



НОРМАТИВЫ по подъему на бицепс (2016)
Федерация пауэрлифтинга Украины RAW100%
(мужчины и женщины)

Men's Strict Curl

Весовая категория	52	56	60	67.5	75	82.5	90	100	110	125	125+
МСМК	39	45	52	59	65	69	73	76	80	80	80
МС	35	41	48	54	59	63	67	71	74	74	74
КМС	32	37	43	49	53	56	60	63	65	65	65
РАЗРЯД I	28	33	38	43	47	50	53	55	58	58	58
РАЗРЯД II	25	29	33	37	41	43	46	49	50	50	50
РАЗРЯД III	21	25	28	32	35	38	40	42	44	44	44

Women's Strict Curl

Весовая категория	44	48	52	56	60	67.5	75	82.5	90	90+
МСМК	23	26	30	33	35	36	38	40	43	45
МС	20	24	27	30	31	33	34	36	39	41
КМС	19	22	24	27	28	30	30	33	35	37
РАЗРЯД I	16	19	21	24	25	26	27	29	31	33
РАЗРЯД II	15	17	19	21	22	23	23	25	27	29
РАЗРЯД III	12	15	16	18	19	20	20	22	23	25

Президент RAW100% Украины Третьяк Стас, телефон +380636186688