

Разрядные нормативы ИРС - Многоповторные подтягивания на перекладине с весом 35

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	10	8	6	5	4	3	2
56	11	9	7	6	4	3	2
60	13	11	9	7	5	4	3
67,5	14	12	10	8	6	5	4
75	16	14	12	10	8	6	5
82,5	17	15	13	11	9	7	6
90	18	16	14	12	10	8	7
100	17	15	13	11	9	7	6
110	15	13	11	9	7	6	5
125	12	10	8	6	4	3	2
140	11	9	7	5	4	3	2
140+	11	9	7	5	4	3	2