

Разрядные нормативы ИРС-А - Приседания экипировочные

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
44	200	170	152,5	132,5	120	105	85	-	-	-
48	200	170	152,5	132,5	120	105	85	-	-	-
52	200	170	152,5	132,5	120	105	85	-	-	-
56	215	185	162,5	142,5	127,5	115	95	-	-	-
60	232,5	200	175	152,5	137,5	122,5	105	-	-	-
67,5	257,5	222,5	195	170	152,5	137,5	120	-	-	-
75	280	242,5	210	185	167,5	152,5	127,5	-	-	-
82,5	305	262,5	222,5	200	175	162,5	137,5	-	-	-
90	317,5	275	235	210	185	167,5	142,5	-	-	-
100	337,5	295	252,5	222,5	195	175	152,5	-	-	-
110	350	305	262,5	232,5	205	185	162,5	-	-	-
125	360	315	270	240	212,5	190	167,5	-	-	-
140	370	322,5	277,5	247,5	217,5	200	170	-	-	-
140+	377,5	330	285	252,5	222,5	205	175	-	-	-

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.	III юн.
44	130	115	97,5	82,5	72,5	62,5	57,5	-	-	-
48	140	125	105	90	80	70	62,5	-	-	-
52	147,5	132,5	110	97,5	85	75	65	-	-	-
56	157,5	140	117,5	102,5	90	80	72,5	-	-	-
60	165	147,5	127,5	107,5	97,5	85	75	-	-	-
67,5	182,5	162,5	137,5	115	105	90	80	-	-	-
75	195	175	147,5	125	110	100	85	-	-	-
82,5	210	187,5	160	132,5	117,5	105	87,5	-	-	-
90	220	195	167,5	140	125	110	92,5	-	-	-
100	230	202,5	175	145	130	112,5	97,5	-	-	-
100+	230	202,5	175	145	130	112,5	97,5	-	-	-