

**ВСЕМИРНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ЭКИПИРОВОЧНОГО
ПАУЭРЛИФТИНГА / WEPF**



НОРМАТИВЫ

Редакция 2019 года

Содержание

| | |
|---|-----------|
| ЛЮБИТЕЛИ С ПРОХОЖДЕНИЕМ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ..... | 4 |
| Пауэрлифтинг в однослойной экипировке | 4 |
| Мужчины..... | 4 |
| Женщины | 5 |
| Пауэрлифтинг в многослойной экипировке | 6 |
| Мужчины..... | 6 |
| Женщины | 7 |
| Силовое двоеборье в экипировке | 8 |
| Мужчины..... | 8 |
| Женщины | 9 |
| Жим лежа в однослойной экипировке | 10 |
| Мужчины..... | 10 |
| Женщины | 11 |
| Жим лежа в многослойной экипировке | 12 |
| Мужчины..... | 12 |
| Женщины | 13 |
| Становая тяга в экипировке | 14 |
| Мужчины..... | 14 |
| Женщины | 15 |
| ЛЮБИТЕЛИ БЕЗ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ | 16 |
| Пауэрлифтинг в однослойной экипировке | 16 |
| Мужчины..... | 16 |
| Женщины | 17 |
| Пауэрлифтинг в многослойной экипировке | 18 |
| Мужчины..... | 18 |
| Женщины | 19 |
| Силовое двоеборье в экипировке | 20 |
| Мужчины..... | 20 |
| Женщины | 21 |
| Жим лежа в однослойной экипировке | 22 |
| Мужчины..... | 22 |
| Женщины | 23 |
| Жим лежа в многослойной экипировке | 24 |
| Мужчины..... | 24 |
| Женщины | 25 |

| | |
|--|-----------|
| Становая тяга в экипировке | 26 |
| Мужчины..... | 26 |
| Женщины | 27 |
| Нормативы для дивизиона Профессионалы WEPF..... | 28 |

ЛЮБИТЕЛИ С ПРОХОЖДЕНИЕМ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ

Пауэрлифтинг в однослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 480 | 420 | 380 | 340 | 300 | 257,5 |
| 56 | 520 | 455 | 410 | 367,5 | 322,5 | 280 |
| 60 | 557,5 | 487,5 | 440 | 392,5 | 345 | 297,5 |
| 67.5 | 620 | 540 | 487,5 | 435 | 382,5 | 330 |
| 75 | 677,5 | 592,5 | 535 | 477,5 | 420 | 362,5 |
| 82.5 | 722,5 | 630 | 570 | 507,5 | 447,5 | 385 |
| 90 | 757,5 | 662,5 | 597,5 | 535 | 470 | 405 |
| 100 | 797,5 | 697,5 | 630 | 562,5 | 495 | 425 |
| 110 | 835 | 730 | 660 | 587,5 | 517,5 | 447,5 |
| 125 | 872,5 | 760 | 687,5 | 615 | 540 | 467,5 |
| 140 | 900 | 785 | 710 | 632,5 | 557,5 | 480 |
| +140 | 920 | 802,5 | 725 | 647,5 | 570 | 492,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 300 | 262,5 | 227,5 | 212,5 | 192,5 | 165 |
| 48 | 327,5 | 287,5 | 252,5 | 222,5 | 207,5 | 172,5 |
| 52 | 350 | 305 | 267,5 | 245 | 220 | 190 |
| 56 | 382,5 | 332,5 | 292,5 | 262,5 | 240 | 210 |
| 60 | 395 | 352,5 | 307,5 | 275 | 255 | 217,5 |
| 67.5 | 430 | 375 | 330 | 302,5 | 270 | 235 |
| 75 | 460 | 400 | 352,5 | 320 | 297,5 | 252,5 |
| 82.5 | 482,5 | 430 | 377,5 | 340 | 307,5 | 267,5 |
| 90 | 500 | 450 | 387,5 | 347,5 | 315 | 275 |
| +90 | 515 | 460 | 412,5 | 362,5 | 322,5 | 282,5 |

Пауэрлифтинг в многослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 502,5 | 440 | 397,5 | 355 | 312,5 | 270 |
| 56 | 545 | 475 | 430 | 382,5 | 327,5 | 290 |
| 60 | 582,5 | 510 | 460 | 410 | 360 | 312,5 |
| 67.5 | 647,5 | 565 | 510 | 455 | 400 | 345 |
| 75 | 707,5 | 617,5 | 557,5 | 500 | 440 | 380 |
| 82.5 | 755 | 657,5 | 595 | 530 | 467,5 | 402,5 |
| 90 | 792,5 | 692,5 | 625 | 557,5 | 490 | 422,5 |
| 100 | 835 | 727,5 | 657,5 | 587,5 | 515 | 445 |
| 110 | 872,5 | 762,5 | 687,5 | 615 | 540 | 467,5 |
| 125 | 910 | 795 | 717,5 | 642,5 | 565 | 487,5 |
| 140 | 940 | 820 | 740 | 660 | 582,5 | 502,5 |
| +140 | 962,5 | 840 | 757,5 | 677,5 | 595 | 512,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 322,5 | 282,5 | 245 | 227,5 | 207,5 | 177,5 |
| 48 | 352,5 | 310 | 272,5 | 240 | 222,5 | 185 |
| 52 | 377,5 | 330 | 287,5 | 265 | 237,5 | 205 |
| 56 | 412,5 | 357,5 | 315 | 282,5 | 260 | 225 |
| 60 | 427,5 | 380 | 332,5 | 297,5 | 275 | 235 |
| 67.5 | 462,5 | 405 | 355 | 325 | 292,5 | 252,5 |
| 75 | 497,5 | 430 | 380 | 345 | 320 | 272,5 |
| 82.5 | 520 | 462,5 | 407,5 | 365 | 330 | 287,5 |
| 90 | 540 | 485 | 417,5 | 375 | 340 | 297,5 |
| 90+ | 555 | 497,5 | 445 | 390 | 347,5 | 305 |

Силовое двоеборье в экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 330 | 290 | 250 | 222,5 | 192,5 | 165 |
| 56 | 347,5 | 307,5 | 265 | 235 | 205 | 175 |
| 60 | 367,5 | 325 | 280 | 247,5 | 215 | 185 |
| 67.5 | 400 | 352,5 | 305 | 267,5 | 235 | 200 |
| 75 | 437,5 | 385 | 332,5 | 292,5 | 257,5 | 220 |
| 82.5 | 467,5 | 410 | 355 | 312,5 | 275 | 235 |
| 90 | 495 | 435 | 375 | 332,5 | 290 | 247,5 |
| 100 | 517,5 | 455 | 395 | 350 | 305 | 260 |
| 110 | 545 | 480 | 415 | 370 | 322,5 | 275 |
| 125 | 565 | 500 | 430 | 385 | 335 | 285 |
| 140 | 585 | 517,5 | 445 | 397,5 | 345 | 295 |
| +140 | 600 | 530 | 457,5 | 407,5 | 355 | 305 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 192,5 | 175 | 152,5 | 135 | 117,5 | 105 |
| 48 | 207,5 | 187,5 | 165 | 145 | 127,5 | 112,5 |
| 52 | 222,5 | 200 | 175 | 155 | 137,5 | 120 |
| 56 | 237,5 | 215 | 187,5 | 167,5 | 147,5 | 130 |
| 60 | 250 | 227,5 | 197,5 | 175 | 155 | 137,5 |
| 67.5 | 272,5 | 245 | 215 | 190 | 167,5 | 150 |
| 75 | 295 | 265 | 232,5 | 205 | 180 | 162,5 |
| 82.5 | 320 | 290 | 252,5 | 225 | 197,5 | 177,5 |
| 90 | 337,5 | 307,5 | 267,5 | 237,5 | 207,5 | 187,5 |
| 90+ | 355 | 322,5 | 280 | 250 | 217,5 | 195 |

Жим лежа в однослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 120 | 105 | 92,5 | 85 | 75 | 65 |
| 56 | 132,5 | 115 | 102,5 | 92,5 | 82,5 | 72,5 |
| 60 | 142,5 | 125 | 110 | 100 | 90 | 77,5 |
| 67.5 | 157,5 | 137,5 | 120 | 110 | 97,5 | 85 |
| 75 | 180 | 157,5 | 140 | 125 | 115 | 100 |
| 82.5 | 197,5 | 172,5 | 150 | 137,5 | 122,5 | 107,5 |
| 90 | 210 | 185 | 160 | 145 | 132,5 | 115 |
| 100 | 225 | 197,5 | 172,5 | 150 | 137,5 | 122,5 |
| 110 | 242,5 | 212,5 | 187,5 | 170 | 152,5 | 132,5 |
| 125 | 257,5 | 225 | 197,5 | 180 | 162,5 | 140 |
| 140 | 267,5 | 235 | 207,5 | 187,5 | 170 | 147,5 |
| +140 | 277,5 | 242,5 | 212,5 | 192,5 | 175 | 152,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 62,5 | 55 | 47,5 | 42,5 | 37,5 | 32,5 |
| 48 | 67,5 | 60 | 52,5 | 47,5 | 42,5 | 37,5 |
| 52 | 75 | 65 | 57,5 | 52,5 | 47,5 | 40 |
| 56 | 85 | 72,5 | 65 | 57,5 | 52,5 | 45 |
| 60 | 90 | 80 | 70 | 62,5 | 57,5 | 52,5 |
| 67.5 | 100 | 87,5 | 77,5 | 70 | 62,5 | 55 |
| 75 | 107,5 | 95 | 82,5 | 75 | 67,5 | 60 |
| 82.5 | 120 | 107,5 | 95 | 85 | 77,5 | 67,5 |
| 90 | 127,5 | 112,5 | 97,5 | 90 | 80 | 70 |
| 90+ | 130 | 115 | 100 | 92,5 | 82,5 | 72,5 |

Жим лежа в многослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 125 | 110 | 97,5 | 87,5 | 77,5 | 67,5 |
| 56 | 137,5 | 120 | 105 | 95 | 85 | 75 |
| 60 | 150 | 130 | 115 | 102,5 | 92,5 | 80 |
| 67.5 | 170 | 147,5 | 130 | 117,5 | 105 | 90 |
| 75 | 192,5 | 170 | 147,5 | 135 | 122,5 | 105 |
| 82.5 | 210 | 182,5 | 160 | 145 | 132,5 | 115 |
| 90 | 225 | 195 | 172,5 | 155 | 140 | 122,5 |
| 100 | 240 | 210 | 185 | 165 | 150 | 130 |
| 110 | 257,5 | 227,5 | 200 | 180 | 162,5 | 142,5 |
| 125 | 275 | 240 | 210 | 190 | 172,5 | 150 |
| 140 | 285 | 250 | 220 | 200 | 180 | 157,5 |
| +140 | 295 | 260 | 227,5 | 205 | 185 | 162,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 67,5 | 60 | 52,5 | 47,5 | 42,5 | 37,5 |
| 48 | 75 | 65 | 57,5 | 52,5 | 47,5 | 40 |
| 52 | 82,5 | 72,5 | 62,5 | 57,5 | 50 | 45 |
| 56 | 92,5 | 80 | 70 | 62,5 | 57,5 | 50 |
| 60 | 97,5 | 85 | 75 | 67,5 | 62,5 | 52,5 |
| 67.5 | 110 | 95 | 82,5 | 75 | 67,5 | 60 |
| 75 | 117,5 | 102,5 | 90 | 82,5 | 75 | 65 |
| 82.5 | 132,5 | 115 | 102,5 | 92,5 | 85 | 72,5 |
| 90 | 137,5 | 122,5 | 107,5 | 97,5 | 87,5 | 77,5 |
| 90+ | 142,5 | 125 | 110 | 100 | 90 | 80 |

Становая тяга в экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 197,5 | 175 | 155 | 137,5 | 127,5 | 112,5 |
| 56 | 210 | 185 | 165 | 147,5 | 137,5 | 120 |
| 60 | 222,5 | 195 | 172,5 | 155 | 142,5 | 127,5 |
| 67.5 | 242,5 | 215 | 200 | 170 | 157,5 | 137,5 |
| 75 | 262,5 | 232,5 | 207,5 | 185 | 172,5 | 152,5 |
| 82.5 | 282,5 | 252,5 | 222,5 | 200 | 187,5 | 165 |
| 90 | 295 | 262,5 | 235 | 210 | 195 | 172,5 |
| 100 | 307,5 | 272,5 | 242,5 | 217,5 | 202,5 | 180 |
| 110 | 327,5 | 292,5 | 260 | 235 | 220 | 197,5 |
| 125 | 340 | 302,5 | 270 | 245 | 230 | 205 |
| 140 | 347,5 | 310 | 277,5 | 252,5 | 235 | 210 |
| +140 | 355 | 315 | 282,5 | 257,5 | 240 | 215 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 132,5 | 115 | 100 | 92,5 | 85 | 72,5 |
| 48 | 145 | 127,5 | 112,5 | 97,5 | 90 | 75 |
| 52 | 155 | 135 | 117,5 | 107,5 | 97,5 | 82,5 |
| 56 | 167,5 | 145 | 127,5 | 115 | 105 | 90 |
| 60 | 172,5 | 155 | 135 | 120 | 110 | 95 |
| 67.5 | 185 | 162,5 | 142,5 | 130 | 117,5 | 100 |
| 75 | 197,5 | 170 | 150 | 135 | 120 | 105 |
| 82.5 | 207,5 | 185 | 162,5 | 145 | 130 | 115 |
| 90 | 215 | 187,5 | 165 | 147,5 | 135 | 117,5 |
| 90+ | 220 | 192,5 | 170 | 150 | 137,5 | 120 |

ЛЮБИТЕЛИ БЕЗ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ

Пауэрлифтинг в однослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 515 | 455 | 405 | 362,5 | 317,5 | 275 |
| 56 | 557,5 | 487,5 | 440 | 392,5 | 345 | 297,5 |
| 60 | 600 | 522,5 | 470 | 420 | 367,5 | 317,5 |
| 67.5 | 667,5 | 580 | 525 | 467,5 | 410 | 352,5 |
| 75 | 727,5 | 635 | 572,5 | 512,5 | 450 | 387,5 |
| 82.5 | 777,5 | 677,5 | 610 | 545 | 477,5 | 412,5 |
| 90 | 817,5 | 712,5 | 642,5 | 572,5 | 502,5 | 432,5 |
| 100 | 860 | 750 | 675 | 602,5 | 530 | 455 |
| 110 | 900 | 785 | 707,5 | 632,5 | 555 | 477,5 |
| 125 | 937,5 | 820 | 740 | 660 | 580 | 500 |
| 140 | 967,5 | 845 | 762,5 | 680 | 597,5 | 515 |
| +140 | 992,5 | 865 | 780 | 695 | 610 | 527,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 340 | 295 | 260 | 235 | 212,5 | 182,5 |
| 48 | 367,5 | 322,5 | 280 | 252,5 | 230 | 197,5 |
| 52 | 392,5 | 347,5 | 302,5 | 267,5 | 247,5 | 212,5 |
| 56 | 425 | 372,5 | 330 | 297,5 | 267,5 | 232,5 |
| 60 | 450 | 392,5 | 342,5 | 307,5 | 280 | 245 |
| 67.5 | 482,5 | 425 | 370 | 335 | 302,5 | 257,5 |
| 75 | 515 | 422,5 | 395 | 357,5 | 325 | 282,5 |
| 82.5 | 545 | 477,5 | 417,5 | 377,5 | 342,5 | 297,5 |
| 90 | 560 | 490 | 435 | 392,5 | 355 | 307,5 |
| 90+ | 572,5 | 502,5 | 440 | 397,5 | 365 | 320 |

Паэрлифтинг в многослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 540 | 470 | 425 | 377,5 | 332,5 | 287,5 |
| 56 | 585 | 510 | 460 | 410 | 360 | 310 |
| 60 | 627,5 | 547,5 | 492,5 | 440 | 385 | 332,5 |
| 67.5 | 697,5 | 607,5 | 547,5 | 487,5 | 427,5 | 370 |
| 75 | 762,5 | 665 | 600 | 535 | 470 | 405 |
| 82.5 | 812,5 | 710 | 640 | 570 | 500 | 432,5 |
| 90 | 855 | 745 | 672,5 | 600 | 525 | 452,5 |
| 100 | 900 | 785 | 707,5 | 630 | 552,5 | 477,5 |
| 110 | 940 | 820 | 740 | 660 | 580 | 500 |
| 125 | 982,5 | 857,5 | 772,5 | 690 | 605 | 522,5 |
| 140 | 1012,5 | 885 | 797,5 | 710 | 625 | 537,5 |
| +140 | 1037,5 | 905 | 817,5 | 727,5 | 640 | 550 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 367,5 | 317,5 | 280 | 252,5 | 227,5 | 197,5 |
| 48 | 397,5 | 347,5 | 302,5 | 272,5 | 247,5 | 212,5 |
| 52 | 425 | 375 | 327,5 | 290 | 267,5 | 230 |
| 56 | 460 | 402,5 | 355 | 320 | 287,5 | 250 |
| 60 | 485 | 422,5 | 370 | 332,5 | 302,5 | 265 |
| 67.5 | 520 | 460 | 400 | 360 | 325 | 277,5 |
| 75 | 555 | 455 | 427,5 | 385 | 350 | 305 |
| 82.5 | 587,5 | 515 | 450 | 407,5 | 370 | 320 |
| 90 | 605 | 527,5 | 467,5 | 422,5 | 382,5 | 330 |
| 90+ | 617,5 | 542,5 | 475 | 427,5 | 392,5 | 345 |

Силовое двоеборье в экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 372,5 | 330 | 290 | 250 | 222,5 | 192,5 |
| 56 | 395 | 347,5 | 307,5 | 265 | 235 | 205 |
| 60 | 415 | 367,5 | 325 | 280 | 247,5 | 215 |
| 67.5 | 452,5 | 400 | 352,5 | 305 | 267,5 | 235 |
| 75 | 495 | 437,5 | 385 | 332,5 | 292,5 | 257,5 |
| 82.5 | 527,5 | 467,5 | 410 | 355 | 312,5 | 275 |
| 90 | 557,5 | 495 | 435 | 375 | 332,5 | 290 |
| 100 | 585 | 517,5 | 455 | 395 | 350 | 305 |
| 110 | 615 | 545 | 480 | 415 | 370 | 322,5 |
| 125 | 640 | 565 | 500 | 430 | 385 | 335 |
| 140 | 660 | 585 | 517,5 | 445 | 397,5 | 345 |
| +140 | 677,5 | 600 | 530 | 457,5 | 407,5 | 355 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 215 | 192,5 | 175 | 152,5 | 135 | 117,5 |
| 48 | 232,5 | 207,5 | 187,5 | 165 | 145 | 127,5 |
| 52 | 247,5 | 222,5 | 200 | 175 | 155 | 137,5 |
| 56 | 265 | 237,5 | 215 | 187,5 | 167,5 | 147,5 |
| 60 | 280 | 250 | 227,5 | 197,5 | 175 | 155 |
| 67.5 | 305 | 272,5 | 245 | 215 | 190 | 167,5 |
| 75 | 327,5 | 295 | 265 | 232,5 | 205 | 180 |
| 82.5 | 355 | 320 | 290 | 252,5 | 225 | 197,5 |
| 90 | 375 | 337,5 | 307,5 | 267,5 | 237,5 | 207,5 |
| 90+ | 395 | 355 | 322,5 | 280 | 250 | 217,5 |

Жим лежа в однослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 142,5 | 125 | 107,5 | 97,5 | 87,5 | 77,5 |
| 56 | 155 | 135 | 117,5 | 107,5 | 95 | 82,5 |
| 60 | 167,5 | 147,5 | 127,5 | 115 | 105 | 90 |
| 67.5 | 185 | 162,5 | 142,5 | 127,5 | 115 | 100 |
| 75 | 210 | 185 | 162,5 | 147,5 | 132,5 | 115 |
| 82.5 | 230 | 200 | 175 | 157,5 | 142,5 | 125 |
| 90 | 245 | 215 | 187,5 | 170 | 152,5 | 132,5 |
| 100 | 262,5 | 230 | 202,5 | 182,5 | 165 | 142,5 |
| 110 | 282,5 | 247,5 | 217,5 | 197,5 | 177,5 | 155 |
| 125 | 300 | 262,5 | 230 | 207,5 | 187,5 | 162,5 |
| 140 | 312,5 | 275 | 240 | 217,5 | 195 | 170 |
| +140 | 322,5 | 282,5 | 247,5 | 225 | 202,5 | 175 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 72,5 | 62,5 | 55 | 50 | 45 | 40 |
| 48 | 80 | 70 | 62,5 | 55 | 50 | 42,5 |
| 52 | 87,5 | 77,5 | 67,5 | 60 | 55 | 47,5 |
| 56 | 97,5 | 85 | 75 | 67,5 | 62,5 | 55 |
| 60 | 105 | 92,5 | 80 | 72,5 | 65 | 57,5 |
| 67.5 | 117,5 | 102,5 | 90 | 80 | 72,5 | 62,5 |
| 75 | 127,5 | 110 | 97,5 | 87,5 | 80 | 67,5 |
| 82.5 | 140 | 122,5 | 107,5 | 97,5 | 90 | 77,5 |
| 90 | 147,5 | 130 | 115 | 102,5 | 92,5 | 82,5 |
| 90+ | 155 | 137,5 | 122,5 | 110 | 100 | 90 |

Жим лежа в многослойной экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 147,5 | 130 | 112,5 | 102,5 | 92,5 | 82,5 |
| 56 | 160 | 140 | 122,5 | 112,5 | 100 | 87,5 |
| 60 | 175 | 152,5 | 132,5 | 120 | 110 | 95 |
| 67.5 | 197,5 | 172,5 | 152,5 | 137,5 | 122,5 | 105 |
| 75 | 225 | 197,5 | 172,5 | 155 | 140 | 122,5 |
| 82.5 | 245 | 215 | 187,5 | 170 | 152,5 | 132,5 |
| 90 | 262,5 | 230 | 200 | 180 | 162,5 | 142,5 |
| 100 | 280 | 245 | 215 | 195 | 175 | 152,5 |
| 110 | 302,5 | 265 | 232,5 | 210 | 190 | 165 |
| 125 | 320 | 280 | 245 | 222,5 | 200 | 175 |
| 140 | 335 | 292,5 | 257,5 | 232,5 | 210 | 182,5 |
| +140 | 345 | 302,5 | 265 | 237,5 | 215 | 187,5 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 80 | 70 | 60 | 55 | 50 | 42,5 |
| 48 | 87,5 | 77,5 | 67,5 | 60 | 55 | 47,5 |
| 52 | 97,5 | 85 | 72,5 | 65 | 60 | 52,5 |
| 56 | 107,5 | 92,5 | 82,5 | 75 | 67,5 | 57,5 |
| 60 | 115 | 100 | 87,5 | 80 | 72,5 | 62,5 |
| 67.5 | 127,5 | 112,5 | 97,5 | 87,5 | 80 | 70 |
| 75 | 137,5 | 120 | 105 | 95 | 87,5 | 75 |
| 82.5 | 152,5 | 135 | 117,5 | 107,5 | 97,5 | 85 |
| 90 | 160 | 140 | 125 | 112,5 | 102,5 | 90 |
| 90+ | 165 | 145 | 127,5 | 115 | 105 | 95 |

Становая тяга в экипировке

Мужчины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 52 | 222,5 | 195 | 182,5 | 165 | 152,5 | 132,5 |
| 56 | 237,5 | 210 | 192,5 | 175 | 167,5 | 142,5 |
| 60 | 252,5 | 220 | 205 | 185 | 172,5 | 147,5 |
| 67.5 | 275 | 240 | 222,5 | 200 | 182,5 | 160 |
| 75 | 305 | 270 | 247,5 | 225 | 207,5 | 182,5 |
| 82.5 | 320 | 282,5 | 260 | 235 | 215 | 190 |
| 90 | 332,5 | 292,5 | 267,5 | 245 | 222,5 | 197,5 |
| 100 | 345 | 305 | 277,5 | 252,5 | 230 | 202,5 |
| 110 | 367,5 | 325 | 297,5 | 272,5 | 250 | 222,5 |
| 125 | 380 | 335 | 307,5 | 280 | 257,5 | 227,5 |
| 140 | 390 | 342,5 | 315 | 287,5 | 262,5 | 232,5 |
| +140 | 395 | 350 | 320 | 292,5 | 267,5 | 235 |

Женщины

| Весовая категория | МСМК | МС | КМС | I | II | III |
|--------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|
| 44 | 150 | 130 | 115 | 102,5 | 92,5 | 80 |
| 48 | 162,5 | 142,5 | 122,5 | 110 | 100 | 85 |
| 52 | 172,5 | 152,5 | 132,5 | 117,5 | 107,5 | 92,5 |
| 56 | 185 | 162,5 | 142,5 | 127,5 | 115 | 100 |
| 60 | 195 | 170 | 147,5 | 132,5 | 120 | 105 |
| 67.5 | 207,5 | 182,5 | 157,5 | 142,5 | 127,5 | 110 |
| 75 | 217,5 | 190 | 167,5 | 150 | 135 | 117,5 |
| 82.5 | 232,5 | 202,5 | 177,5 | 160 | 145 | 125 |
| 90 | 237,5 | 207,5 | 182,5 | 165 | 150 | 130 |
| 90+ | 242,5 | 212,5 | 187,5 | 170 | 155 | 135 |

Нормативы для дивизиона Профессионалы WEPF

Мужчины

| Дисциплина пауэрлифтинга | | Пауэрлифтинг | Жим лежа | Становая тяга |
|--------------------------|--------------------|--------------|----------|---------------|
| Очки Wilks | Категории 52-75 | 585 | 165 | 237,5 |
| | Категории 82,5-110 | 600 | 182,5 | 232,5 |
| | Категории 125-140+ | 615 | 200 | 235 |

Женщины

| Дисциплина пауэрлифтинга | | Пауэрлифтинг | Жим лежа | Становая тяга |
|--------------------------|--------------------|--------------|----------|---------------|
| Очки Wilks | Категории 44-56 | 570 | 125 | 240 |
| | Категории 60-75 | 580 | 137,5 | 232,5 |
| | Категории 82,5-90+ | 590 | 145 | 225 |