



Всемирная федерация
стритлифтинга

Нормативы по дисциплине «Выход силой на перекладине»

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](#).

Выход силой на перекладине с прохождением допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	17,5	13,75	10	7,5	6,25	5
52	18,75	15	11,25	8,75	7,5	6,25
56	20	16,25	12,5	10	8,75	7,5
60	21,25	17,5	13,75	11,25	10	8,75
67,5	22,5	18,75	15	12,5	11,25	10
75	23,75	20	16,25	13,75	12,5	11,25
82,5	25	21,25	17,5	15	13,75	12,5
90	26,25	22,5	18,75	16,25	15	13,75
100	27,5	23,75	20	17,5	16,25	15
110	26,25	22,5	18,75	16,25	15	13,75
110+	25	21,25	17,5	15	13,75	12,5

Выход силой на перекладине с прохождением допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	7,5	6,25	5	3,75	2,5	1,25
48	8,75	7,5	6,25	5	3,75	2,5
52	10	8,75	7,5	6,25	5	3,75
56	11,25	10	8,75	7,5	6,25	5
60	12,5	11,25	10	8,75	7,5	6,25
67,5	13,75	12,5	11,25	10	8,75	7,5
75	12,5	11,25	10	8,75	7,5	6,25
75+	11,25	10	8,75	7,5	6,25	5

Выход силой на перекладине без прохождения допинг-контроля

Мужчины

Весовая категория	МСМК	МС	КМС	I	II	III
48	20	15	11,25	8,75	7,5	6,25
52	21,25	16,25	12,5	10	8,75	7,5
56	22,5	17,5	13,75	11,25	10	8,75
60	23,75	18,75	15	12,5	11,25	10
67,5	25	20	16,25	13,75	12,5	11,25
75	26,25	21,25	17,5	15	13,75	12,5
82,5	27,5	22,5	18,75	16,25	15	13,75
90	28,75	23,75	20	17,5	16,25	15
100	30	25	21,25	18,75	17,5	16,25
110	28,75	23,75	20	17,5	16,25	15
110+	27,5	22,5	18,75	16,25	15	13,75

Выход силой на перекладине без прохождения допинг-контроля

Женщины

Весовая категория	МСМК	МС	КМС	I	II	III
44	8,75	7,5	6,25	5	3,75	2,5
48	10	8,75	7,5	6,25	5	3,75
52	11,25	10	8,75	7,5	6,25	5
56	12,5	11,25	10	8,75	7,5	6,25
60	13,75	12,5	11,25	10	8,75	7,5
67,5	15	13,75	12,5	11,25	10	8,75
75	13,75	12,5	11,25	10	8,75	7,5
75+	12,5	11,25	10	8,75	7,5	6,25