

Классический подъём на бицепс Русская ось IPC-A

Мужчины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
52	52,5	42,5	35	27,5	25	20	17,5
56	57,5	45	37,5	30	27,5	22,5	20
60	62,5	47,5	40	32,5	30	25	22,5
67,5	67,5	52,5	45	37,5	35	30	25
75	72,5	57,5	47,5	40	37,5	32,5	27,5
82,5	77,5	62,5	52,5	45	42,5	37,5	32,5
90	82,5	67,5	57,5	50	47,5	42,5	37,5
100	87,5	72,5	62,5	55	52,5	47,5	42,5
110	92,5	77,5	67,5	60	57,5	52,5	47,5
125	100	85	75	65	62,5	57,5	52,5
140	105	90	80	72,5	67,5	62,5	57,5
140+	112,5	95	85	77,5	72,5	67,5	60

Женщины

ВК/разряд	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	30	25	20	17,5	-	-	-
48	32,5	27,5	22,5	20	-	-	-
52	40	30	25	22,5	-	-	-
56	37,5	32,5	27,5	25	-	-	-
60	40	35	30	27,5	-	-	-
67,5	42,5	37,5	32,5	30	-	-	-
75	45	40	35	32,5	-	-	-
82,5	47,5	42,5	37,5	35	-	-	-
90	50	47,5	42,5	37,5	-	-	-
90+	52,5	50	47,5	40	-	-	-