

Разрядные нормативы ИРС - Многоповторные отжимания на брусьях с весом 15

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	33	31	28	24	19	16	14
56	35	33	30	26	21	18	15
60	37	35	32	28	23	20	17
67,5	39	37	34	30	26	23	20
75	41	39	36	32	28	25	22
82,5	42	40	37	33	29	26	24
90	44	42	39	35	31	28	25
100	40	38	35	31	26	24	22
110	38	36	33	29	24	20	18
125	33	31	28	24	19	15	13
140	32	30	27	23	18	14	12
140+	32	30	27	23	18	14	12

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	18	15	12	10	8	6	5
48	21	18	15	13	10	8	7
52	23	20	17	14	12	10	9
56	22	19	16	14	12	10	8
60	19	16	13	11	9	7	6
67,5	18	15	13	11	9	7	5
75	17	14	12	10	8	6	4
82,5	15	13	11	9	7	5	3
90	15	13	11	9	7	5	3
90+	15	13	11	9	7	5	3

