

Разрядные нормативы ИРС - Многоповторные отжимания на брусьях с весом 35

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	26	23	19	14	10	8	6
56	28	25	21	16	12	10	8
60	30	27	23	18	14	12	10
67,5	32	29	25	20	16	14	12
75	34	31	27	22	19	16	14
82,5	39	36	32	24	20	18	16
90	40	37	33	26	21	19	17
100	39	36	32	25	21	19	17
110	35	32	28	21	17	15	13
125	30	27	24	18	14	12	10
140	28	25	22	16	12	10	8
140+	28	25	22	16	12	10	8