

IPC жим лежа - одностлойная экипировка

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
52	157,5	137,5	120	102,5	92,5	82,5	72,5	60	47,5	-
56	172,5	150	130	112,5	102,5	90	77,5	65	52,5	-
60	187,5	162,5	142,5	122,5	110	100	85	70	57,5	-
67,5	210	180	157,5	137,5	122,5	110	95	77,5	62,5	-
75	232,5	200	175	152,5	137,5	122,5	105	87,5	70	-
82,5	252,5	220	190	165	147,5	132,5	115	95	77,5	-
90	272,5	235	205	177,5	160	142,5	122,5	102,5	82,5	-
100	292,5	252,5	220	192,5	172,5	155	132,5	110	87,5	-
110	310	267,5	232,5	202,5	182,5	162,5	140	117,5	92,5	-
125	330	285	247,5	215	192,5	172,5	147,5	125	100	-
140	345	297,5	260	225	202,5	180	155	130	102,5	-
140+	355	307,5	267,5	232,5	210	187,5	160	135	107,5	-

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
44	80	70	60	52,5	47,5	42,5	37,5	30	25	-
48	90	77,5	67,5	60	52,5	47,5	40	35	27,5	-
52	100	85	75	65	57,5	52,5	45	37,5	30	-

56	107,5	92,5	80	70	62,5	57,5	47,5	40	32,5	-
60	115	100	87,5	75	67,5	60	52,5	42,5	35	-
67,5	130	112,5	97,5	85	75	67,5	57,5	47,5	40	-
75	140	122,5	105	92,5	82,5	75	62,5	52,5	42,5	-
82,5	150	130	112,5	97,5	87,5	80	67,5	57,5	45	-
90	160	137,5	120	105	92,5	82,5	72,5	60	47,5	-
90+	162,5	142,5	122,5	107,5	95	85	75	62,5	50	-