



Всемирная федерация
стритлифтинга

Нормативы по дисциплине «Двоеборье многоповторное»

Оглавление

Спортивные разряды и звания WSF	3
Двоеборье многоповторное без веса с прохождением допинг-контроля	5
Двоеборье многоповторное 10 кг с прохождением допинг-контроля	7
Двоеборье многоповторное 15 кг с прохождением допинг-контроля	8
Двоеборье многоповторное 25 кг с прохождением допинг-контроля	10
Двоеборье многоповторное 35 кг с прохождением допинг-контроля	11
Двоеборье многоповторное 50 кг с прохождением допинг-контроля	12
Двоеборье многоповторное без веса без прохождения допинг-контроля	13
Двоеборье многоповторное 10 кг без прохождения допинг-контроля	15
Двоеборье многоповторное 15 кг без прохождения допинг-контроля	16
Двоеборье многоповторное 25 кг без прохождения допинг-контроля	18
Двоеборье многоповторное 35 кг без прохождения допинг-контроля	19
Двоеборье многоповторное 50 кг без прохождения допинг-контроля	20

Спортивные разряды и звания WSF

В WSF разработана и утверждена единая система спортивных разрядов и званий, ознакомиться с ней можно на официальном сайте в соответствующем разделе «Нормативы»: <https://wsf-federation.ru/razryadnye-normativy-po-stritliftingu/> или <https://wrpf.pro/normativy/>. Филиалы WSF должны использовать единую систему спортивных разрядов и званий WSF. Спортивные разряды и звания присваиваются тем филиалом, в котором выполнен норматив.

При расчете норматива к показанному спортсменом результату применяются **повышающие коэффициенты** для присвоения разрядов и званий до МСМК включительно. Повышающие коэффициенты действуют для спортсменов:

- возраст 50-54 года +10%;
- возраст 55-59 лет +15%;
- возраст 60-64 года + 20%;
- возраст 65-69 лет +25%;
- возраст 70 лет и старше + 30%.

Данная корректировка производится независимо от того, в какой возрастной группе принимает участие спортсмен на турнире. Она производится исходя из фактического возраста спортсмена на день участия в турнире.

В дисциплинах, в которых результат определяется в килограммах, полученное при повышении на соответствующий процент значение **округляется до 2,5 кг в меньшую сторону**.

Пример:

Дивизион – двоеборье на максимум с прохождением ДК.

Спортсмен – мужчина, возраст 63 года, весовая категория – 100 кг.

Результат спортсмена – 147,5 кг.

Норматив МС в данном дивизионе и в этой весовой категории – 172,5 кг.

Расчет норматива с повышающим коэффициентом:

$147,5 \text{ кг} + 20\% = 177 \text{ кг}$.

Округляем до 175 кг. Следовательно, спортсмен имеет право на присвоение спортивного звания МС.

В дисциплинах, в которых результат определяется в количестве повторений, полученное при повышении на соответствующий процент значение **округляется** до целого числа **в меньшую сторону**.

Пример:

Дивизион – отжимания многоповторные 35 кг с прохождением ДК.

Спортсмен – мужчина, возраст 63 года, весовая категория – 100 кг.

Результат спортсмена – 24 повторения.

Норматив МС в данном дивизионе и в этой весовой категории – 26 повторений.

Расчет норматива с повышающим коэффициентом:

24 повторения + 20% = 28,8 повторений.

Округляем до 28 повторений. Следовательно, спортсмен имеет право на присвоение спортивного звания МС.

Рассчитать норматив для возрастных категорий «Мастера 50+» также можно при помощи калькулятора по ссылке: [PowerTable / Нормативы WSF](#).

Двоеборье многоповторное без веса с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	139	106	75	59	50	44	38
52	137	104	74	58	48	43	37
56	134	101	72	55	46	40	35
60	127	95	69	53	44	38	33
67,5	123	91	67	52	41	37	32
75	118	88	65	50	39	34	30
82,5	116	85	62	48	38	33	29
90	109	81	59	46	36	31	27
100	103	77	56	43	33	28	24
110	99	73	53	40	31	26	21
110+	94	68	49	37	28	23	19

Двоеборье многоповторное без веса с прохождением допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	95	66	49	40	34	30	26
48	92	63	47	38	32	28	24
52	88	59	44	36	31	26	22
56	84	55	42	32	28	24	20
60	81	52	40	30	26	22	18
67,5	76	49	37	27	24	20	16
75	74	47	35	26	23	19	15
75+	71	45	31	23	20	16	12

Двоеборье многоповторное 10 кг с прохождением допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	31	27	23	20	15	11	9
48	34	29	26	23	17	14	10
52	36	31	28	25	19	15	12
56	38	33	29	27	21	17	14
60	36	31	28	25	19	16	12
67,5	33	29	25	22	17	14	10
75	29	25	21	18	14	11	9
75+	27	22	18	15	11	9	7

Двоеборье многоповторное 15 кг с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	51	42	36	29	24	20	18
52	57	48	40	32	27	23	20
56	60	49	42	34	29	26	22
60	65	52	45	37	32	29	26
67,5	70	57	48	41	35	31	28
75	73	60	50	43	38	33	30
82,5	76	63	53	46	40	35	31
90	71	59	49	41	34	30	28
100	64	52	45	37	30	27	24
110	53	45	37	30	25	20	17
110+	50	42	35	29	23	18	15

Двоеборье многоповторное 15 кг с прохождением допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	22	17	13	10	7	4	2
48	25	20	16	12	9	5	3
52	29	24	20	16	12	10	6
56	30	26	23	20	16	12	10
60	29	24	21	17	14	11	9
67,5	25	20	17	13	11	10	7
75	22	18	15	12	10	9	6
75+	19	16	13	10	9	7	5

Двоеборье многоповторное 25 кг с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	41	33	28	24	21	17	14
52	46	37	31	26	22	19	16
56	50	40	35	27	24	22	18
60	53	43	38	30	26	24	21
67,5	56	46	41	33	29	26	24
75	60	49	45	38	33	28	26
82,5	64	54	49	39	36	30	27
90	61	50	45	37	31	27	25
100	55	44	39	32	27	24	21
110	46	37	31	25	19	17	14
110+	42	34	27	24	17	14	11

Двоеборье многоповторное 35 кг с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	37	29	24	21	18	15	13
52	40	33	27	24	19	16	14
56	43	36	31	24	21	19	15
60	46	38	34	26	24	22	18
67,5	50	40	36	29	25	24	21
75	54	43	39	34	29	24	23
82,5	56	47	43	35	32	26	24
90	54	44	39	33	27	24	23
100	48	39	35	28	24	21	18
110	40	33	27	23	16	14	13
110+	38	30	24	21	14	13	10

Двоеборье многоповторное 50 кг с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	25	20	14	8	-	-	-
52	28	22	17	11	7	-	-
56	31	25	21	13	9	-	-
60	35	28	23	15	12	8	-
67,5	38	29	24	19	13	10	-
75	39	31	26	22	15	11	8
82,5	42	34	29	24	19	13	11
90	45	36	31	26	21	14	12
100	39	32	27	24	19	13	11
110	36	29	25	23	19	15	10
110+	33	27	24	21	18	15	9

Двоеборье многоповторное без веса без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	153	117	83	65	55	49	42
52	151	114	81	63	53	47	41
56	147	111	79	61	51	44	38
60	140	105	76	59	49	42	36
67,5	135	100	74	57	46	40	35
75	130	97	71	55	43	38	33
82,5	127	93	69	52	42	36	31
90	120	89	65	50	40	34	30
100	113	85	62	47	36	31	26
110	109	80	59	44	34	28	24
+110	103	75	54	41	31	25	20

Двоеборье многоповторное без веса без прохождения допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	105	73	54	44	38	33	29
48	101	69	52	42	36	31	26
52	96	65	48	39	34	29	24
56	92	60	46	35	30	26	22
60	89	57	44	33	28	24	20
67,5	83	54	41	30	26	22	18
75	81	52	39	28	25	21	17
75+	78	49	34	26	22	18	14

Двоеборье многоповторное 10 кг без прохождения допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	34	30	25	22	17	13	11
48	37	32	29	25	19	16	12
52	40	34	31	28	21	17	14
56	42	36	32	30	23	19	16
60	40	34	31	28	21	18	14
67,5	36	32	28	24	19	16	12
75	32	28	23	20	16	13	11
75+	30	24	20	17	13	11	9

Двоеборье многоповторное 15 кг без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	56	46	40	32	26	22	20
52	63	53	44	35	30	25	22
56	66	54	46	37	32	29	24
60	72	57	50	41	35	32	29
67,5	77	63	53	45	39	34	31
75	80	66	55	47	42	36	33
82,5	84	69	58	51	44	39	34
90	78	65	54	45	37	33	31
100	70	57	50	41	33	30	26
110	58	50	41	33	28	22	19
110+	55	46	39	32	25	20	17

Двоеборье многоповторное 15 кг без прохождения допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	24	19	15	12	8	5	4
48	28	22	18	14	11	7	5
52	32	26	22	18	14	12	8
56	33	29	25	22	18	14	12
60	32	26	23	19	16	13	11
67,5	28	22	19	15	13	12	9
75	24	20	17	14	12	11	8
75+	21	18	15	12	11	9	7

Двоеборье многоповторное 25 кг без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	44	36	30	26	23	19	16
52	50	40	33	28	24	21	18
56	54	43	38	29	26	24	20
60	57	46	41	32	28	26	23
67,5	60	50	44	36	31	28	26
75	65	53	49	41	36	30	28
82,5	69	58	53	42	39	32	29
90	66	54	49	40	33	29	27
100	59	48	42	35	29	26	23
110	50	40	33	27	21	19	16
110+	45	37	29	26	19	16	13

Двоеборье многоповторное 35 кг без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	41	32	26	23	20	17	15
52	44	36	30	26	21	18	16
56	47	40	34	26	23	21	17
60	51	42	37	29	26	24	20
67,5	55	44	40	32	28	26	23
75	59	47	43	37	32	26	25
82,5	62	52	47	39	35	29	26
90	59	48	43	36	30	26	25
100	53	43	39	31	26	23	20
110	44	36	30	25	18	16	15
110+	42	33	26	23	16	15	12

Двоеборье многоповторное 50 кг без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	27	22	16	10	-	-	-
52	30	24	19	13	9	-	-
56	33	27	23	15	11	-	-
60	38	30	25	17	14	10	-
67,5	41	31	26	21	15	12	-
75	42	33	28	24	17	13	10
82,5	45	37	31	26	21	15	13
90	49	39	33	28	23	16	14
100	43	35	29	26	21	15	13
110	39	31	27	25	21	17	12
110+	36	29	26	23	20	17	11