

Классический подъём на бицепс Русская ось IPC

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	57,5	47,5	40	32,5	30	25	20
56	62,5	50	42,5	35	32,5	27,5	22,5
60	67,5	55	47,5	37,5	35	30	25
67,5	72,5	60	52,5	45	37,5	32,5	27,5
75	77,5	62,5	55	50	42,5	35	30
82,5	82,5	67,5	60	55	47,5	40	32,5
90	87,5	72,5	65	60	52,5	45	37,5
100	92,5	77,5	70	65	57,5	50	42,5
110	97,5	82,5	75	70	62,5	55	47,5
125	105	90	80	75	67,5	60	52,5
140	110	95	85	80	72,5	65	57,5
140+	117,5	102,5	92,5	87,5	80	70	62,5

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	35	30	25	20	-	-	-
48	37,5	32,5	27,5	22,5	-	-	-
52	45	35	30	25	-	-	-
56	42,5	37,5	32,5	27,5	-	-	-
60	45	40	35	30	-	-	-
67,5	47,5	42,5	37,5	32,5	-	-	-
75	50	45	40	35	-	-	-
82,5	52,5	47,5	42,5	37,5	-	-	-
90	55	50	47,5	42,5	-	-	-
90+	57,5	52,5	50	47,5	-	-	-