

**ЕДИНАЯ СПОРТИВНАЯ
КЛАССИФИКАЦИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

ЕДИНАЯ СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

I. ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПРИСВОЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ЗВАНИЙ

1.1. Общие требования.

1.1.1. Разрядные требования для видов спорта, включенных в первый раздел реестра видов спорта Республики Беларусь (в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

Наименование спортивных соревнований	Спортивные звания	
	МСМК	Мастер спорта Республики Беларусь (далее - МС)
Олимпийские игры	1 - 8	
Олимпийские игры <*>	1 - 16	
Чемпионат мира	1 - 6	7 - 9
Чемпионат мира <*>	1 - 16	17 - 32
Чемпионат мира <***>	1 - 3	4 - 7
Кубок мира (финал, общий зачет)	1 - 6	7 - 8
Кубок мира <*>	1 - 8	
Европейские игры	1 - 5	6 - 8
Чемпионат Европы	1 - 3	4 - 8
Чемпионат Европы <*>	1 - 8	9 - 16
Чемпионат Европы <***>	1 - 2	3 - 5
Кубок Европы (финал, общий зачет)	1 - 3	4 - 8
Европейские Клубные Кубки	1 - 8	9 - 16
Кубок мира (этапы, зональные, отборочные соревнования)	1 - 3	4 - 8
Кубок мира (командные соревнования) <***>	1 - 2	3
Всемирная Универсиада	1 - 3	4 - 8
Всемирная Универсиада (командные соревнования) <***>	1 - 2	3
Всемирные игры военных	1 - 3	4 - 8
Всемирные игры	1 - 3	4 - 8
Чемпионат мира среди студентов	1 - 2	3 - 6
Чемпионат мира среди военных	1 - 2	3 - 6
Первенство (Кубок) мира среди молодежи	1 - 3	4 - 8
Первенство (Кубок) мира среди юниоров, юниорок	1 - 2	3 - 6
Первенство (Кубок) Европы среди молодежи	1 - 2	3 - 6
Юношеские Олимпийские игры	1	2 - 3
Европейские студенческие игры	1 - 2	3 - 6
Чемпионат Европы среди студентов	1	2 - 3
Кубок Европы (этапы, зональные, отборочные соревнования)	1	2 - 3
Первенство (Кубок) Европы среди юниоров, юниорок	1	2 - 3
Игры стран СНГ, Континентальные спортивные соревнования <***>	1 <***>	2 - 3
Игры стран СНГ, Континентальные спортивные соревнования	1 - 3 <***>	4 - 6

Чемпионат, Кубок Российской Федерации (финал)	1 <***>	2 - 6
Чемпионат, Кубок Российской Федерации (финал) <***>		1 - 3
Международные спортивные соревнования, включенные в календарный план международных спортивных федераций или План Республики Беларусь или План Российской Федерации (мужчины, женщины) <***>	1	2 - 3
Первенство (Кубок) мира среди юношей, девушек, кадетов		1 - 3
Первенство (Кубок) Европы среди юношей, девушек, кадетов		1 - 2
Европейский юношеский олимпийский фестиваль		1 - 2
Международные спортивные соревнования, включенные в календарный план международных спортивных федераций или План Республики Беларусь или План Российской Федерации (молодежь, юниоры, юниорки) <***>		1 - 2
Чемпионат Республики Беларусь <****>		1 - 3
Кубок Республики Беларусь (финал, общий зачет) <****>		1 - 2
Республиканская универсиада (финальные соревнования по видам спорта, включенным в программу Олимпийских игр) <****>		1 - 2
Первенство Российской Федерации		1 - 2
Первенство Российской Федерации <***>		

Таблица в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

<*> При условии участия в составе национальной или сборной команды Республики Беларусь по командным игровым видам спорта в финальной части Олимпийских игр, чемпионата мира, чемпионата Европы, Кубка мира.

(сноска <*> в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

<***> Неолимпийские дисциплины, а также спортивные соревнования среди молодежи, юниоров, юниорок в Олимпийских видах спорта.

(сноска <***> в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

<****> При условии участия в отдельной дисциплине (дистанции, весовой категории) не менее 6 спортсменов, из которых не менее 3 спортсменов, имеющих спортивное звание МСМК или спортивное звание Мастер спорта международного класса других государств или являющихся победителями или призерами Олимпийских игр, чемпионата мира, чемпионата Европы - для присвоения МСМК, и представительстве на спортивных соревнованиях не менее 3 зарубежных стран, за исключением биатлона.

(сноска <****> в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

<****> Спортивные достижения на республиканских спортивных соревнованиях не учитываются для видов спорта: баскетбол, бейсбол, водное поло, волейбол, гандбол, керлинг, регби, футбол, хоккей на траве и хоккей с шайбой. По данным видам спорта спортивные звания МС присваиваются только за спортивные результаты, указанные в подпункте 1.2 пункта 1 настоящей Единой спортивной классификации.

(сноска <****> в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

1.1.2. Разрядные требования для видов спорта, включенных во второй раздел реестра видов спорта Республики Беларусь (видов спорта, входящих в программу Паралимпийских, Дефлимпийских игр, иных международных спортивных соревнований, проводимых международными спортивными организациями:

паралимпийские виды спорта - армрестлинг, бадминтон, баскетбол на инвалидных колясках, биатлон, бочча, велосипедный спорт, голбол, гребля академическая адаптивная, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, мини-футбол среди инвалидов по зрению, параканое, пауэрлифтинг, плавание, спортивные танцы на инвалидных колясках, стрельба из лука, стрельба пулевая, таэквондо, теннис на инвалидных колясках, теннис настольный, фехтование на инвалидных колясках, футбол на инвалидных колясках, футбол среди инвалидов с ДЦП, шахматы, шашки-64, шашки-100, шоудаун;

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

дефлимпийские виды спорта - баскетбол, борьба вольная, борьба греко-римская, волейбол, дартс спортивный, дзюдо, легкая атлетика, мини-футбол, плавание, теннис настольный, футбол, шахматы, шашки русские, шашки международные, пляжный волейбол).

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Мужчины и женщины

Спортивные звания МСМК присваиваются за выполнение норм на спортивных соревнованиях, включенных в календарь Международной ассоциации легкоатлетических федераций (далее - ИААФ) и Европейской легкоатлетической ассоциации (далее - ЕАА).

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

Спортивные звания МСМК за достигнутые спортивные результаты присваиваются также за занятые:

1 - 3-е места на чемпионате Европы среди команд в индивидуальном виде в высшей лиге;

1 - 3-е места на командном чемпионате Европы по многоборьям в индивидуальном виде;

1 - 8-е места на чемпионате мира среди команд по спортивной ходьбе;

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

1 - 6-е места на чемпионате Европы среди команд по спортивной ходьбе;

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

1 - 3-е места на Кубке Европы по метаниям;

(абзац введен постановлением Минспорта от 09.07.2020 N 26)

1 - 6-е места на чемпионате Европы по кроссу;

в составе эстафетных команд:

1 - 8-е места на Олимпийских играх или чемпионате мира;

1 - 6-е места на чемпионате Европы;

1 - 2-е места на чемпионате Европы среди команд в высшей лиге;

1 - 3-е места на Европейских играх;

на спортивных соревнованиях в помещении:

1 - 6-е места на чемпионате мира;

1 - 3-е места на чемпионате Европы.

Спортивные звания МСМК за достигнутые спортивные результаты на Юношеских Олимпийских играх не присваиваются.

Спортивные звания МС за достигнутые спортивные результаты присваиваются также за занятые:

7 - 12-е места на чемпионате Европы среди команд по спортивной ходьбе;

(в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

7 - 12-е места на чемпионате Европы по кроссу.

Спортивные звания МСМК присваиваются при условии участия в судействе спортивных соревнований в составе ГСК не менее 1 судьи ВНК и 1 судьи НК, МС - 1 судьи НК.

(часть пятая в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)

Спортивные звания МС присваиваются за выполнение норм на спортивных соревнованиях, включенных в календарь ИААФ и ЕАА.

Спортивные звания МС за достигнутые спортивные результаты на республиканских спортивных соревнованиях присваиваются при условии проведения на них процедуры соревновательного допинг-контроля с предоставлением подтверждения учреждения "Национальное антидопинговое агентство".

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные результаты, зафиксированные с использованием автохронометража, помечены словом "автохронометраж", "авто" или "а.х."

Спортивные результаты, зафиксированные с использованием ручного хронометража, помечены словами "ручной хронометраж", "ручной хроном." или "р.х."

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

При автохронометраже на дистанциях, для которых не предусмотрены нормы автохронометража, классификационные нормативы определяются прибавлением 0,34 секунды к норме ручного хронометража.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные звания МС в беге на 60 м, 100 м, 60 м с/б, 100 м с/б, 110 м с/б при использовании ручного хронометража присваиваются при выполнении соответствующих норм дважды в течение года на спортивных соревнованиях, включенных в календарь ИААФ и ЕАА.

Нормативы, выполняемые на спортивных соревнованиях на открытом воздухе, помечены словами "круг 400 м", а в помещении - "круг 200 м".

Классификационные нормативы по бегу и ходьбе в помещении, представленные в таблице, считаются выполненными при длине беговой дорожки по кругу не более 200 м. В случае отсутствия норм для спортивных соревнований в помещении используются нормы для стадиона.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Нормы для присвоения спортивных званий МСМК и МС засчитываются только при использовании параметров барьерного бега и массы снарядов для взрослых спортсменов.

Спортивные результаты для присвоения спортивных званий МСМК и МС в дисциплинах легкой атлетики, в которых при регистрации рекордов учитывается скорость ветра, засчитываются при скорости попутного ветра не более 2 м/с, в многоборьях - 4 м/с.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные звания МС в кроссе присваиваются за выполнение норм на спортивных соревнованиях, включенных в календарь ИААФ и ЕАА.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Оценка спортивных результатов в многоборьях проводится по таблице международной федерации легкой атлетики.(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)Оценка спортивных результатов в 4-борье и 3-борье (до 15 лет) проводится по специальной таблице.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Высота и расстановка барьеров, а также масса снарядов для метаний в многоборьях применяются в соответствии с требованиями правил спортивных соревнований для каждого возраста.(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные звания МСМК за достигнутые спортивные результаты на спортивных соревнованиях присваиваются при условии выполнения классификационных нормативов, указанных в таблицах.

(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)

Спортивные звания МС за достигнутые спортивные результаты на официальных спортивных соревнованиях могут присваиваться независимо от занятого места при установлении на данных спортивных соревнованиях рекорда Республики Беларусь или выполнении классификационных нормативов, указанных в таблицах.

(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)

Мужчины

N п/п	Вид		Ед. изм.	МСМК	МС
1	Бег 60 м	ручной хроном.	с	-	6,5
		автохронометраж	с	6,64	6,84
2	Бег 100 м	ручной хроном.	с	-	10,4
		автохронометраж	с	10,24	10,74
3	Бег 200 м	ручной хроном.	с	-	21,0
		автохронометраж	с	20,64	21,34
		круг 200 м, р.х.	с	-	21,6
		круг 200 м, а.х.	с	-	21,94
4	Бег 400 м	ручной хроном.	с	-	47,4
		автохронометраж	с	45,84	47,74
		круг 200 м, р.х.	с	-	48,2
		круг 200 м, а.х.	с	46,64	48,54
5	Бег 800 м	ручной хроном.	мин, с	-	1.49,5
		автохронометраж	мин, с	1.46,34	1.49,84
		круг 200 м, р.х.	мин, с	-	1.51,0
		круг 200 м, а.х.	мин, с	1.47,84	1.51,34
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
6	Бег 1500 м	круг 400 м	мин, с	3.38,00	3.46,50
		круг 200 м	мин, с	3.40,00	3.48,50
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
7	Бег 1 миля		мин, с	-	4.04,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
8	Бег 3000 м	круг 400 м	мин, с	7.54,00	8.06,00
		круг 200 м	мин, с	7.57,00	8.09,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
9	Бег 5000 м		мин, с	13.30,00	14.05,00
10	Бег 10 000 м		мин, с	28.20,00	29.30,00
11	Бег на шоссе 10 км		мин, с	-	29.25,00
12	Бег на шоссе 15 км		мин, с	-	45.15,00
13	Бег на шоссе 21,0975 км		ч: мин, с	1:03.00	1:05.45
14	Бег на шоссе 42,195 км		ч: мин, с	2:12.30	2:20.00
15	Бег на шоссе 100 км		ч: мин, с	6:45.00	7:10.00
16	Бег на шоссе (суточный)		км	250	230

17	Эстафета 4х100	автохронометраж	мин, с	39,24	41,24
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
18	Эстафетный бег 4 х 400 м	круг 400 м, а.х.	мин, с	3.03,34	3.09,34
		круг 200 м, а.х.	мин, с	3.06,34	3.12,34
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
19	Эстафетный бег 4 х 800 м		мин, с	7.10,34	7.20,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
20	Барьерный бег 60 м	высота б-ра 1,067м, р.х. (муж.)	с	-	7,8
		высота б-ра 1,067м, р.х. (муж.)	с	7,64	8,14
21	Барьерный бег 110 м	высота б-ра 1,067м, р.х. (муж.)	с	-	14,0
		высота б-ра 1,067м, р.х. (муж.)	с	13,54	14,34
22	Барьерный бег 400 м	высота б-ра 0,914 м, р.х. (муж.)	с	-	52,4
		высота б-ра 0,914 м, ав.х. (муж.)	с	49,54	52,74
23	Бег с препятствиями 3000 м	круг 400 м	мин, с	8.28,0	8.50,0
		круг 200 м	мин, с	-	8.40,0
24	Кросс 4 км		мин, с	-	11.50,0
25	Кросс 5 км		мин, с	-	15.00,0
26	Кросс 6 км		мин, с	-	18.15,0
27	Кросс 8 км		мин, с	-	24.30,0
28	Кросс 10 км		мин, с	-	31.00,0
29	Кросс 12 км		мин, с	-	38.00,0
29-1	Ходьба 5 км (5 000 м)		мин, с	-	20.20,0
(п. 29-1 введен постановлением Минспорта от 29.01.2024 N 1)					
30	Ходьба 10 км (10 000 м)		мин, с	-	41.30,0
(п. 30 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
31	Ходьба 20 км (20 000 м)		мин, с	1:22.30,0	1:29.00,0
(п. 31 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
32	Ходьба 35 км		ч: мин, с	-	2:43.30,0
33	Ходьба 50 км (50 000 м)		ч: мин, с	3:54.00,0	4:20.00,0
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)					

34	Прыжки в высоту	м		2,28	2,12
35	Прыжки с шестом	м		5,60	5,00
36	Прыжки в длину	м		8,00	7,55
37	Прыжки тройным	м		16,80	16,00
38	Метание диска	вес 2 кг (муж.)	м	63,00	55,00
39	Метание молота	вес 7,26 кг (муж.)	м	75,50	67,00
40	Метание копья	вес 800 г (муж.)	м	81,00	70,00
41	Толкание ядра	вес 7,26 кг (муж.)	м	20,25	17,50
42	10-борье	муж.	очки	8100	6900
43	7-борье	муж., круг 200м	очки	6000	5300

Женщины

N п/п	Вид		Ед. изм.	МСМК	МС
1	Бег 60 м	р.х.	с	-	7,2
		автохроном.	с	7,30	7,54
2	Бег 100 м	р.х.	с	-	11,5
		автохроном.	с	11,24	11,84
3	Бег 200 м	р.х.	с	-	23,9
		автохроном.	с	23,00	24,24
		круг 200 м, р.х.	с	-	24,4
		круг 200 м, автохроном.	с	-	24,74
4	Бег 400 м	р.х.	с	-	53,9
		автохроном.	с	51,94	54,24
		круг 200 м, р.х.	с	-	54,9
		круг 200 м, ав.	с	52,74	55,24
5	Бег 800 м	р.х.	мин, с	-	2.06,7
		автохроном.	мин, с	2.01,04	2.07,04
		круг 200 м, р.х.	мин, с	-	2.08,0
		круг 200 м, ав..	мин, с	2.02,34	2.08,34
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
6	Бег 1500 м	круг 400 м	мин, с	4.06,70	4.19,00
		круг 200 м	мин, с	4.08,70	4.21,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
7	Бег 1 миля		мин, с	-	4.36,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
8	Бег 3000 м	круг 400 м	мин, с	8.55,00	9.17,00
		круг 200 м	мин, с	9.00,00	9.20,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
9	Бег 5000 м		мин, с	15.20,00	16.15,00
10	Бег 10 000 м		мин, с	32.20,00	34.00,00
11	Бег 10 км на шоссе		мин, с	32.15,00	33.55,00
12	Бег 15 км на шоссе		мин, с	-	52.30,00
13	Бег на шоссе 21,0975 км		ч:мин, с	1:13.00	1:17.00
14	Бег на шоссе 42,195 км		ч:мин, с	2:32.30	2:46.00
15	Бег на шоссе 100 км		ч:мин, с	8:00.00	8:40.00

16	Бег на шоссе (суточный)		км	200	180
17	Эстафетный бег 4 x 100 м	автохроном.	мин, с	42,74	45,94
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
18	Эстафетный бег 4 x 400 м	круг 400 м, ав.	мин, с	3.28,00	3.36,04
		круг 200 м, ав.	мин, с	3.32,00	3.38,04
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
19	Эстафетный бег 4 x 800 м		мин, с	8.12,00	8.30,00
Условия выполнения норм - при автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с					
20	Барьерный бег 60 м	высота б-ра 0,84 м, р.х.(жен.)	с	-	8,2
		высота б-ра 0,84 м, ав.х.(жен.)	с	8,14	8,54
21	Барьерный бег 100 м	высота б-ра 0,84 м, р.х.(жен.)	с	-	13,8
		высота б-ра 0,84 м, ав.х.(жен.)	с	13,04	14,14
22	Барьерный бег 400 м	высота б-ра 0,762 м, р.х.	мин, с	-	59,4
		высота б-ра 0,762 м, ав.х.	мин, с	55,84	59,74
23	Бег с препятствиями 3000 м	круг 400 м	мин, с	9.38,00	10.20,00
		круг 200 м в помещении	мин, с	-	10.10,00
24	Кросс 3 км		мин, с	-	9.55,00
25	Кросс 4 км		мин, с	-	13.40,00
26	Кросс 5 км		мин, с	-	17.30,00
27	Кросс 6 км		мин, с	-	21.30,00
28	Кросс 8 км		мин, с	-	29.20,00
29	Ходьба 10 000 м		мин. с	-	48.30,00
(п. 29 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
30	Ходьба 10 км		мин. с	-	48.30,00
(п. 30 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
31	Ходьба 20 км (20 000 м)		ч: мин. с	1:32.30	1:41.00
(п. 31 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
32	Ходьба 50 км (50 000 м)		ч: мин, с	4:22.30,0	4:35.00,0
(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)					
33	Прыжки в высоту		м	1,91	1,80
34	Прыжки с шестом		м	4,45	3,85

35	Прыжки в длину		м	6,65	6,20
36	Прыжки тройным		м	14,10	13,40
37	Метание диска	вес 1 кг жен.	м	62,00	54,00
(п. 37 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
38	Метание молота	вес 4,0 кг жен.	м	69,00	55,00
39	Метание копья	вес 600 г жен.	м	61,00	52,00
(п. 39 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
40	Толкание ядра	вес 4,0 кг жен.	м	18,10	16,00
(п. 40 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)					
41	7-борье	жен.	очки	6150	5300
42	5-борье	жен. круг 200 м	очки	4450	3850

п/п	Вид	Ед. изм.	КМС	I разряд	II разряд	III разряд	Юн.	Шюн.	ШШюн.	
Мужчины										
1	Бег 30 м	с	-	-	-	4,1	4,4	4,8	5,1	
2	Бег 50 м	с	-	6,1	6,3	6,6	7,0	7,4	8,0	
3	Бег 60 м	ручной хроном.	с	6,7	7,0	7,3	7,7	8,1	8,6	9,2
		автохронометраж	с	7,04	7,34	7,64	8,04	8,44	8,94	9,54
4	Бег 100 м	ручной хроном.	с	10,6	11,1	11,7	12,6	13,3	14,1	15,1
		автохронометраж	с	10,94	11,44	12,04	12,94	13,64	14,44	15,44
5	Бег 200 м	ручной хроном.	с	21,9	22,9	24,1	25,5	27,9	30,4	33,9
		автохронометраж	с	22,24	23,24	24,44	25,84	28,24	30,74	34,34
		круг 200 м, р.х.	с	22,4	23,4	24,6	26,4	28,4	30,8	34,2
		круг 200 м, а.х.	с	22,74	23,74	24,94	26,74	28,74	31,14	34,54
6	Бег 300 м	ручной хроном.	с	34,4	36,9	39,9	42,9	46,9	52,9	58,9
		автохронометраж	с	34,74	37,24	40,24	43,24	47,24	53,24	59,24
		круг 200 м, р.х.	с	35,0	37,5	40,5	43,5	47,5	53,5	59,5
		круг 200 м, а.х.	с	35,34	37,84	40,84	43,84	47,84	53,84	59,84
7	Бег 400 м	ручной хроном.	мин, с	49,4	51,9	55,9	59,9	1.04,9	1.09,9	1.14,9
		автохронометраж	мин, с	49,65	52,15	56,15	1.00,15	1.05,15	1.10,15	1.15,15
		круг 200 м, р.х.	мин, с	50,4	52,9	56,9	1.00,9	1.05,9	1.10,9	1.15,9
		круг 200 м, а.х.	мин, с	50,65	53,15	57,15	1.01,15	1.06,15	1.11,15	1.16,15
8	Бег 600 м	ручной хроном.	мин, с	1.23,0	1.28,0	1.34,0	1.41,0	1.47,0	1.55,0	2.06,0
		круг 200 м, р.х.	мин, с	1.24,0	1.29,0	1.35,0	1.42,0	1.48,0	1.56,0	2.07,0
9	Бег 800 м	ручной хроном.	мин, с	1.56,0	2.02,0	2.11,0	2.21,0	2.31,0	2.41,0	2.51,0
		автохронометраж	мин, с	1.56,34	2.02,34	2.11,34	2.21,34	2.31,34	2.41,34	2.51,34
		круг 200 м, р.х.	мин, с	1.58,0	2.04,0	2.13,0	2.23,0	2.33,0	2.43,0	2.53,0
		круг 200 м, ав.х.	мин, с	1.58,34	2.04,34	2.13,34	2.23,34	2.33,34	2.43,34	2.53,34
10	Бег 1000 м	круг 400 м	мин, с	2.29,0	2.37,0	2.49,0	3.01,0	3.15,0	3.35,0	4.00,0
		круг 200 м	мин, с	2.31,0	2.39,0	2.51,0	3.03,0	3.17,0	3.37,0	4.02,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
11	Бег 1500 м	круг 400 м	мин, с	3.59,0	4.12,0	4.27,0	4.47,0	5.10,0	5.30,0	6.10,0
		круг 200 м	мин, с	4.01,0	4.14,0	4.29,0	4.49,0	5.12,0	5.32,0	6.12,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
12	Бег 1 миля	мин, с	4.17,0	4.32,0	4.49,0	5.10,0	-	-	-	

	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
13	Бег 3000 м	круг 400 м	мин, с	8.33,0	9.03,0	9.45,0	10.25,0	11.05,0	12.00,0	13.20,0
		круг 200 м	мин, с	8.36,0	9.06,0	9.48,0	10.28,0	11.08,0	12.03,0	13.23,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
14	Бег 5000 м		мин, с	14.45,0	15.35,0	16.40,0	17.50,0	19.05,0	20.35,0	-
15	Бег 10 000 м		мин, с	30.40,0	32.35,0	34.55,0	39.00,0	-	-	-
16	Бег на шоссе 10 км		мин, с	30.35,0	32.30,0	34.50,0	38.55,0	-	-	-
17	Бег на шоссе 15 км		мин, с	47.15	49.15	52.30	57.00	-	-	-
18	Бег на шоссе 21,0975 км		ч:мин.	1:09.00	1:11.30	1:15.00	1:21.00	-	-	-
19	Бег на шоссе 42,195 км		ч:мин.	2:28.00	2:37.00	2:50.00	закон-ть дист-ю	-	-	-
20	Бег на шоссе 100 км		ч:мин.	7:30.00	7:50.00	закон-ть дист-ю	-	-	-	-
21	Бег на шоссе (суточный)		км	210	190	-	-	-	-	-
22	Эстафетный бег 4 x 100 м	ручной хроном.	мин, с	42,0	44,0	46,5	50,0	53,0	56,0	1.00,0
		автохронометраж	мин, с	42,34	44,34	46,84	50,34	53,34	56,34	1.00,34
23	Эстафетный бег 4 x 200 м	круг 200 м, р.х.	мин, с	1.29,0	1.32,5	1.37,0	1.44,0	1.53,0	2.03,0	2.18,0
		круг 200 м, а.х.	мин, с	1.29,34	1.32,84	1.37,34	1.44,34	1.53,34	2.03,34	2.18,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
24	Эстафетный бег 4 x 400 м	круг 400 м, р.х.	мин, с	3.17,0	3.27,0	3.43,0	3.59,0	4.19,0	4.39,0	4.59,0
		круг 400 м, а.х.	мин, с	3.17,34	3.27,34	3.43,34	3.59,34	4.19,34	4.39,34	4.59,34
		круг 200 м, р.х.	мин, с	3.20,0	3.30,0	3.46,0	4.02,0	4.22,0	4.42,0	5.02,0
		круг 200 м, а.х.	мин, с	3.20,34	3.30,34	3.46,34	4.02,34	4.22,34	4.42,34	5.02,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
25	Эстафетный бег 100м+200м+300м+400 м	ручной хроном.	мин, с	1.58,0	2.03,0	2.10,0	2.18,0	2.26,0	2.39,0	2.47,0
		автохронометраж	мин, с	1.58,34	2.03,34	2.10,34	2.18,34	2.26,34	2.39,34	2.47,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
26	эстафета 600м+400м+200 м	ручной хроном.	мин, с	2.36,0	2.43,0	2.55,0	3.06,5	3.20,0	3.40,0	3.54,0
		автохронометраж	мин, с	2.36,34	2.43,34	2.55,34	3.06,84	3.20,34	3.40,34	3.54,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
27	Эстафетный бег 4 x 800 м		мин, с	7.50,0	8.10,0	8.40,0	9.20,0	10.00,0	10.40,0	11.20,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
28	Барьерный бег 60 м	высота б-ра 1,067 м, р.х. (муж.)	с	8,3	8,8	9,4	10,0	-	-	-

		высота б-ра 1,067 м, ав.х. (муж.)	с	8,64	9,14	9,74	10,34	-	-	-
		высота б-ра 0,99 м, р.х. (юн. 20 лет)	с	8,1	8,5	9,1	9,7	10,3	-	-
		высота б-ра 0,99 м, ав.х. (юн. 20 лет)	с	8,44	8,84	9,44	10,04	10,64	-	-
		высота б-ра 0,914 м, р.х. (юн. 18 лет)	с	7,9	8,3	8,9	9,5	10,1	10,7	-
		высота б-ра 0,914 м, ав.х. (юн. 18 лет)	с	8,24	8,64	9,24	9,84	10,44	11,04	-
		высота б-ра 0,84 м, р.х. (юн. 14 лет)	с	-	8,1	8,7	9,3	9,9	10,5	11,3
		высота б-ра 0,84 м, ав.х. (юн. 14 лет)	с	-	8,44	9,04	9,64	10,24	10,84	11,64
29	Барьерный бег 110 м	высота б-ра 1,067 м, р.х. (муж.)	с	14,9	15,9	17,1	18,4	-	-	-
		высота б-ра 1,067 м, ав.х. (муж.)	с	15,24	16,24	17,44	18,74	-	-	-
		высота б-ра 0,99 м, р.х. (юн. 20 лет)	с	14,5	15,5	16,7	18,0	19,3	-	-
		высота б-ра 0,99 м, ав.х. (юн. 20 лет)	с	14,84	15,86	17,04	18,34	19,64	-	-
		высота б-ра 0,914 м, р.х. (юн. 18 лет)	с	14,1	15,1	16,3	17,6	18,9	20,1	-
		высота б-ра 0,914 м, ав.х. (юн. 18 лет)	с	14,44	15,44	16,64	17,94	19,24	20,44	-
30	Барьерный бег 300 м	высота б-ра 0,84 м, р.х. (юн. 16 лет)	с	39,9	40,5	43,0	46,0	49,0	-	-
		высота б-ра 0,84 м, ав.х. (юн. 16 лет)	с	40,24	40,84	43,34	46,34	49,34	-	-
31	Барьерный бег 400 м	высота б-ра 0,914 м, р.х.	с	55,4	58,9	1.03,9	1.09,9	1.15,9	-	-

		(муж.)								
		высота б-ра 0,914 м, ав.х. (муж.)	с	55,74	59,24	1.04,24	1.10,24	1.16,24	-	-
		высота б-ра 0,84 м, р.х. (юн. 18 лет)	с	54,5	58,0	1.03,5	1.09,5	1.15,5	-	-
		высота б-ра 0,84 м, ав.х. (юн. 18 лет)	с	54,84	58,34	1.03,84	1.09,84	1.15,84	-	-
32	Бег с препятствиями 1500 м		мин, с	-	4.40,0	4.55,0	5.20,0	5.40,0	6.20,0	-
33	Бег с препятствиями 2000 м	круг 400 м	мин, с	6.10,0	6.30,0	7.00,0	7.40,0	8.10,0	-	-
		круг 200 м в помещении	мин, с	6.00,0	6.20,0	6.50,0	7.30,0	8.00,0	-	-
34	Бег с препятствиями 3000 м	круг 400 м	мин, с	9.25,0	9.55,0	10.40,0	11.30,0	-	-	-
		круг 200 м в помещении	мин, с	9.15,0	9.40,0	10.25,0	11.15,0	-	-	-
35	Кросс 1 км		мин, с	-	2.45,0	2.55,0	3.05,0	3.17,0	3.32,0	3.52,0
36	Кросс 2 км		мин, с	-	6.00,0	6.15,0	6.35,0	7.00,0	7.40,0	8.30,0
37	Кросс 3 км		мин, с	9.00,0	9.15,0	9.45,0	10.25,0	11.05,0	12.05,0	13.05,0
38	Кросс 4 км		мин, с	12.10,0	12.40,0	13.15,0	14.00,0	15.00,0	16.20,0	17.50,0
39	Кросс 5 км		мин, с	15.20,0	16.00,0	16.50,0	17.50,0	19.10,0	20.40,0	-
40	Кросс 6 км		мин, с	18.45,0	19.40,0	20.50,0	22.00,0	23.40,0	-	-
41	Кросс 8 км		мин, с	25.30,0	26.40,0	28.00,0	29.30,0	31.20,0	-	-
42	Кросс 10 км		мин, с	31.50,0	33.00,0	34.30,0	37.30,0	-	-	-
43	Кросс 12 км		мин, с	39.30,0	41.00,0	43.00,0	46.00,0	-	-	-
44	Ходьба 1000 м		мин, с	-	-	-	-	5.20,0	5.40,0	6.00,0
45	Ходьба 2000 м (2 км)		мин, с	-	8.40,0	9.30,0	10.20,0	11.00,0	11.50,0	12.30,0
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
46	Ходьба 3000 м (3 км)		мин, с	12.50,0	13.45,0	15.00,0	16.15,0	17.15,0	18.10,0	19.10,0
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
47	Ходьба 5000 м (5 км)		мин, с	22.00,0	23.30,0	25.30,0	27.15,0	29.30,0	31.30,0	33.00,0
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
48	Ходьба 10 000 м		ч. мин, с	45.00,0	48.20,0	52.20,0	58.00,0	1:04.00,0	-	-
(п. 48 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)										
48-1	Ходьба 10 км		ч. мин, с	45.00,0	48.20,0	52.20,0	58.00,0	1:04.00,0	-	-
(п. 48-1 введен постановлением Минспорта от 09.07.2020 N 26)										

49	Ходьба 20000 м (20 км)	Ч. мин, с	1:35.00,0	1:42.00,0	1:50.00,0	зак-ть дист-ю	-	-	-	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
50	Ходьба 35 км	Ч. мин, с	2:51.00,0	3:05.00,0	зак-ть дист-ю	-	-	-	-	
51	Ходьба 50000 м (50 км)	Ч. мин, с	4:45.00,0	зак-ть дист-ю	-	-	-	-	-	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
52	Прыжки в высоту	м	2,00	1,90	1,75	1,55	1,40	1,30	1,20	
53	Прыжки с шестом	м	4,60	4,20	3,70	3,10	2,80	2,40	2,00	
54	Прыжки в длину	м	7,10	6,60	6,20	5,50	5,00	4,20	3,60	
55	Прыжки тройным	м	15,00	14,00	13,00	12,00	11,00	10,00	9,00	
56	Метание диска	вес 2 кг (муж.)	м	49,00	44,00	37,00	30,00	25,00		
		1,75 кг юн. до 20 лет	м	52,00	46,00	39,00	32,00	30,00	25,00	21,00
		1,5 кг юн. 14 - 18 лет	м	55,00	48,00	44,00	37,00	31,00	26,00	23,00
		1,0 кг юн. до 14 лет	м	-	53,00	47,00	40,00	37,00	36,00	30,00
57	Метание молота	вес 7,26 кг муж.	м	58,00	52,00	45,00	39,00	35,00	-	-
		6,0 кг юн. до 20 лет	м	62,00	55,00	50,00	43,00	37,00	33,00	30,00
		5,0 кг юн. до 18 лет	м	66,00	56,00	51,00	46,00	38,00	34,00	32,00
		4,0 кг юн. до 16 лет	м	-	57,00	52,00	47,00	40,00	35,00	33,00
		3,0 кг юн. до 14 лет	м	-	-	-	-	33,00	27,00	22,00
58	Метание копья	вес 800 г муж.	м	65,00	58,00	51,00	43,00	40,00	-	-
		700 г юн. до 18 лет	м	67,00	61,00	54,00	46,00	42,00	38,00	34,00
		600 г юн. до 16 лет	м	-	62,00	55,00	48,00	43,00	39,00	36,00
		500 г юн. до 14 лет	м	-	64,00	56,00	49,00	44,00	40,00	37,00
59	Метание гранаты	вес 700 г муж.	м	-	-	57,00	50,00	46,00		
		500 г юн. до 18 лет	м	-	-	60,00	53,00	49,00	44,00	40,00
60	Метание мяча (140 г)	м	-	-	80,00	70,00	60,00	50,00	45,00	

61	Толкание ядра	вес 7,26 кг муж.	м	15,00	14,00	12,00	10,00	9,00	-	-
		6,0 кг юн. до 20 лет	м	17,00	15,00	13,00	11,00	10,00	9,00	8,00
		5,0 кг юн. до 18 лет	м	18,00	16,00	14,00	12,00	11,00	10,00	9,00
		4,0 кг юн. до 16 лет	м	-	17,00	15,00	13,00	12,00	11,00	10,00
		3,0 кг юн. до 14 лет	м	-	-	-	-	13,00	12,00	11,00
62	10-борье	муж.	очки	6300	5400	4200	3150	-	-	-
		юниоры до 20 лет	очки	6500	5600	4350	3250	-	-	-
		юноши до 18 лет	очки	6700	5800	4500	3400	2700	2000	-
63	8-борье	юноши до 16 лет	очки	5400	4800	3800	2800	2000	1500	1200
64	7-борье	муж., круг 200 м	очки	4700	4000	3200	2350	-	-	-
		юн. до 20 лет круг 200 м	очки	4850	4150	3350	2500	-	-	-
		юн. до 18 лет, круг 200 м	очки	5000	4300	3500	2650	1850	1350	-
65	6-борье	юн. до 16 лет	очки	4200	3800	3150	2350	1650	1200	900
		юн. до 14 лет	очки	-	3800	3150	2350	1700	1250	950
66	5-борье	муж. круг 200 м	очки	3600	3200	2500	1750	-	-	-
		юн. до 20 лет, круг 200 м	очки	3750	3350	2650	1900	-	-	-
		юн. до 18 лет, круг 200 м	очки	3900	3300	2800	2050	1350	1000	750
67	4-борье		очки	-	-	300	260	220	120	100
68	3-борье	юн. до 18	очки	-	2100	1800	1400	1000	800	600

Женщины

69	Бег 30 м		с	-	-	-	4,7	5,0	5,5	5,9
70	Бег 50 м		с	-	6,9	7,3	7,7	8,2	8,6	9,3
71	Бег 60 м	р.х.	с	7,6	8,0	8,4	9,0	9,4	9,9	10,5
		автохроном	с	7,94	8,34	8,74	9,24	9,74	10,24	10,84
72	Бег 100 м	р.х.	с	12,2	12,9	13,7	14,7	15,7	16,9	17,9
		автохроном	с	12,54	13,24	14,04	15,04	16,04	17,24	18,24
73	Бег 200 м	р.х.	с	25,2	26,7	28,4	30,9	32,9	34,9	36,9
		автохроном	с	25,54	27,04	28,74	31,24	33,24	35,24	37,24
		круг 200 м р.х.	с	25,7	27,1	28,9	31,3	33,4	35,3	36,9
		круг 200 м ав.х	с	26,04	27,44	29,24	31,64	33,74	35,64	37,24
74	Бег 300 м	р.х.	мин. с	39,9	41,9	44,9	48,9	52,9	56,9	1.00,9
		автохроном	мин. с	40,24	42,24	45,24	49,24	53,24	57,24	1.01,20
		круг 200 м р.х.	мин. с	40,3	42,3	45,3	49,3	53,3	57,3	1.02,9
		круг 200 м ав.х	мин. с	40,64	42,64	45,64	49,64	53,64	57,64	1.03,24
75	Бег 400 м	р.х.	мин. с	56,9	1.00,9	1.04,9	1.09,9	1.15,9	1.21,9	1.27,9
		автохроном	мин. с	57,24	1.01,24	1.05,24	1.10,15	1.16,15	1.22,15	1.28,15
		круг 200 м р.х.	мин. с	57,9	1.01,9	1.05,9	1.10,9	1.16,9	1.22,9	1.28,9
		круг 200 м ав.х	мин. с	58,24	1.02,24	1.06,24	1.11,24	1.17,24	1.23,24	1.29,15
76	Бег 600 м	р.х.	мин. с	1.35,5	1.41,0	1.48,0	1.56,0	2.03,0	2.12,0	2.23,0
		круг 200 м р.х.	мин. с	1.36,5	1.42,0	1.49,0	1.57,0	2.04,0	2.13,0	2.25,0
77	Бег 800 м	р.х.	мин. с	2.15,0	2.24,0	2.35,0	2.45,0	3.00,0	3.15,0	3.30,0
		автохроном	мин. с	2.15,34	2.24,34	2.35,34	2.45,34	3.00,34	3.15,34	3.30,34
		круг 200 м р.х.	мин. с	2.16,0	2.26,0	2.37,0	2.47,0	3.02,0	3.17,0	3.32,0
		круг 200 м ав.х	мин. с	2.16,34	2.26,34	2.37,34	2.47,34	3.02,34	3.17,34	3.32,34
78	Бег 1000 м	круг 400 м	мин. с	2.55,0	3.07,0	3.20,0	3.40,0	4.00,0	4.20,0	4.45,0
		круг 200 м	мин. с	2.57,0	3.09,0	3.22,0	3.42,0	4.02,0	4.22,0	4.47,0
Условия выполнения норм			При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
79	Бег 1500 м	круг 400 м	мин. с	4.37,0	4.55,0	5.15,0	5.40,0	6.05,0	6.25,0	7.10,0
		круг 200 м	мин. с	4.39,0	4.57,0	5.17,0	5.42,0	6.07,0	6.27,0	7.12,0
Условия выполнения норм			При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
80	Бег 1 миля		мин. с	4.57,0	5.17,0	5.39,0	6.05,0	-	-	-
	Условия выполнения норм			При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с						

81	Бег 3000 м	круг 400 м	мин. с	9.57,0	10.40,0	11.30,0	12.30,0	13.30,0	14.30,0	16.00,0
		круг 200 м	мин. с	10.00,0	10.43,0	11.33,0	12.33,0	13.33,0	14.33,0	16.03,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
82	Бег 5000 м		мин. с	17.15,0	18.15,0	19.35,0	21.20,0	-	-	-
83	Бег 10 000 м		мин. с	36.00,0	38.20,0	41.30,0	45.00,0	-	-	-
84	Бег 10 км на шоссе		мин. с	35.55,0	38.15,0	41.25,0	44.55,0	-	-	-
85	Бег 15 км на шоссе		ч. мин, с	55.00	58.30	1:03.00	1:12.00	-	-	-
86	Бег на шоссе 21,0975 км		ч. мин, с	1:21.00	1:26.00	1:33.00	1:42.00	-	-	-
87	Бег на шоссе 42,195 км		ч. мин, с	3:00.00	3:15.00	3:30.00	зак-ть дист-ю	-	-	-
88	Бег на шоссе 100 км		ч. мин, с	9:10.00	9:40.00	зак-ть дист-ю	-	-	-	-
89	Бег на шоссе (суточный)		км	160	140	-	-	-	-	-
90	Эстафетный бег 4 x 100 м	р.х.	мин. с	48,1	50,9	54,3	58,3	1.02,3	1.07,3	1.11,1
		автохроном.	мин. с	48,44	51,24	54,64	58,64	1.02,64	1.07,44	1.11,44
91	Эстафетный бег 4 x 200 м	круг 200 м р.х.	мин. с	1.42,0	1.48,0	1.55,0	2.05,0	2.13,0	2.21,0	2.29,0
		круг 200 м ав.х	мин. с	1.42,34	1.48,34	1.55,34	2.05,34	2.13,34	2.21,34	2.29,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
92	Эстафетный бег 4 x 400 м	круг 400 м р.х.	мин. с	3.46,7	4.02,7	4.18,7	4.38,7	5.02,7	5.26,7	5.50,7
		круг 400 м ав.х	мин. с	3.47,04	4.03,04	4.19,04	4.39,04	5.03,04	5.27,04	5.51,04
		круг 200 м р.х.	мин. с	3.49,7	4.05,7	4.21,7	4.41,7	5.05,7	5.29,7	5.53,7
		круг 200 м ав.х.	мин. с	3.50,04	4.06,04	4.22,04	4.42,04	5.06,04	5.30,04	5.54,04
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
93	Эстаф-й бег 100 + 200 + 300 + 400	р.х.	мин. с	2.14,0	2.20,0	2.30,0	2.40,5	2.55,0	3.09,5	3.24,0
		автохроном.	мин. с	2.14,34	2.20,34	2.30,34	2.40,84	2.55,34	3.09,84	3.24,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
94	Эстаф-й бег 600 м + 400 м + 200 м	р.х.	мин. с	2.58,5	3.10,0	3.22,0	3.35,0	3.50,0	4.07,0	4.25,0
		автохроном.	мин. с	2.58,84	3.10,34	3.22,34	3.35,34	3.50,34	4.07,34	4.25,34
Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с								
95	Эстафетный бег 4 x 800 м		мин. с	9.00,0	9.40,0	10.20,0	11.00,0	12.00,0	13.00,0	14.00,0
	Условия выполнения норм		При автохронометраже нормы увеличиваются на 0,34 с							
96	Барьерный бег 60 м	высота б-ра 0,84 м, р.х. жен	с	8,7	9,3	10,1	10,9	-	-	-
		высота б-ра 0,84 м, ав.х. жен	с	9,04	9,64	10,44	11,24	-	-	-

		высота б-ра 0,762 м, р.х. (дев. 18 лет)	с	8,4	8,9	9,7	10,5	11,3	12,1	-
		высота б-ра 0,762 м, ав.х. (дев. 18 лет)	с	8,74	9,24	10,04	10,84	11,64	12,44	-
		высота б-ра 0,65 м, р.х. (дев. 14 лет)	с	-	-	9,5	10,3	11,5	12,1	12,7
		высота б-ра 0,65 м, ав.х. (дев. 14 лет)	с	-	-	9,84	10,64	11,84	12,44	13,04
97	Барьерный бег 100 м	высота б-ра 0,84 м, р.х. (жен.)	с	14,8	15,9	17,1	18,4	19,9	-	-
		высота б-ра 0,84 м, ав.х. (жен.)	с	15,14	16,24	17,44	18,74	20,24	-	-
		высота б-ра 0,762 м, р.х. (дев. 18 лет)	с	14,6	15,7	16,9	18,2	19,7	21,2	22,7
		высота б-ра 0,762 м, ав.х. (дев. 18 лет)	с	14,94	16,04	17,24	18,54	20,04	21,54	23,04
		высота б-ра 0,65 м, р.х. (дев. 14 лет)	с	-	-	16,8	18,1	19,6	21,2	22,6
		высота б-ра 0,65 ав.х. (дев.14 лет)	с	-	-	17,14	18,44	19,94	21,54	22,94
98	Барьерный бег 300 м	высота б-ра 0,762 м, р.х.	с	46,1	46,5	50,0	54,5	58,5	-	-
		высота б-ра 0,762 м, ав.х.	с	46,44	46,84	50,34	54,84	58,84	-	-
99	Барьерный бег 400 м	высота б-ра 0,762 м, р.х.	мин. с	1.03,8	1.08,8	1.13,8	1.19,8	1.26,8	-	-
		высота б-ра 0,762 м, ав.х.	мин. с	1.04,14	1.09,14	1.14,14	1.20,14	1.27,14	-	-
100	Бег с препятствиями 1500 м		мин. с	-	5.40,0	6.10,0	6.40,0	7.15,0	7.45,0	-
101	Бег с препятств ями 2000 м	круг 400 м	мин. с	7.00,0	7.20,0	7.40,0	8.10,0	8.40,0	-	-
		круг 200 м в помещ-и	мин. с	6.50,0	7.10,0	7.30,0	8.00,0	8.30,0	-	-
102	Бег с препятств иями 3000 м	круг 400 м	мин. с	11.00,0	11.40,0	12.30,0	13.30,0	-	-	-
		круг 200 м в помещении	мин. с	10.40,0	11.20,0	12.00,0	13.00,0	-	-	-

103	Кросс 1 км	мин. с	-	3.07,0	3.20,0	3.40,0	4.00,0	4.20,0	4.40,0	
104	Кросс 2 км	мин. с	6.30,0	7.00,0	7.30,0	8.10,0	8.50,0	9.30,0	10.10,0	
105	Кросс 3 км	мин. с	10.20,0	10.55,0	11.45,0	12.35,0	13.45,0	14.55,0	16.05,0	
106	Кросс 4 км	мин. с	14.10,0	14.50,0	15.40,0	16.55,0	18.15,0	19.40,0	-	
107	Кросс 5 км	мин. с	18.10,0	18.50,0	20.00,0	21.30,0	23.10,0	-	-	
108	Кросс 6 км	мин. с	22.20,0	23.20,0	24.30,0	25.50,0	-	-	-	
109	Кросс 8 км	мин. с	30.20,0	31.30,0	32.50,0	34.20,0	-	-	-	
110	Ходьба 1000 м (1 км)	мин. с	-	-	-	-	5.50,0	6.25,0	6.45,0	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
111	Ходьба 2000 м (2 км)	мин. с	-	9.40,0	10.30,0	11.30,0	12.30,0	13.20,0	14.00,0	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
112	Ходьба 3000 м (3 км)	мин. с	14.30,0	15.40,0	16.30,0	17.50,0	19.00,0	20.30,0	22.00,0	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
113	Ходьба 5000 м	мин. с	24.30,0	26.30,0	28.30,0	30.30,0	33.00,0	35.30,0	38.30,0	
114	Ходьба 10 000 м	ч. мин, с	52.00,0	55.10,0	59.00,0	1:03.00	1:08.00	-	-	
(п. 114 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)										
115	Ходьба 10 км	ч. мин, с	52.00,0	55.10,0	59.00,0	1:03.00	1:08.00	-	-	
(п. 115 в ред. постановления Минспорта от 09.07.2020 N 26)										
116	Ходьба 20000 м (20 км)	ч. мин, с	1:46.30	1:57.00	2:05.00	закон-ть дистанц.	-	-	-	
(в ред. постановлений Минспорта от 09.07.2020 N 26, от 29.01.2024 N 1)										
116-1	Ходьба 35000 м (35 км)	ч. мин. с	3:15.00,0	закон-ть дистанц.	-	-	-	-	-	
(п. 116-1 введен постановлением Минспорта от 09.07.2020 N 26; в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)										
116-2	Ходьба 10 км	ч. мин, с	закон-ть дистанц	-	-	-	-	-	-	
(п. 116-2 введен постановлением Минспорта от 09.07.2020 N 26)										
117	Прыжки в высоту	м	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10	
118	Прыжки с шестом	м	3,40	3,00	2,80	2,40	2,20	2,00	1,80	
119	Прыжки в длину	м	5,80	5,40	5,00	4,60	4,20	3,80	3,40	
120	Прыжки тройным	м	12,70	11,80	11,20	10,30	9,70	9,00	8,50	
121	Метание диска	вес 1 кг жен.	м	47,00	40,00	32,00	28,00	25,00	19,00	-
		0,75 кг дев. до 14	м		41,00	35,00	31,00	27,00	22,00	19,00
122	Метание	вес 4,0 кг жен.	м	49,00	42,00	37,00	31,00	28,00	-	-

	молота	3,0 кг дев. до 18	м	56,00	48,00	40,00	35,00	30,00	25,00	21,00
		2,0 кг дев. до 12	м	-	-	-	-	35,00	30,00	25,00
123	Метание копья	вес 600 г жен.	м	45,00	39,00	32,00	25,00	22,00	19,00	-
		вес 500 г дев. до 18	м	46,00	40,00	34,00	28,00	25,00	22,00	19,00
		вес 400 г дев. до 14	м	-	42,00	35,00	29,00	26,00	23,00	20,00
124	Метание гранаты	юниорки - вес 500 г	м	-	-	40,00	35,00	30,00	26,00	22,00
		девушки - вес 300 г	м	-	-	45,00	40,00	35,00	31,00	27,00
125	Метание мяча (140 г)		м	-	-	58,00	48,00	39,00	33,00	28,00
126	Толкание ядра	вес 4,0 кг жен.	м	14,00	12,00	10,00	8,50	7,50	6,50	-
		3,0 кг дев. до 18	м	15,00	13,00	11,00	9,50	8,50	7,50	6,50
		2,0 кг дев. до 12	м	-	-	-	-	9,50	8,50	7,50
127	7-борье	женщины	очки	4650	3900	3050	2300	-	-	-
		дев. до 18	очки	4850	4100	3250	2500	1800	1300	-
128	5-борье	женщины круг 200	очки	3400	3000	2250	1850	-	-	-
		дев. до 18 л круг 200 м	очки	3550	3150	2400	2000	1450	1000	-
		дев. до 14	очки	-	3150	2400	2000	1450	1000	-
129	4-борье		очки	-	-	300	260	220	120	100
130	3-борье	дев. до 18	очки	-	2000	1500	1200	900	650	-

Спортивные разряды КМС присваиваются с 14 лет, I - III спортивные разряды - с 7 лет, III юношеский спортивный разряд присваивается до 14 лет, II юношеский спортивный разряд - до 16 лет, I юношеский спортивный разряд - до 18 лет.

(часть вторая в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные разряды КМС присваиваются за спортивные результаты, показанные на спортивных соревнованиях не ниже областного уровня. (в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные результаты, зафиксированные с использованием автохронометража, помечены словом "автохронометраж", "авто" или "а.х.". (в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Спортивные результаты, зафиксированные с использованием ручного хронометража, помечены словами "ручной хронометраж", "ручной хроном." или "р.х.". (в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

При автохронометраже на дистанциях, для которых не предусмотрены нормы автохронометража, разрядные нормативы определяются прибавлением 0,34 секунды к норме ручного хронометража.

Нормативы, выполняемые на спортивных соревнованиях на открытом воздухе, помечены словами "круг 400 м", а в помещении - "круг 200 м".

Нормативы по бегу и ходьбе в помещении, представленные в таблице, считаются выполненными при длине беговой дорожки по кругу не более 200 м. В случае отсутствия нормативов для спортивных соревнований в помещении используются нормативы для стадиона. (в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Нормативы КМС и ниже засчитываются с рекомендованными для каждой возрастной группы высотой и расстановкой барьеров, а также массой снарядов для метаний.

(в ред. постановления Минспорта от 29.01.2024 N 1)

Параметры дистанции барьерного бега	Возрастные группы, лет				
	до 14	14 - 15	16 - 17	18 - 19	20 и старше
Мужчины					
бег на 50, 60, 110 м с/б					
Расстояние между барьерами (м)	8,50	8,80	9,14	9,14	9,14
бег на 300 м с/б, 400 м с/б					
Расстояние между барьерами (м)	35,00				
Женщины					
бег на 50, 60, 100 м с/б					
Расстояние между барьерами (м)	8,00	8,25	8,50	8,50	8,50
бег на 300 м с/б, 400 м с/б					
Расстояние между барьерами (м)	35,00				
Составы многоборий:					
Многоборье	Возраст	Дисциплины 1-го дня	Дисциплины 2-го дня		
Многоборья (при проведении на стадионе)					
МУЖЧИНЫ, ЮНИОРЫ, ЮНОШИ					
10-борье	С 16 лет	100 м, длина, ядро, высота, 400 м	110 м с/б, диск, шест, копье, 1500 м		
8-борье	До 16 лет	100 м, длина, ядро, 400 м	110 м с/б, высота, копье, 1000 м		
6-борье	До 14 лет	60 м с/б, длина, ядро	Высота, копье, 1000 м		
4-борье	До 14 лет	60 м, прыжок (высота или длина)	Мяч, 800 м		
3-борье	До 18 лет	Бег, прыжок, ядро или метание по выбору из видов, входящие в другие многоборья			
ЖЕНЩИНЫ, ЮНИОРКИ, ДЕВУШКИ					
7-борье	С 14 лет	100 м с/б, высота, ядро, 200 м	Длина, копье, 800 м		
5-борье	До 14 лет	60 м с/б, высота, ядро, длина, 800 м			
4-борье	До 14 лет	60 м, прыжок (высота или длина)	Мяч, 600 м		
3-борье	До 18 лет	Бег, прыжок, ядро или метание по выбору из видов, входящие в другие многоборья			
Многоборья (при проведении в помещении)					
МУЖЧИНЫ, ЮНИОРЫ, ЮНОШИ					
7-борье (круг 200 м)	С 16 лет	60 м, длина, ядро, высота	60 м с/б, шест, 1000 м		
6-борье (круг 200 м)	До 16 лет	60 м, длина, ядро	60 м с/б, высота, 1000 м		
5-борье (круг 200 м)	60 м с/б, длина, ядро, высота, 1000 м				
ЖЕНЩИНЫ, ЮНИОРКИ, ДЕВУШКИ					
5-борье (круг 200 м)	60 м с/б, высота, ядро, длина, 800 м				