

Разрядные нормативы АWPC становая тяга в 1-слойной экипировке

Мужчины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.
52	212.5	187.5	165	142.5	122.5	115	97.5	80	65
56	225	200	175	152.5	132.5	122.5	105	87.5	67.5
60	240	212.5	185	162.5	140	127.5	110	92.5	72.5
67.5	262.5	230	200	175	152.5	140	122.5	100	80
75	277.5	245	212.5	185	162.5	150	127.5	107.5	85
82.5	290	257.5	225	195	172.5	157.5	135	112.5	90
90	300	265	232.5	202.5	175	162.5	140	117.5	92.5
100	312.3	277.5	242.5	210	182.5	167.5	145	122.5	97.5
110	322.5	285	250	217.5	187.5	175	150	125	100
125	332.5	295	257.5	225	195	180	155	127.5	102.5
140	342.5	302.5	262.5	227.5	200	182.5	157.5	130	105
140+	347.5	307.5	265	237.5	202.5	187.5	160	132.5	107.5

Женщины

Весовая категория	Элита	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	II юн.
44	135	120	105	90	77.5	72.5	62.5	52.5	42.5
48	147.5	130	115	100	85	77.5	67.5	57.5	45
52	157.5	140	120	105	92.5	85	72.5	62.5	47.5
56	167.5	147.5	127.5	110	97.5	90	75	65	52.5
60	175	155	135	115	102.5	95	80	67.5	55
67.5	187.5	167.5	145	125	110	100	85	72.5	57.5
75	197.5	172.5	152.5	130	115	107.5	90	75	60
82.5	205	180	157.5	137.5	117.5	110	95	77.5	62.5
90	212.5	185	162.5	140	122.5	115	97.5	80	65
90+	215	190	165	142.5	125	115	100	82.5	67.5