Разрядные нормативы ИРС - Многоповторная
становая тяга 150**

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	17	15	13	11	6	4	3
56	17	15	13	11	6	4	3
60	21	17	15	12	7	5	4
67,5	25	20	17	13	8	6	5
75	28	22	19	14	10	7	6
82,5	30	24	21	15	11	9	7
90	32	26	23	17	12	10	8
100	34	29	25	19	13	11	9
110	36	31	27	21	14	12	11
125	38	33	29	23	16	13	12
140	40	35	31	25	18	15	14
140+	42	37	33	27	20	17	16