

Разрядные нормативы ИРС - Многоповторные отжимания на брусьях без веса

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	43	38	34	29	19	16	14
56	45	40	36	31	21	18	15
60	47	42	38	33	23	20	17
67,5	49	44	40	35	26	23	20
75	51	46	42	37	28	25	22
82,5	52	47	43	38	29	26	24
90	54	49	45	40	31	28	25
100	50	45	41	36	26	24	22
110	48	43	39	34	24	20	18
125	43	38	34	29	19	15	13
140	42	37	33	28	18	14	12
140+	42	37	33	28	18	14	12

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	40	37	31	27	20	18	14
48	39	36	30	26	19	17	12
52	37	34	28	25	18	16	11
56	33	30	26	21	17	15	10
60	32	29	25	20	16	14	9
67,5	29	26	23	18	15	12	8
75	29	26	23	18	15	12	8
82,5	29	26	23	18	15	12	8
90	29	26	23	18	15	12	8
90+	29	26	23	18	15	12	8