

ТРОЕБОРЬЕ БЕЗ ЭКИПИРОВКИ (КЛАССИЧЕСКОЕ)

	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
Мужчины	32	–	–	150,0	140,0	130,0	120,0	110,0	95,0	80,0
	36	–	–	180,0	160,0	150,0	140,0	130,0	110,0	95,0
	40	–	–	220,0	200,0	180,0	160,0	150,0	130,0	110,0
	44	–	–	260,0	230,0	210,0	190,0	170,0	150,0	130,0
	48	–	–	300,0	260,0	230,0	210,0	190,0	170,0	150,0
	53	420,0	380,0	340,0	290,0	260,0	230,0	210,0	190,0	170,0
	59	480,0	440,0	380,0	320,0	290,0	260,0	230,0	210,0	190,0
	66	540,0	500,0	420,0	350,0	320,0	290,0	260,0	230,0	210,0
	74	600,0	550,0	450,0	380,0	350,0	320,0	290,0	260,0	230,0
	83	650,0	590,0	490,0	420,0	380,0	350,0	320,0	290,0	260,0
	93	700,0	630,0	530,0	460,0	410,0	380,0	350,0	310,0	290,0
	105	740,0	670,0	560,0	490,0	440,0	410,0	375,0	330,0	310,0
	120	770,0	700,0	600,0	520,0	470,0	440,0	400,0	350,0	325,0
	120+	800,0	730,0	630,0	550,0	500,0	460,0	420,0	370,0	340,0
Женщины	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
	32	–	–	120,0	110,0	100,0	92,5	85,0	77,5	70,0
	36	–	–	150,0	125,0	110,0	100,0	92,5	85,0	77,5
	40	–	–	175,0	140,0	125,0	110,0	100,0	92,5	85,0
	43	250,0	225,0	200,0	155,0	140,0	125,0	110,0	100,0	92,5
	47	270,0	250,0	225,0	170,0	155,0	140,0	125,0	110,0	100,0
	52	300,0	275,0	250,0	185,0	170,0	155,0	140,0	125,0	110,0
	57	330,0	300,0	270,0	200,0	185,0	170,0	155,0	140,0	125,0
	63	360,0	325,0	290,0	230,0	200,0	185,0	170,0	155,0	140,0
	72	390,0	350,0	320,0	260,0	230,0	200,0	185,0	170,0	155,0
	84	420,0	380,0	350,0	290,0	260,0	230,0	200,0	185,0	170,0
	84+	450,0	400,0	365,0	315,0	290,0	260,0	230,0	200,0	185,0

Спортивные разряды – III юн, II юн, I юн, III, II, I – присваиваются на соревнованиях городского масштаба.

Разряд «Кандидат в мастера спорта Республики Казахстан» (КМС) присваивается на Чемпионате и Кубке области.

Звание «Мастер Спорта Республики Казахстан» (МС) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионате и Кубке Республики Казахстан среди взрослых;
- 2) выполнение нормативов на Чемпионате Республики Казахстан среди молодёжи.

Звание «Мастер спорта международного класса Республики Казахстан» (МСМК) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионатах Мира, Азии и Кубке Мира (мужчины и женщины);
- 2) 1-3 места в Чемпионате Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 3) 1 место на Кубке Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 4) 1 место на Чемпионате Азии среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 5) 1 место на Чемпионате Мира среди ветеранов всех возрастных категорий, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников.

Спортивное звание МСМК присваивается при прохождении допинг контроля.

ЖИМ ШТАНГИ ЛЁЖА БЕЗ ЭКИПИРОВКИ (КЛАССИЧЕСКИЙ)

	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
Мужчины	32	–	–	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	25,0	20,0
	36	–	–	57,5	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	25,0
	40	–	–	65,0	57,5	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0
	44	–	–	72,5	65,0	57,5	50,0	45,0	40,0	35,0
	48	–	–	80,0	72,5	65,0	57,5,0	50,0	45,0	40,0
	53	115,0	100,0	90,0	80,0	72,5	65,0	57,5	50,0	45,0
	59	130,0	115,0	100,0	90,0	80,0	72,5	65,0	57,5	50,0
	66	145,0	130,0	115,0	100,0	90,0	80,0	72,5	65,0	57,5
	74	160,0	145,0	130,0	115,0	100,0	90,0	80,0	72,5	65,0
	83	175,0	160,0	145,0	130,0	115,0	100,0	87,5	80,0	72,5
	93	190,0	175,0	160,0	140,0	125,0	110,0	95,0	87,5	80,0
	105	205,0	190,0	170,0	150,0	135,0	120,0	102,5	95,0	87,5
	120	220,0	200,0	180,0	160,0	145,0	130,0	110,0	102,5	95,0
	120+	230,0	210,0	190,0	170,0	155,0	140,0	120,0	110,0	102,5
Женщины	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
	32	–	–	40,0	35,0	30,0	27,5	25,0	22,5	20,0
	36	–	–	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5	25,0	22,5
	40	–	–	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5	25,0
	43	65,0	60,0	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5
	47	72,5	65,0	60,0	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0
	52	80,0	72,5	65,0	60,0	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0
	57	87,5	80,0	72,5	65,0	60,0	55,0	50,0	45,0	40,0
	63	95,0	87,5	80,0	72,5	65,0	60,0	55,0	50,0	45,0
	72	105,0	95,0	87,5	80,0	72,5	65,0	60,0	55,0	50,0
	84	115,0	105,0	95,0	87,5	80,0	72,5	65,0	60,0	55,0
	84+	125,0	115,0	105,0	95,0	87,5	80,0	72,5	65,0	60,0

Спортивные разряды – III юн, II юн, I юн, III, II, I – присваиваются на соревнованиях городского масштаба.

Разряд «Кандидат в мастера спорта Республики Казахстан» (КМС) присваивается на Чемпионате и Кубке области.

Звание «Мастер Спорта Республики Казахстан» (МС) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионате и Кубке Республики Казахстан среди взрослых;
- 2) выполнение нормативов на Чемпионате Республики Казахстан среди молодёжи.

Звание «Мастер спорта международного класса Республики Казахстан» (МСМК) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионатах Мира, Азии и Кубке Мира (мужчины и женщины);
- 2) 1-3 места в Чемпионате Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 3) 1 место на Кубке Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 4) 1 место на Чемпионате Азии среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 5) 1 место на Чемпионате Мира среди ветеранов всех возрастных категорий, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников.

Спортивное звание МСМК присваивается при прохождении допинг контроля.

ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Из Приказа и.о. Министра культуры и спорта РК от 28.10.2014г. №56
«Об утверждении Норм и требований для присвоения спортивных званий, разрядов и квалификационных категорий»

ПАУЭРЛИФТИНГ (ЭКИПИРОВОЧНЫЙ)

	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
Мужчины	32	–	–	170,0	150,0	140,0	130,0	120,0	110,0	100,0
	36	–	–	210,0	180,0	160,0	150,0	130,0	120,0	110,0
	40	–	–	250,0	210,0	190,0	170,0	150,0	140,0	130,0
	44	–	–	300,0	250,0	230,0	200,0	180,0	160,0	150,0
	48	–	–	350,0	290,0	260,0	230,0	210,0	190,0	170,0
	53	520,0	470,0	400,0	320,0	290,0	260,0	230,0	210,0	190,0
	59	590,0	540,0	445,0	360,0	320,0	290,0	260,0	230,0	210,0
	66	660,0	600,0	495,0	400,0	350,0	320,0	290,0	260,0	230,0
	74	720,0	660,0	535,0	440,0	390,0	360,0	320,0	290,0	260,0
	83	780,0	710,0	570,0	480,0	430,0	390,0	350,0	310,0	290,0
	93	830,0	750,0	600,0	520,0	470,0	420,0	380,0	330,0	310,0
	105	870,0	790,0	640,0	560,0	500,0	460,0	400,0	350,0	330,0
	120	900,0	820,0	680,0	600,0	530,0	490,0	430,0	375,0	350,0
	120+	930,0	840,0	720,0	620,0	550м	510,0	460,0	400,0	375,0
Женщины	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
	32	–	–	140,0	120,0	110,0	100,0	90,0	80,0	70,0
	36	–	–	165,0	135,0	120,0	110,0	100,0	90,0	80,0
	40	–	–	200,0	155,0	135,0	120,0	110,0	100,0	90,0
	43	310,0	265,0	230,0	175,0	150,0	135,0	120,0	110,0	100,0
	47	340,0	28,5	255,0	190,0	165,0	150,0	135,0	120,0	110,0
	52	370,0	315,0	280,0	210,0	180,0	165,0	150,0	135,0	120,0
	57	400,0	342,5	305,0	230,0	200,0	180,0	165,0	150,0	135,0
	63	440,0	375,0	330,0	255,0	220,0	200,0	180,0	165,0	150,0
	72	470,0	400,0	360,0	285,0	250,0	230,0	200,0	180,0	165,0
	84	500,0	435,0	395,0	330,0	285,0	260,0	220,0	200,0	180,0
	84+	530,0	460,0	415,0	360,0	320,0	285,0	250,0	220,0	200,0

Спортивные разряды – III юн, II юн, I юн, III, II, I – присваиваются на соревнованиях городского масштаба.

Разряд «Кандидат в мастера спорта Республики Казахстан» (КМС) присваивается на Чемпионате и Кубке области.

Звание «Мастер Спорта Республики Казахстан» (МС) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионате и Кубке Республики Казахстан среди взрослых;
- 2) выполнение нормативов на Чемпионате Республики Казахстан среди молодёжи.

Звание «Мастер спорта международного класса Республики Казахстан» (МСМК) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионатах Мира, Азии и Кубке Мира (мужчины и женщины);
- 2) 1-3 места в Чемпионате Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 3) 1 место на Кубке Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 4) 1 место на Чемпионате Азии среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 5) 1 место на Чемпионате Мира среди ветеранов всех возрастных категорий, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников.

Спортивное звание МСМК присваивается при прохождении допинг контроля.

ЖИМ ШТАНГИ ЛЁЖА (ЭКИПИРОВОЧНЫЙ)

	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
Мужчины	32	–	–	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	25,0
	36	–	–	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0
	40	–	–	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0
	44	–	–	80,0	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0
	48	–	–	90,0	80,0	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0
	53	130,0	115,0	100,0	90,0	80,0	70,0	62,5	55,0	50,0
	59	152,5	135,0	115,0	105,0	90,0	80,0	70,0	62,5	55,0
	66	175,0	155,0	135,0	120,0	102,5	90,0	77,5	70,0	62,5
	74	195,0	175,0	155,0	135,0	115,0	100,0	85,0	77,5	70,0
	83	215,0	195,0	175,0	150,0	130,0	110,0	92,5	85,0	77,5
	93	235,0	210,0	190,0	160,0	140,0	120,0	100,0	92,5	85,0
	105	250,0	225,0	200,0	170,0	150,0	130,0	110,0	100,0	92,5
	120	265,0	240,0	215,0	180,0	160,0	140,0	120,0	110,0	100,0
	120+	275,0	250,0	225,0	190,0	170,0	150,0	130,0	120,0	110,0
Женщины	В/К	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн	II юн	III юн
	32	–	–	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5	25,0	22,5
	36	–	–	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5	25,0
	40	–	–	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0	27,5
	43	80,0	72,5	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0	30,0
	47	90,0	80,0	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0	35,0
	52	100,0	87,5	77,5	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0	40,0
	57	110,0	95,0	85,0	77,5	70,0	62,5	55,0	50,0	45,0
	63	120,0	102,5	92,5	85,0	77,5	70,0	62,5	55,0	50,0
	72	130,0	110,0	100,0	92,5	85,0	77,5	70,0	62,5	55,0
	84	142,5	120,0	110,0	100,0	92,5	85,0	77,5	70,0	62,5
	84+	155,0	130,0	120,0	110,0	100,0	92,5	85,0	77,5	70,0

Спортивные разряды – III юн, II юн, I юн, III, II, I – присваиваются на соревнованиях городского масштаба.

Разряд «Кандидат в мастера спорта Республики Казахстан» (КМС) присваивается на Чемпионате и Кубке области.

Звание «Мастер Спорта Республики Казахстан» (МС) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионате и Кубке Республики Казахстан среди взрослых;
- 2) выполнение нормативов на Чемпионате Республики Казахстан среди молодёжи.

Звание «Мастер спорта международного класса Республики Казахстан» (МСМК) присваивается при условии:

- 1) выполнение нормативов на Чемпионатах Мира, Азии и Кубке Мира (мужчины и женщины);
- 2) 1-3 места в Чемпионате Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 3) 1 место на Кубке Мира среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 4) 1 место на Чемпионате Азии среди мужчин и женщин, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников и есть звание «Мастер Спорта Республики Казахстан»;
- 5) 1 место на Чемпионате Мира среди ветеранов всех возрастных категорий, с условием, что в весовой категории не менее 5 участников.

Спортивное звание МСМК присваивается при прохождении допинг контроля.