

Приложение № 16
к приказу Минспорта России
от « 20 » декабря 2021 г. № 999

С изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 10.04.23. № 244 и от 06.11.24. № 1092

Нормы, требования и условия их выполнения по виду спорта «легкая атлетика»

1. Требования и условия их выполнения для присвоения спортивного звания мастер спорта России международного класса.

МСМК выполняется с 16 лет

Статус спортивных соревнований	Пол	Спортивная дисциплина ¹	Требование: занять место
1	2	3	4
Чемпионат мира	Мужчины, женщины	Горный бег, (за исключением «командные соревнования»), трейл	1-3
		Кросс (за исключением «командные соревнования»)	1-5
		бег 100 км - командные соревнования, бег по шоссе 42,195 км - командные соревнования, бег по шоссе 10-21,0975 км - командные соревнования, бег 24 часа - командные соревнования, 7-борье - командные соревнования, 10-борье - командные соревнования, горный бег - командные соревнования кросс - командные соревнования	1-2

Чемпионат Европы	Мужчины, женщины	Горный бег (за исключением «командные соревнования»), трейл	1-2
		Кросс (за исключением «командные соревнования»)	1-4
		Командные соревнования - 19 упражнений бег 100 км - командные соревнования, бег по шоссе 42,195 км - командные соревнования, бег по шоссе 10-21,0975 км - командные соревнования, бег 24 часа - командные соревнования, 7-борье - командные соревнования, 10-борье - командные соревнования, горный бег - командные соревнования кросс - командные соревнования ходьба - командные соревнования	1
Кубок Европы (при двух и более этапах – финал)	Мужчины, женщины	Ходьба - командные соревнования	1
Другие международные спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Мужчины, женщины	Кросс, командные соревнования (за исключением «горный бег»)	1

¹Включая спортивные дисциплины, в наименованиях которых содержатся указанные слова.

2. Требования и условия их выполнения для присвоения спортивного звания мастер спорта России и спортивного разряда кандидат в мастера спорта.

МС выполняется с 15 лет, КМС – с 14 лет

Статус спортивных соревнований	Спортивная дисциплина ²	Пол, возраст	Требование: занять место		Количество участников в виде программы (не менее)	
			МС	КМС	МС	КМС
1	2	3	4	5	6	7
Первенство мира	Бег с барьерами 100 м, бег с барьерами 110 м, бег с барьерами 400 м, метание диска, метание копья, метание молота, толкание ядра, 7-борье, 10-борье	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-2			
		Условие: при использовании снарядов с параметрами для указанных возрастов				
Первенство Европы	Кросс	Юниоры, юниорки (до 23 лет)	1-4			
	Горный бег, кросс	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-4			
	Кросс	Юноши, девушки (до 18 лет)		1-3		
	Бег с барьерами 100 м, бег с барьерами 110 м, бег с барьерами 400 м, метание диска метание молота метание копья толкание ядра 7-борье	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1			
		Условие: при использовании снарядов с параметрами для указанных возрастов				



Другие международные спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Горный бег, трейл	Мужчины, женщины	1			
	Горный бег, кросс	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-3		
Чемпионат России	Горный бег, кросс	Мужчины, женщины	1-5	6-20	30	30
			1-3	4-12	20	20
	Трейл	Мужчины, женщины	1-3	4-6	20	20
	Условие: количество субъектов Российской Федерации, которые представляют спортсмены в виде программы, не менее 12					
Кубок России (при двух и более этапах – финал)	Горный бег, кросс	Мужчины, женщины	1-2	3-12	20	20
	Трейл		1	2-4	20	20
	Условие: количество субъектов Российской Федерации, которые представляют спортсмены в виде программы, не менее 12					
Первенство России	Кросс	Юниоры, юниорки (до 23 лет)	1-2	3-10	20	20
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1	2-6	15	15
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4		15
	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1	2-6	15	15
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4		15
	Условие: количество субъектов Российской Федерации, которые представляют спортсмены в виде программы, не менее 12					
Другие всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Горный бег, кросс	Мужчины, женщины	1	2-10	15	15
	Трейл	Мужчины, женщины		2-4	15	15
	Условие: количество субъектов Российской Федерации, которые представляют спортсмены в виде программы, не менее 12					
Чемпионат федерального органа исполнительной власти, осуществляющего руководство развитием военно-прикладного и (или) служебно-прикладного видов спорта, включенное в ЕКП, или первенство Вооруженных Сил Российской Федерации, включенное в ЕКП	Кросс	Мужчины, женщины	1	2-10	15	15

Первенство федерального органа исполнительной власти, осуществляющего руководство развитием военно-прикладного и (или) служебно-прикладного видов спорта, включенный в ЕКП, или чемпионат Вооруженных Сил Российской Федерации, включенный в ЕКП	Кросс	Юниоры, юниорки (до 23 лет),		1-3		15
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-3		15
Чемпионат федерального округа, двух и более федеральных округов, чемпионаты г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Горный бег, кросс, трейл	Мужчины, женщины		1-6		15
Первенство федерального округа, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-4		15
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4		15
	Кросс	Юниоры, юниорки (до 23 лет)		1-4		15
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-4		15
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4		15
Чемпионат субъекта Российской Федерации	Горный бег, кросс, трейл	Мужчины, женщины		1-2		15
Кубок субъекта Российской Федерации	Горный бег, кросс, трейл	Мужчины, женщины		1		15
Иные условия	1. В спортивных дисциплинах, содержащих в своих наименованиях слова «горный бег», «кросс» и «трейл»: 1.1. Требования МС выполняется при участии в виде программы не менее пяти участников, имеющих не ниже МС. 1.2. Требования КМС выполняется при участии в виде программы не менее пяти участников, имеющих не ниже КМС. 2. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.					

²Включая спортивные дисциплины, в наименованиях которых содержатся указанные слова, за исключением командных соревнований.

Кубок субъекта Российской Федерации	Горный бег, трейл	Мужчины, женщины	2-4					
		Мужчины, женщины	2-3					
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						
Первенство субъекта Российской Федерации (кроме г. Москвы и г. Санкт-Петербурга)	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-3	4-7				
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1-3	4-7	8-10			
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1-2	3-6	7-10		
		Юноши, девушки (до 14 лет)				1-4	5-8	9-11
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						
Другие официальные спортивные соревнования субъекта Российской Федерации	Горный бег	Мужчины, женщины	1-3	4-8	9-12			
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-2	3-8	9-12			
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1	2-8	9-12			
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1	2-6	7-14	15-18	
		Юноши, девушки (до 14 лет)				1-4	5-10	11-14
	Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы							
	Трейл	Мужчины, женщины	1	2-3	4-5			
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						
Чемпионат муниципального образования	Горный бег	Мужчины, женщины		1-8	9-12			
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						
Первенство муниципального образования	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-6	7-12			
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4	5-10			
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1-2	3-6	7-11		
		Юноши, девушки (до 14 лет)				1-3	4-8	9-12
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						

Другие официальные спортивные соревнования муниципального образования	Горный бег	Мужчины, женщины		1-6	7-10			
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-4	5-10			
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-3	4-9	10-12		
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1-2	3-6	7-10		
		Юноши, девушки (до 14 лет)				1-2	3-6	7-10
		Условие: при участии 15 и более спортсменов в виде программы						
Иные условия	Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований							

³Включая спортивные дисциплины в наименованиях которых содержатся указанные слова.

4. Нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных званий и спортивных разрядов.

МСМК выполняется с 16 лет; МС – с 15 лет;

КМС – с 14 лет; I-III спортивные разряды и юношеские спортивные разряды – с 10 лет

№ п/п	Спортивная дисциплина ⁴	Дистанция	Хронометраж, пол, возраст, параметры снарядов, содержание спортивной дисциплины	Единицы измерения (для временного показателя - не более, для метрического показателя - не менее)	МСМК	МС	КМС	Спортивные разряды			Юношеские спортивные разряды		
								I	II	III	I	II	III
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
МУЖСКОЙ ПОЛ													
1	Бег 30-50 м	30 м	Ручной хронометраж	с							4,2	4,5	4,8
		50 м	Ручной хронометраж	с							6,8	7,3	7,9
2	Бег 60 м		Ручной хронометраж	с			6,7	7,0	7,3	7,7	8,1	8,6	9,1
			Автохронометраж	с	6,63	6,83	7,04	7,34	7,64	8,04	8,44	8,94	9,44
3	Бег 100 м		Ручной хронометраж	с			10,6	11,1	11,7	12,4	13,2	14,1	15,1
			Автохронометраж	с	10,15	10,62	11,00	11,44	12,04	12,74	13,54	14,44	15,44
4	Бег 200 м		Ручной хронометраж	с			21,9	23,0	24,3	25,9	27,9	30,4	33,9
			Автохронометраж	с	20,51	21,41	22,24	23,34	24,64	26,24	28,24	30,74	34,24
5	Бег 300 м		Ручной хронометраж	с			33,9	36,2	38,6	41,6	45,0	48,9	52,9
			Автохронометраж	с			34,24	36,54	38,94	41,94	45,34	49,24	53,24
6	Бег 400 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			48,8	51,7	55,5	1:00,05	1:05,9	1:10,9	1:19,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	45,35	47,13	49,14	52,04	55,84	1:00,84	1:06,24	1:11,24	1:17,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			49,6	52,5	56,2	1:01,1	1:06,5	1:11,4	1:17,4
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	46,53	47,93	49,94	52,84	56,54	1:01,44	1:06,84	1:11,74	1:17,74
7	Бег 600 м		Ручной хронометраж	мин, с			1:19,2	1:23,4	1:29,9	1:36,9	1:44,9	1:53,9	2:04,9
			Автохронометраж	мин, с			1:19,54	1:23,74	1:30,24	1:37,24	1:45,24	1:54,24	2:05,24
8	Бег 800 м		Ручной хронометраж	мин, с			1:53,0	1:59,0	2:07,9	2:17,9	2:29,9	2:42,9	2:56,9
			Автохронометраж	мин, с	1:46,20	1:49,39	1:53,34	1:59,34	2:08,24	2:18,24	2:30,24	2:43,24	2:57,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			1:54,6	2:01,6	2:09,5	2:19,3	2:31,1	2:44,1	2:58,1
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	1:47,44	1:50,66	1:54,94	2:01,94	2:09,84	2:19,64	2:31,44	2:44,44	2:58,44
9	Бег 1000 м		Ручной хронометраж	мин, с			2:27,9	2:36,9	2:48,9	3:02,9	3:17,9	3:34,9	3:53,9
			Автохронометраж	мин, с			2:28,24	2:37,24	2:49,24	3:03,24	3:18,24	3:35,24	3:54,24
10	Бег 1500 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:56,4	4:09,4	4:24,9	4:42,9	5:02,9	5:27,9	5:57,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	3:36,94	3:46,11	3:56,74	4:09,74	4:25,24	4:43,24	5:03,24	5:28,24	5:58,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:58,4	4:11,4	4:26,9	4:44,9	5:04,9	5:29,9	5:59,9
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	3:40,00	3:47,79	3:58,74	4:11,74	4:27,24	4:45,24	5:05,24	5:30,24	6:00,24
11	Бег 1 миля		Ручной хронометраж	мин, с			4:18,4	4:31,9	4:51,9	5:10,9			
			Автохронометраж	мин, с		4:02,74	4:18,74	4:32,24	4:52,24	5:11,24			
12	Бег 3000 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			8:29,9	8:59,9	9:39,9	10:29,9	11:19,9	12:14,9	13:19,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с			8:30,24	9:00,24	9:40,24	10:30,24	11:20,24	12:15,24	13:20,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			8:31,9	9:01,9	9:41,9	10:31,9	11:21,9	12:16,9	13:21,9

374

			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	7:52,94	8:07,13	8:32,24	9:02,24	9:42,24	10:32,24	11:22,24	12:17,24	13:22,24
--	--	--	------------------------------	--------	---------	---------	---------	---------	---------	----------	----------	----------	----------

13	Бег 5000 м		Ручной хронометраж	мин, с			14:49,9	15:44,9	16:59,9	18:19,9	19:49,9	21:29,9	
			Автохронометраж	мин, с	13:26,55	14:06,83	14:50,24	15:45,24	17:00,24	18:20,24	19:50,24	21:30,24	
14	Бег 10000 м		Ручной хронометраж	мин, с			31:10,0	33:20,0	35:50,0	38:40,0			
			Автохронометраж	мин, с	27:55,71	29:19,50	31:10,34	33:20,34	35:50,34	38:40,34			
15	Бег по шоссе 15 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с			49:30	53:00	57:00	1:01:30			
16	Бег по шоссе 21,0975 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	1.01:52	1.06:30	1.12:00	1.17:20	1.22:35	1.28:50			
17	Бег по шоссе 42,195 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	2.14:00	2.22:00	2.30:30	2.40:00	2.50:00	3.02:00			
18	Бег 100 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	6.49:00	7.01:15	7.25:00	7.50:00	8.20:00	8.50:00			
19	Бег 24 часа		Автохронометраж или ручной хронометраж	км	253	240	220	200	180	160			
20	Эстафета 4 х 100 м		Ручной хронометраж	мин, с			42,0	44,0	46,5	49,5	52,6	56,0	1:00,0
			Автохронометраж	мин, с	38,65	40,58	42,34	44,34	46,84	49,84	52,94	56,34	1:00,34
21	Эстафета 4 х 200 м		Ручной хронометраж	мин, с			1:27,0	1:31,0	1:36,0	1:42,0	1:51,0	2:02,0	2:16,0
			Автохронометраж	мин, с			1:27,34	1:31,34	1:36,34	1:42,34	1:51,34	2:02,34	2:16,34
22	Эстафета 4 х 400 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:17,0	3:27,0	3:42,0	3:59,0	4:18,0	4:39,0	5:00,0
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	3:03,14	3:08,63	3:17,34	3:27,34	3:42,34	3:59,34	4:18,34	4:39,34	5:00,34
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:21,0	3:30,0	3:45,0	4:02,0	4:21,0	4:42,0	5:02,0
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	3:06,34	3:11,24	3:21,34	3:30,34	3:45,34	4:02,34	4:21,34	4:42,34	5:02,34
23	Эстафета 4 х 800 м		Ручной хронометраж	мин, с			7:38,9	8:02,9	8:38,9	9:18,9	10:02,9	10:51,9	11:49,9
			Автохронометраж	мин, с			7:39,24	8:03,24	8:39,24	9:19,24	10:03,24	10:52,24	11:50,24
24	Эстафета 100 м + 200 м + 300 м + 400 м		Ручной хронометраж	мин, с			1:58,0	2:05,0	2:13,0	2:22,5	2:32,0	2:44,0	2:58,0
			Автохронометраж	мин, с			1:58,34	2:05,34	2:13,34	2:22,84	2:32,34	2:44,34	2:58,34
25	Бег с барьерами 60 м		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 1,067 м (ручной хронометраж)	с			8,0	8,5	9,2	10,1			
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 1,067 м (автохронометраж)	с	7,65	8,07	8,34	8,84	9,54	10,44			
			Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (ручной хронометраж)	с			7,9	8,4	9,1	10,0			
			Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (автохронометраж)	с		7,97	8,24	8,74	9,44	10,34			
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,914 м (ручной хронометраж)	с			7,8	8,3	9,0	9,9	11,0	12,3	
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	с			8,14	8,64	9,34	10,24	11,34	12,64	
			Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	с				8,2	8,9	9,8	10,9	12,2	13,5
			Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с				8,54	9,24	10,14	11,24	12,54	13,84
			Высота барьеров: юноши (до 14 лет) - 0,65 м (ручной хронометраж)	с				8,1	8,8	9,7	10,8	12,1	13,4
			Высота барьеров: юноши (до 14 лет) - 0,65 м (автохронометраж)	с				8,44	9,14	10,04	11,14	12,44	13,74
26	Бег с барьерами 110 м		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 1,067 м (ручной хронометраж)	с			14,7	15,6	16,9	18,1			
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 1,067 м (автохронометраж)	с	13,50	14,32	15,04	15,94	17,24	18,44			
			Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (ручной хронометраж)	с			14,5	15,5	16,7	18,1			
			Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (автохронометраж)	с		14,00	14,84	15,84	17,04	18,44			
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,914 м (ручной хронометраж)	с			14,3	15,3	16,5	17,9	19,3	20,8	
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	с			14,64	15,64	16,84	18,24	19,64	21,14	

			Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	с			14,1	15,1	16,3	17,7	19,1	20,6	
			Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с			14,44	15,44	16,64	18,04	19,44	20,94	
27	Бег с барьерами 300 м		Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	с				41,0	43,6	47,5	51,0	55,0	1:00,5
			Высота барьеров: юноши (до 16 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с				41,34	43,94	47,84	51,34	55,34	1:00,84
28	Бег с барьерами 400 м		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (ручной хронометраж)	мин, с			55,4	59,6	1:04,5	1:09,9			
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	мин, с	49,31	51,78	55,74	59,94	1:04,84	1:10,24			
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	мин, с			54,0	58,2	1:02,9	1:08,5	1:14,5		
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	мин, с			54,34	58,54	1:03,24	1:08,84	1:14,84		
29	Бег с препятствиями 2000 м		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (ручной хронометраж) (с ямой с водой)	мин, с			6:03,5	6:29,5	7:00,5	7:36,5			
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (автохронометраж) (с ямой с водой)	мин, с			6:03,84	6:29,84	7:00,84	7:36,84			
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,838 м (ручной хронометраж) (с ямой с водой)	мин, с			6:00,0	6:26,0	6:57,0	7:33,0	8:14,0		
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,838 м (автохронометраж) (с ямой с водой)	мин, с			6:00,34	6:26,34	6:57,34	7:33,34	8:14,34		
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (ручной хронометраж) (без ямы с водой)	мин, с			5:53,5	6:19,5	6:48,5	7:23,5			
			Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 0,914 м (автохронометраж) (без ямы с водой)	мин, с			5:53,84	6:19,84	6:48,84	7:23,84			
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,838 м (ручной хронометраж) (без ямы с водой)	мин, с			5:50,0	6:16,0	6:45,0	7:20,0	8:00,0		
			Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,838 м (автохронометраж) (без ямы с водой)	мин, с			5:50,34	6:15,34	6:45,34	7:20,34	8:00,34		
30	Бег с препятствиями 3000 м		Ручной хронометраж	мин, с			9:25,0	10:10,0	11:05,0	12:10,0			
			Автохронометраж	мин, с	8:24,20	8:49,41	9:25,34	10:10,34	11:05,34	12:10,34			
31	Кросс 1 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				2:47	3:00	3:16	3:35	3:56	4:30
32	Кросс 2 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				6:05	6:35	7:10	7:50	8:35	9:25
33	Кросс 3 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				9:35	10:15	11:00	11:50	12:45	13:45
34	Кросс 5 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				16:30	17:30	18:40	20:00	21:30	
35	Кросс 8 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				28:40	30:20	32:00	33:50		
36	Кросс 10 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				35:00	37:00	40:00			
37	Кросс 12 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				46:00	48:10	51:30			
38	Ходьба 1000-3000 м	1000 м	Юноши (до 14 лет), мальчики (до 12 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с					4:20,0	4:45,0	5:10,0	5:40,0	6:10,0
		2000 м	Юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с					9:20,0	10:00,0	10:50,0	11:40,0	12:40,0
		3000 м	Юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с			12:36,0	13:20,0	14:30,0	15:40,0	17:00,0	18:15,0	19:15,30
39	Ходьба 10000 м (или 10 км)	10000 м	На стадионе. Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж).	мин, с		41:00,0	44:30,0	48:30,0	53:00,0	58:00,0	1:04:00,0		
		10 км	По шоссе. Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж).	мин, с		40:40	44:10	48:10	52:40	57:40	1:03:40		
40	Ходьба 20 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	1.21:16	1.27:22	1.33:00	1.40:00	1.52:00	2.05:00			
41	Ходьба 35 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	2.31:30	2.42:51	2.51:00	3.05:00	3.19:00				
42	Прыжок в высоту			м	2,27	2,15	2,03	1,89	1,75	1,60	1,50	1,40	1,30
43	Прыжок с шестом			м	5,60	5,15	4,60	4,20	3,70	3,30	2,90	2,50	2,20

44	Прыжок в длину			м	7,94	7,54	6,95	6,50	6,00	5,50	5,00	4,50	4,00
45	Прыжок тройной			м	16,73	15,89	14,90	13,90	12,80	11,70	10,60	9,50	8,40
46	Метание диска		Мужчины, юниоры (до 23 лет) - 2,0 кг	м	62,78	56,50	46,00	39,00	32,00	25,00			
			Юниоры (до 20 лет) - 1,75 кг	м		57,50	47,00	40,00	33,00	26,00			
			Юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет) - 1,5 кг	м			48,00	41,00	34,00	27,00	21,00	16,00	
			Юноши (до 14 лет) - 1,0 кг	м				43,00	36,00	29,00	23,00	19,00	15,00

47	Метание молота		Мужчины, юниоры (до 23 лет) - 7,26 кг	м	75,04	67,50	59,00	51,00	44,00	38,00			
			Юниоры (до 20 лет) - 6,0 кг	м		68,50	60,00	52,00	45,00	39,00			
			Юноши (до 18 лет) - 5,0 кг	м			61,00	53,00	46,00	40,00	35,00	30,00	
			Юноши (до 16 лет) - 4,0 кг					54,00	47,00	41,00	36,00	31,00	26,00
48	Метание копья		Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 800 г	м	81,30	73,00	58,00	48,00	40,00	34,00			
			Юноши (до 18 лет) - 700 г	м			59,00	49,00	41,00	35,00	29,00	25,00	
			Юноши (до 16 лет) - 600 г	м				50,00	42,00	36,00	30,00	26,00	22,00
			Юноши (до 14 лет) - 500 г	м				51,00	43,00	37,00	31,00	27,00	23,00
49	Метание гранаты		Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 700 г	м					44,00	38,00	32,00	28,00	24,00
			Юноши (до 18 лет) - 500 г	м					46,00	40,00	34,00	30,00	26,00
50	Метание мяча		Юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет) - 140 гр.	м					58,00	48,00	40,00	34,00	28,00
51	Толкание ядра		Мужчины, юниоры (до 23 лет) - 7,26 кг	м	20,33	18,30	15,00	13,00	11,00	9,00			
			Юниоры (до 20 лет) - 6,0 кг	м		18,70	15,30	13,30	11,30	9,30			
			Юноши (до 18 лет) - 5,0 кг	м			15,60	13,60	11,60	9,60	8,60	7,60	
			Юноши (до 16 лет) - 4,0 кг	м				14,00	12,00	10,00	9,00	8,00	7,00
			Юноши (до 14 лет) - 3,0 кг	м				14,75	12,75	10,75	9,75	8,75	7,75
			Юноши (до 12 лет) - 2,0 кг	м							10,50	9,50	8,50
52	10-борье		Мужчины, юниоры (до 23 лет)	Очки	8087	7278	6200	5300	4400	3600			
			Юниоры (до 20 лет)	Очки		7380	6300	5400	4500	3700			
			Юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет)	Очки			6400	5500	4600	3800	3100	2600	2000
53	7-борье		Мужчины, юниоры (до 23 лет), круг 200 м	Очки	5920	5320	4500	3900	3300	2800			
			Юниоры (до 20 лет), круг 200 м	Очки		5370	4550	3950	3350	2850			
			Юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет), круг 200 м	Очки			4600	4000	3400	2900	2400	2000	1500
54	4-борье		Юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет), юноши (до 16 лет)	Очки			540	450	370	290	230	170	110
55	3-борье		Юноши (до 18 лет)	Очки				1800	1500	1200	1000	800	600
			Юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет), юноши (до 12 лет)	Очки				330	275	215	170	125	80
ЖЕНСКИЙ ПОЛ													
56	Бег 30-50 м	30 м	Ручной хронометраж	с							5,0	5,3	5,6
		50 м	Ручной хронометраж	с					7,1	7,6	8,1	8,6	9,3
57	Бег 60 м		Ручной хронометраж	с			7,5	7,8	8,3	8,8	9,3	9,8	10,4
			Автохронометраж	с	7,22	7,51	7,84	8,14	8,64	9,14	9,64	10,14	10,74
58	Бег 100 м		Ручной хронометраж	с			12,0	12,7	13,5	14,2	15,1	16,1	17,2
			Автохронометраж	с	11,25	11,76	12,34	13,04	13,84	14,54	15,44	16,44	17,54
59	Бег 200 м		Ручной хронометраж	с			25,0	26,4	28,4	30,4	32,4	34,9	37,9
			Автохронометраж	с	23,01	24,00	25,34	26,74	28,74	30,74	32,74	35,24	38,24
60	Бег 300 м		Ручной хронометраж	мин, с			40,0	42,1	44,3	47,5	50,2	53,4	57,1
			Автохронометраж	мин, с			40,34	42,44	44,64	47,84	50,54	53,74	57,44
61	Бег 400 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			56,1	59,6	1:04,1	1:10,9	1:15,1	1:20,9	1:26,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	51,70	53,54	56,44	59,94	1:04,44	1:10,24	1:15,44	1:21,24	1:27,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			56,9	1:00,4	1:04,8	1:10,5	1:15,7	1:21,5	1:27,5
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	52,61	54,19	57,24	1:00,74	1:05,14	1:10,84	1:16,04	1:21,84	1:27,84
62	Бег 600 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			1:34,1	1:39,1	1:48,6	1:57,9	2:07,1	2:16,9	2:26,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с			1:34,44	1:39,44	1:48,94	1:58,24	2:07,44	2:17,24	2:27,24
			Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			2:11,5	2:21,0	2:33,0	2:46,0	2:59,0	3:13,0	3:29,0

Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	2:00,77	2:04,39	2:11,84	2:21,34	2:33,34	2:46,34	2:59,34	3:13,34	3:29,34
Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			2:13,0	2:22,5	2:34,5	2:47,5	3:00,5	3:14,5	3:30,5

			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	2:02,00	2:05,66	2:13,34	2:22,84	2:34,84	2:47,84	3:00,84	3:14,84	3:30,84
64	Бег 1000 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			2:55,0	3:06,9	3:20,9	3:36,9	3:53,9	4:13,9	4:44,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с			2:55,34	3:07,24	3:21,24	3:37,24	3:54,24	4:14,24	4:45,24
65	Бег 1500 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			4:36,0	4:57,0	5:19,0	5:44,0	6:12,0	6:44,0	7:20,0
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	4:05,16	4:14,50	4:36,34	4:57,34	5:19,34	5:44,34	6:12,34	6:44,34	7:20,34
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			4:38,0	4:59,0	5:21,0	5:46,0	6:14,0	6:46,0	7:22,0
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	4:08,74	4:20,10	4:38,34	4:59,34	5:21,34	5:46,34	6:14,34	6:46,34	7:22,34
66	Бег 1 миля		Ручной хронометраж	мин, с			4:58,0	5:20,0	5:43,0	6:09,0			
			Автохронометраж	мин, с		4:34,50	4:58,34	5:20,34	5:43,34	6:09,34			
67	Бег 3000 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			9:58,0	10:53,0	11:53,0	12:58,0	14:03,0	15:10,0	16:30,0
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с			9:58,34	10:53,34	11:53,34	12:58,34	14:03,34	15:10,34	16:30,34
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			10:00,0	10:55,0	11:55,0	13:00,0	14:05,0	15:12,0	16:32,0
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	8:59,03	9:15,20	10:00,34	10:55,34	11:55,34	13:00,34	14:05,34	15:12,34	16:32,34
68	Бег 5000 м		Ручной хронометраж	мин, с			17:20,0	18:45,0	20:20,0	22:05,0	24:00,0	26:05,0	
			Автохронометраж	мин, с	15:21,88	16:07,05	17:20,34	18:45,34	20:20,34	22:05,34	24:00,34	26:05,34	
69	Бег 10000 м		Ручной хронометраж	мин, с			37:00,0	40:00,0	43:40,0	47:50,0			
			Автохронометраж	мин, с	31:43,43	34:06,19	37:00,34	40:00,34	43:40,34	47:50,34			
70	Бег по шоссе 15 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с			59:00	1:03:00	1:08:00	1:14:00			
71	Бег по шоссе 21,0975 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	1:10:40	1:15:58	1:25:00	1:35:00	1:46:40	2:00:00			
72	Бег по шоссе 42,195 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	2:31:42	2:43:05	3:00:00	3:25:00	3:50:00	4:15:00			
73	Бег 100 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	7:53:20	8:07:32	9:00:00	10:00:00	11:00:00	12:00:00			
74	Бег 24 часа		Автохронометраж или ручной хронометраж	км	227	216	190	165	145	130			
75	Эстафета 4 х 100 м		Ручной хронометраж	мин, с			47,7	50,9	54,4	58,4	1:02,4	1:07,1	1:12,1
			Автохронометраж	мин, с	43,52	45,70	48,04	51,24	54,74	58,74	1:02,74	1:07,44	1:12,44
76	Эстафета 4 х 200 м		Ручной хронометраж	мин, с			1:41,9	1:48,4	1:55,9	2:04,9	2:14,9	2:29,9	2:33,9
			Автохронометраж	мин, с			1:42,24	1:48,74	1:56,24	2:05,24	2:15,24	2:25,24	2:34,24
77	Эстафета 4 х 400 м		Круг 400 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:48,9	4:03,9	4:22,9	4:42,9	5:05,9	5:31,9	5:54,9
			Круг 400 м (автохронометраж)	мин, с	3:29,44	3:35,72	3:49,24	4:04,24	4:23,24	4:43,24	5:06,24	5:32,24	5:55,24
			Круг 200 м (ручной хронометраж)	мин, с			3:51,9	4:06,9	4:25,9	4:45,9	5:08,9	5:34,9	5:57,9
			Круг 200 м (автохронометраж)	мин, с	3:33,00	3:39,36	3:52,24	4:07,24	4:26,24	4:46,24	5:09,24	5:35,24	6:05,24
78	Эстафета 4 х 800 м		Ручной хронометраж	мин, с			8:59,9	9:39,9	10:23,9	11:11,9	12:03,9	13:03,9	14:09,9
			Автохронометраж	мин, с			9:00,24	9:40,24	10:24,24	11:12,24	12:04,24	13:04,24	14:10,24
79	Эстафета 100 м +200 м + 300 м + 400 м		Ручной хронометраж	мин, с			2:14,9	2:22,9	2:31,9	2:41,9	2:53,9	3:07,9	3:23,9
			Автохронометраж	мин, с			2:15,24	2:23,24	2:32,24	2:42,24	2:54,24	3:08,24	3:24,24
80	Бег с барьерами 60 м		Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	с			8,7	9,3	10,1	11,1			
			Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с	8,01	8,46	9,04	9,64	10,44	11,44			
			Высота барьеров: девушки (до 18 лет) - 0,762 м (ручной хронометраж)	с			8,6	9,2	10,0	11,0	12,2	13,4	
			Высота барьеров: девушки (до 18 лет) - 0,762 м (автохронометраж)	с			8,94	9,54	10,34	11,34	12,54	13,74	
			Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м, расстояние между барьерами - 8,0 м (ручной хронометраж)	с				9,1	9,9	10,9	12,1	13,3	14,5
			Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м, расстояние между барьерами - 8,0 м (автохронометраж)	с				9,44	10,24	11,24	12,44	13,64	14,84

381

			Высота барьеров: девушки (до 14 лет) - 0,65 м, расстояние между барьерами - 7,0 м (ручной хронометраж)	с							12,0	13,2	14,4
			Высота барьеров: девушки (до 14 лет) - 0,65 м, расстояние между барьерами - 7,0 м (автохронометраж)	с							12,34	13,54	14,74
			Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (ручной хронометраж)	с			14,3	15,5	16,8	18,3			

81	Бег с барьерами 100 м		Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с	12,97	13,62	14,64	15,84	17,14	18,64			
			Высота барьеров: девушки (до 18 лет) - 0,762 м (ручной хронометраж)	с			14,1	15,3	16,6	18,1	19,7	21,3	23,1
			Высота барьеров: девушки (до 18 лет) - 0,762 м (автохронометраж)	с			14,44	15,64	16,94	18,44	20,04	21,64	23,44
			Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м, расстояние между барьерами - 8,0 м (ручной хронометраж)	с					16,4	17,9	19,5	21,1	22,9
			Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м, расстояние между барьерами - 8,0 м (автохронометраж)	с					16,74	18,24	19,84	21,44	23,24
82	Бег с барьерами 300 м		Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м (ручной хронометраж)	мин, с				47,0	50,5	55,0	1:00,0	1:05,5	
			Высота барьеров: девушки (до 16 лет) - 0,762 м (автохронометраж)	мин, с				47,34	50,84	55,34	1:00,34	1:05,84	
83	Бег с барьерами 400 м		Высота барьеров: 0,762 м (ручной хронометраж)	мин, с			1:03,1	1:08,1	1:14,3	1:20,4	1:27,4		
			Высота барьеров: 0,762 м (автохронометраж)	мин, с	56,02	58,64	1:03,44	1:08,44	1:14,64	1:20,74	1:27,74		
84	Бег с препятствиями 2000 м		Ручной хронометраж (с ямой с водой)	мин, с			6:53,9	7:20,9	7:52,9	8:31,9	9:27,9		
			Автохронометраж (с ямой с водой)	мин, с			6:54,24	7:21,24	7:53,24	8:32,24	9:28,24		
			Ручной хронометраж (без ямы с водой)	мин, с			6:42,9	7:08,9	7:39,9	8:17,9	9:11,9		
			Автохронометраж (без ямы с водой)	мин, с			6:43,24	7:09,24	7:40,24	8:18,24	9:12,24		
85	Бег с препятствиями 3000 м		Ручной хронометраж	мин, с			11:14,9	12:09,9	12:55,9	13:54,9			
			Автохронометраж	мин, с	9:31,96	10:00,56	11:15,24	12:10,24	12:56,24	13:55,24			
86	Кросс 1 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				3:35	3:50	4:10	4:30	4:55	5:25
87	Кросс 2 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				7:40	8:15	8:55	9:40	10:30	11:25
88	Кросс 3 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				11:50	12:45	13:45	14:50	16:00	17:10
89	Кросс 4 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				15:40	17:00	18:25	19:55	21:30	
90	Кросс 5 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				20:00	21:30	23:10	25:00	27:00	
91	Кросс 6 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	мин, с				24:30	26:05	27:40			
92	Ходьба 1000-3000 м	1000 м	Девушки (до 14 лет), девочки (до 12 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с					4:55,0	5:20,0	5:50,0	6:20,0	6:55,0
		2000 м	Девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с					10:25,0	11:20,0	12:20,0	13:25,0	14:35,0
		3000 м	Девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет) (автохронометраж или ручной хронометраж)	мин, с			14:00,0	15:00,0	16:10,0	17:30,0	19:00,0	20:30,0	22:00,0
93	Ходьба 5000 м	5000 м	На стадионе. Юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет).	мин, с			24:10,0	26:00,0	28:10,0	30:10,0	32:50,0	35:50,0	38:30,0
		5 км	По шоссе. Юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет).	мин, с			24:00	25:50	28:00	30:00	32:40	35:40	38:20
94	Ходьба 10000 м (или 10 км)	10000 м	На стадионе. Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет).	ч, мин, с		47:30,0	51:40,0	56:00,0	1.00:20,0	1.05:20,0	1.10:20,0		
		10 км	По шоссе. Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет).	ч, мин, с		47:10	51:20	55:40	1.00:00	1.05:00	1.10:00		
95	Ходьба 20 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	1.31:00	1.38:50	1.46:00	1.55:00	2.05:00	2.15:00			
96	Ходьба 35 км		Автохронометраж или ручной хронометраж	ч, мин, с	2.51:00	3.03:49	3.20:00	3.36:00	3.54:00				
97	Прыжок в высоту			м	1,93	1,83	1,70	1,60	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10
98	Прыжок с шестом			м	4,55	4,20	3,70	3,30	3,00	2,70	2,50	2,30	2,10
99	Прыжок в длину			м	6,53	6,20	5,80	5,40	4,90	4,40	4,00	3,60	3,15
100	Прыжок тройной			м	14,08	13,37	12,40	11,60	10,80	10,00	9,40	8,80	8,20

101	Метание диска		Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет) - 1,0 кг	м	61,45	55,3	45,00	37,00	31,00	26,00	22,00	18,00	
			Девушки (до 14 лет) - 0,75 кг	м				38,00	32,00	27,00	23,00	19,00	15,00
102	Метание молота		Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 4,0 кг	м	70,4	63,36	51,55	42,00	36,00	31,00			
			Девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет) - 3,0 кг	м			54,55	45,00	39,00	33,00	28,50	24,30	20,00
103	Метание копья		Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 600 г	м	60,85	54,76	42,00	35,50	30,00	24,50			
			Девушки (до 18 лет) - 500 г	м			43,00	36,50	31,00	25,50	21,50	18,00	
			Девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет) - 400 г	м				37,50	32,00	26,50	22,50	19,00	16,00
104	Метание гранаты		500 г	м					38,00	32,00	27,50	23,50	20,00
105	Метание мяча		140 г	м					48,00	40,00	33,00	27,00	22,00
106	Толкание ядра		Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 4,0 кг	м	18,08	16,27	13,60	11,20	9,70	8,20			
			Девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет) - 3,0 кг	м			14,30	12,00	10,50	9,00	7,80	6,80	5,80
			Девушки (до 14 лет), девушки (до 12 лет) - 2,0 кг	м				13,00	11,50	10,00	8,80	7,80	6,80
107	7-борье		Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет)	Очки	6190	5571	4500	3900	3300	2700			
			Девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет)	Очки			4600	4000	3400	2800	2300	1800	1350
108	5-борье		Женщины, круг 200 м	Очки	4493	4043	3350	2850	2350	1900			
			Девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет), круг 200 м	Очки			3400	2900	2400	1950	1650	1350	1050
109	4-борье		Девушки (до 16 лет), девушки(до 14 лет), девушки (до 12 лет)	Очки			540	450	370	290	230	170	110
110	3-борье		Девушки (до 18 лет)	Очки				1800	1500	1200	1000	800	600
			Девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет), девушки (до 12 лет)	Очки				330	275	215	170	125	80
МУЖСКОЙ ПОЛ И ЖЕНСКИЙ ПОЛ													
111	Эстафета 4x400 м - смешанная		Ручной хронометраж	мин, с	3:14,5	3:21,5	3:33,0	3:45,0	4:02,5	4:22,0	4:42,0	5:05,0	5:31,0
			Автохронометраж	мин, с	3:14,74	3:21,74	3:33,24	3:45,74	4:02,74	4:22,24	4:42,24	5:05,74	5:31,24
Иные условия		1. Норма МСМК выполняется:											
		1.1. На спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП.											
		1.2. На чемпионате России (дважды) или на чемпионате России и Кубке России, если это предусмотрено Положением о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденным приказом Минспорта России от 19.12.2022 № 1255 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16.03.2023, регистрационный № 72601).											
		2. Норма МС выполняется на спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса чемпионата федерального округа, двух и более федеральных округов, чемпионатов г. Москвы, г. Санкт-Петербурга.											
		3. Норма КМС выполняется:											
		3.1. На спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации (за исключением спортивных дисциплин, содержащих в своих наименованиях слово «кросс», «горный бег», «трейл»).											
		3.2. Утратил силу (приказ Минспорта России от 06.11.24. № 1092).											
Иные условия		4. Норма I спортивного разряда выполняется:											
		4.1. На спортивных соревнованиях, имеющих статус, не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.											
		4.2. Утратил силу (приказ Минспорта России от 06.11.24. № 1092).											
		5. Нормы II–III спортивных разрядов выполняются на спортивных соревнованиях и физкультурных мероприятиях, имеющих статус, не ниже статуса других официальных спортивных соревнований и физкультурных мероприятий муниципального образования.											

6. Нормы I–III юношеского спортивных разрядов выполняются на спортивных соревнованиях и физкультурных мероприятиях, имеющих статус, не ниже статуса других официальных спортивных соревнований и физкультурных мероприятий муниципального образования.
7. Нормы МСМК и МС выполняются при участии в судействе спортивных соревнований (кроме спортивных соревнований, имеющих статус, не ниже статуса других международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП) в составе главной судейской коллегии не менее трех спортивных судей квалификационной категории спортивного судьи «спортивный судья всероссийской категории».
8. Нормы МСМК и МС выполняются только при использовании параметров барьерного бега и массы снарядов для метаний, рекомендованных для мужчин и женщин. Нормы КМС и ниже засчитываются с рекомендованными для каждой возрастной группы высотой и расстановкой барьеров, а также массой снарядов для метаний.

9. Спортивные соревнования, имеющие статус Игр Олимпиады и спортивные соревнования более низкого статуса, проводятся среди мужчин и женщин.

10. Первенства России, всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, всероссийские физкультурные мероприятия, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федерального округа, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, другие межрегиональные спортивные соревнования среди лиц с ограничением верхней границы возраста, включенные в ЕКП, первенства субъекта Российской Федерации, другие официальные спортивные соревнования субъекта Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, другие официальные физкультурные мероприятия субъекта Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства муниципального образования, другие официальные спортивные соревнования муниципального образования среди лиц с ограничением верхней границы возраста, другие официальные физкультурные мероприятия муниципального образования среди лиц с ограничением верхней границы возраста проводятся в возрастных группах: юниоры, юниорки (до 23 лет), юниоры, юниорки (до 20 лет), юноши, девушки (до 18 лет), юноши, девушки (до 16 лет), юноши, девушки (до 14 лет), юноши, девушки (до 12 лет).

11. Всероссийская Спартакиада между субъектами Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, другие межрегиональные спортивные соревнования, являющиеся отборочными к Всероссийской Спартакиаде между субъектами Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, включенные в ЕКП проводятся в возрастных группах: юниоры, юниорки (до 23 лет), юниоры, юниорки (до 20 лет), юноши, девушки (до 18 лет), юноши, девушки (до 16 лет), юноши, девушки (до 14 лет), юноши, девушки (до 12 лет).

12. Всемирные студенческие игры, первенство мира среди студентов, Всемирные кадетские игры, Всероссийская универсиада, всероссийские спортивные соревнования среди студентов включенные в ЕКП, проводятся в возрастной группе: юниоры и юниорки (17-25 лет).

13. Результаты МСМК и МС в спортивных дисциплинах легкой атлетики, в которых при регистрации рекордов учитывается скорость ветра, засчитываются при скорости попутного ветра не более 2 м/с, в многоборьях – до 4 м/с.

14. В спортивных дисциплинах, в которых отсутствуют нормы для спортивных соревнований для круга 200 м, используются нормы для спортивных соревнований для круга 400 м.

15. Составы многоборий:

Многоборье	Возраст	Первый день спортивных соревнований	Второй день спортивных соревнований
Многоборья (при проведении на стадионе)			
Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет), юноши (до 12 лет)			
10-борье	с 18 лет	Бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту, бег 400 м	Бег с барьерами 110 м, метание диска, прыжок с шестом, метание копья, бег 1500 м
10-борье	14-17 лет	Бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту, бег 400 м	Бег с барьерами 110 м, метание диска, прыжок с шестом, метание копья, бег 1500 м
4-борье	10-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину или прыжок в высоту	Метание, бег 600 м (800 м, 1000 м)
3-борье	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	

Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет), девушки (до 12 лет)			
7-борье	с 14 лет	Бег с барьерами 100 м, прыжок в высоту, толкание ядра, бег 200 м	Прыжок в длину, метание копья, бег 800 м
4-борье	10-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину или прыжок в высоту	Метание, бег 500 м (600 м)
3-борье	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
Многоборья (при проведении в манеже)			
Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет), юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет), юноши (до 12 лет)			
7-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту	Бег с барьерами 60 м, прыжок с шестом, бег 1000 м
5-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Бег с барьерами 60 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту, бег 1000 м	
3-борье	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
3-борье	10-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину или прыжок в высоту, бег 600 м (800 м)	
Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет), девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет), девушки (до 12 лет)			
5-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Бег с барьерами 60 м, прыжок в высоту, толкание ядра, прыжок в длину, бег 800 м	
3-борье	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
3-борье	10-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину или прыжок в высоту, бег 500 м	
16. Оценка результатов в многоборьях проводится по таблице Всемирной легкоатлетической ассоциации. Оценка результатов в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 12 лет, до 14 лет, до 16 лет) проводится по пункту 5 «Оценка результатов спортивных соревнований в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 16 лет), юношей и девушек (до 14 лет), юношей и девушек (до 12 лет) для присвоения спортивных разрядов» настоящих норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «легкая атлетика». 17. Для участия в спортивных соревнованиях, физкультурных мероприятиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.			

⁴ Включая спортивные дисциплины, в наименованиях которых содержатся указанные слова.

5. Оценка результатов спортивных соревнований в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 12 лет, до 14 лет, до 16 лет) для присвоения спортивных разрядов.

Юноши (до 16 лет), юноши (до 14 лет), юноши (до 12 лет)

Очки	Бег					Прыжок в высоту (см)	Прыжок в длину (см)	Метание мяча (м)
	60 м (с)		600 м (с)	800 м (с)	1000 м (с)			
	Ручной хронометраж	Автохроно- метраж						
180	6,5	6,74	01:19,4	01:51,5	02:25,0	214	745	105,00
179		6,75	01:19,5	01:51,6	02:25,1		744	104,70
178		6,76	01:19,6	01:51,7	02:25,2		743	104,40
177		6,77	01:19,7	01:51,8	02:25,3	213	742	104,10
176		6,78	01:19,8	01:51,9	02:25,4		741	103,80
175		6,79	01:19,9	01:52,0	02:25,5		740	103,50
174		6,80	01:20,0	01:52,1	02:25,6	212	739	103,20
173		6,81	01:20,1	01:52,2	02:25,7		738	102,90
172		6,82	01:20,2	01:52,3	02:25,8		737	102,60
171		6,83	01:20,3	01:52,4	02:25,9	211	736	102,30
170	6,6	6,84	01:20,4	01:52,5	02:26,0		735	102,00
169		6,85	01:20,5	01:52,6	02:26,1		734	101,70
168		6,86	01:20,6	01:52,7	02:26,2	210	733	101,40
167		8,87	01:20,7	01:52,8	02:26,3		732	101,10
166		6,88	01:20,8	01:52,9	02:26,4		731	100,80
165		6,89	01:20,9	01:53,0	02:26,5	209	730	100,50
164		6,90	01:21,0	01:53,1	02:26,6		729	100,20
163		6,91	01:21,1	01:53,2	02:26,7		728	99,90
162		6,92	01:21,2	01:53,3	02:26,8	208	727	99,60
161		6,93	01:21,3	01:53,4	02:26,9		726	99,30
160	6,7	6,94	01:21,4	01:53,5	02:27,0		725	99,00
159		6,95	01:21,5	01:53,6	02:27,1	207	724	98,60
158		6,96	01:21,6	01:53,7	02:27,2		723	98,20
157		6,97	01:21,7	01:53,8	02:27,3		722	97,80
156		6,98	01:21,8	01:53,9	02:27,4	206	721	97,40
155		6,99	01:21,9	01:54,0	02:27,5		720	97,00
154		7,00	01:22,0	01:54,1	02:27,6		719	96,60
153		7,01	01:22,2	01:54,2	02:27,7	205	718	96,20
152		7,02	01:22,3	01:54,3	02:27,8		717	95,80
151		7,03	01:22,4	01:54,4	02:27,9		716	95,40
150	6,8	7,04	01:22,5	01:54,5	02:28,0	204	715	95,00
149		7,05	01:22,6	01:54,6	02:28,3		714	94,50
148		7,06	01:22,7	01:54,7	02:28,6		713	94,00
147		7,07	01:22,8	01:54,8	02:28,9	203	712	93,50
146		7,08	01:22,9	01:55,0	02:29,2		711	93,00
145		7,09	01:23,0	01:55,2	02:29,5		710	92,50
144		7,10	01:23,1	01:55,4	02:29,8	202	708	92,00
143		7,11	01:23,2	01:55,6	02:30,1		706	91,50
142		7,12	01:23,3	01:55,8	02:30,4	201	704	91,00
141		7,13	01:23,4	01:56,0	02:30,7		702	90,50

140	6,9	7,14	01:23,5	01:56,2	02:31,0	200	700	90,00
139		7,15	01:23,7	01:56,4	02:31,3		698	89,50
138		7,16	01:23,9	01:56,6	02:31,6	199	696	89,00
137		7,17	01:24,1	01:56,8	02:31,9		694	88,50
136		7,18	01:24,3	01:57,0	02:32,2	198	692	88,00
135		7,19	01:24,5	01:57,2	02:32,5		690	87,50
134		7,20	01:24,7	01:57,4	02:32,8	197	688	87,00
133		7,21	01:24,9	01:57,6	02:33,1		686	86,50
132		7,22	01:25,1	01:57,8	02:33,4	196	684	86,00
131		7,23	01:25,3	01:58,0	02:33,7		682	85,50
130	7	7,24	01:25,5	01:58,2	02:34,0	195	680	85,00
129		7,25	01:25,7	01:58,4	02:34,3		678	84,50
128		7,26	01:25,9	01:58,6	02:34,6	194	676	84,00
127		7,27	01:26,1	01:58,9	02:34,9		674	83,50
126		7,28	01:26,3	01:59,2	02:35,2	193	672	83,00
125		7,29	01:26,5	01:59,5	02:35,5		670	82,50
124		7,30	01:26,7	01:59,8	02:35,8	192	668	82,00
123		7,31	01:26,9	02:00,1	02:36,1		666	81,50
122		7,32	01:27,1	02:00,4	02:36,4	191	664	81,00
121		7,33	01:27,3	02:00,7	02:36,7		662	80,50
120	7,1	7,34	01:27,5	02:01,0	02:37,0	190	660	80,00
119		7,35	01:27,8	02:01,4	02:37,6		657	79,50
118		7,36	01:28,1	02:01,8	02:38,2	189	654	79,00
117		7,37	01:28,4	02:02,2	02:38,8		651	78,50
116		7,38	01:28,7	02:02,6	02:39,4	188	648	78,00
115		7,40	01:29,0	02:03,0	02:40,0		645	77,50
114		7,42	01:29,3	02:03,4	02:40,6	187	642	77,00
113	7,2	7,44	01:29,6	02:03,8	02:41,2		639	76,50
112		7,45	01:29,9	02:04,2	02:41,8	186	636	76,00
111		7,46	01:30,2	02:04,6	02:42,4		633	75,50
110		7,47	01:30,5	02:05,0	02:43,0	185	630	75,00
109		7,48	01:30,8	02:05,5	02:43,7	184	627	74,50
108		7,50	01:31,1	02:06,0	02:44,4	183	624	74,00
107		7,52	01:31,4	02:06,5	02:45,1	182	621	73,50
106	7,3	7,54	01:31,7	02:07,0	02:45,8	181	618	73,00
105		7,55	01:32,0	02:07,5	02:46,5	180	615	72,50
104		7,56	01:32,3	02:08,0	02:47,2	179	612	72,00
103		7,57	01:32,6	02:08,5	02:47,9	178	609	71,50
102		7,60	01:32,9	02:09,0	02:48,6	177	606	71,00
101		7,62	01:33,2	02:09,5	02:49,3	176	603	70,50
100	7,4	7,64	01:33,5	02:10,0	02:50,0	175	600	70,00
99		7,66	01:33,8	02:10,5	02:50,6	174	598	69,50
98		7,68	01:34,1	02:11,0	02:51,2		596	69,00
97		7,70	01:34,4	02:11,5	02:51,8	173	594	68,50
96		7,72	01:34,7	02:12,0	02:52,4	172	592	68,00
95	7,5	7,74	01:35,0	02:12,5	02:53,0		590	67,50
94		7,76	01:35,3	02:13,0	02:53,6	171	588	67,00
93		7,78	01:35,6	02:13,5	02:54,2	170	586	66,50
92		7,80	01:35,9	02:14,0	02:54,8		584	66,00
91		7,82	01:36,2	02:14,5	02:55,4	169	582	65,50
90	7,6	7,84	01:36,5	02:15,0	02:56,0	168	580	65,00
89		7,86	01:36,9	02:15,5	02:56,7		578	64,50

88		7,88	01:37,3	02:16,0	02:57,4	167	576	64,00
87		7,90	01:37,7	02:16,5	02:58,1	166	574	63,50
86		7,92	01:38,1	02:17,0	02:58,8		572	63,00
85	7,7	7,94	01:38,5	02:17,5	02:59,5	165	570	62,50
84		7,96	01:38,9	02:18,0	03:00,2	164	567	62,00
83		7,98	01:39,3	02:18,5	03:00,9	163	564	61,50
82		8,00	01:39,7	02:19,0	03:01,6	162	561	61,00
81		8,02	01:40,1	02:19,5	03:02,3	161	558	60,50
80	7,8	8,04	01:40,5	02:20,0	03:03,0	160	555	60,00
79		8,06	01:40,9	02:20,7	03:04,0		552	59,50
78		8,08	01:41,3	02:21,4	03:05,0	159	549	59,00
77		8,11	01:41,7	02:22,1	03:06,0	158	546	58,50
76	7,9	8,14	01:42,1	02:22,8	03:07,0		543	58,00
75		8,16	01:42,5	02:23,5	03:08,0	157	540	57,50
74		8,18	01:43,0	02:24,2	03:09,0	156	536	57,00
73		8,21	01:43,5	02:24,9	03:10,0		532	56,50
72	8	8,24	01:44,0	02:25,6	03:11,0	155	528	56,00
71		8,26	01:44,5	02:26,3	03:12,0	154	524	55,50
70		8,28	01:45,0	02:27,0	03:13,0		520	55,00
69		8,31	01:45,5	02:27,8	03:14,0	153	516	54,50
68	8,1	8,34	01:46,0	02:28,6	03:15,0	152	512	54,00
67		8,37	01:46,5	02:29,4	03:16,0		508	53,50
66		8,40	01:47,0	02:30,2	03:17,0	151	504	53,00
65	8,2	8,44	01:47,5	02:31,0	03:18,0	150	500	52,50
64		8,47	01:47,9	02:31,8	03:19,0		496	52,00
63		8,50	01:48,3	02:32,6	03:20,0	149	493	51,50
62	8,3	8,54	01:48,7	02:33,4	03:21,0	148	490	51,00
61		8,57	01:49,1	02:34,2	03:22,0		486	50,50
60		8,60	01:49,5	02:35,0	03:23,0	147	483	50,00
59	8,4	8,64	01:49,9	02:35,8	03:24,0	146	480	49,50
58		8,67	01:50,3	02:36,6	03:25,0		476	49,00
57		8,70	01:50,7	02:37,4	03:26,0	145	473	48,50
56	8,5	8,74	01:51,1	02:38,2	03:27,0	144	470	48,00
55		8,77	01:51,5	02:39,0	03:28,0		466	47,50
54		8,80	01:52,0	02:39,8	02:29,0	143	463	47,00
53	8,6	8,84	01:52,5	02:40,6	03:30,0	142	460	46,50
52		8,87	01:53,0	02:41,4	03:31,0		456	46,00
51		8,90	01:53,5	02:42,2	03:33,0	141	453	45,50
50	8,7	8,94	01:54,0	02:43,0	03:35,0	140	450	45,00
49		8,97	01:54,7	02:44,0	03:36,0		446	44,50
48		9,00	01:55,4	02:45,0	03:37,0	139	443	44,00
47	8,8	9,04	01:56,1	02:46,0	03:38,0	138	440	43,50
46		9,07	01:56,8	02:47,0	03:39,0		436	43,00
45		9,10	01:57,5	02:48,0	03:40,0	137	433	42,50
44	8,9	9,14	01:58,2	02:49,0	03:41,0	136	430	42,00
43		9,17	01:58,9	02:50,0	03:42,0		426	41,50
42		9,20	01:59,6	02:51,0	03:43,0	135	423	41,00
41	9	9,24	02:00,3	02:52,0	03:44,0	134	420	40,50
40		9,29	02:01,0	02:53,0	03:45,0		416	40,00
39	9,1	9,34	02:01,8	02:54,0	03:46,0	133	413	39,50
38		9,39	02:02,6	02:55,0	03:48,0	132	410	39,00
37	9,2	9,44	02:03,4	02:56,0	03:50,0		406	38,50

36		9,49	02:04,2	02:57,0	03:52,0	131	403	38,00
35	9,3	9,54	02:05,0	02:58,0	03:54,0	130	400	37,50
34		9,59	02:06,0	02:59,0	03:56,0	129	397	37,00
33	9,4	9,64	02:07,0	03:00,0	03:58,0	128	394	36,50
32		9,69	02:08,0	03:01,0	04:00,0	127	390	36,00
31	9,5	9,74	02:09,0	03:02,0	04:02,0	126	387	35,50
30		9,79	02:10,0	03:03,0	04:04,0	125	384	35,00
29	9,6	9,84	02:11,0	03:04,0	04:06,0	124	380	34,50
28		9,89	02:12,0	03:05,0	04:08,0	123	377	34,00
27	9,7	9,94	02:13,0	03:06,0	04:10,0	122	374	33,50
26		9,99	02:14,0	03:07,0	04:12,0	121	370	33,00
25	9,8	10,04	02:15,0	03:08,0	04:14,0	120	367	32,50
24		10,09	02:16,0	03:09,0	04:16,0	119	364	32,00
23	9,9	10,14	02:17,0	03:10,0	04:18,0	118	361	31,50
22		10,19	02:18,0	03:11,0	04:20,0	117	358	31,00
21	10	10,24	02:19,0	03:12,0	04:22,0	116	355	30,50
20	10,1	10,34	02:20,0	03:13,0	04:24,0	115	352	30,00
19	10,2	10,44	02:21,0	03:14,0	04:26,0	114	349	29,50
18	10,3	10,54	02:22,0	03:15,0	04:28,0	113	346	29,00
17	10,4	10,64	02:23,0	03:16,0	04:30,0	112	343	28,00
16	10,5	10,74	02:24,0	03:17,0	04:32,0	111	340	27,00
15	10,6	10,84	02:25,0	03:18,0	04:34,0	110	337	26,00
14	10,7	10,94	02:26,0	03:19,0	04:36,0	109	334	25,00
13	10,8	11,04	02:27,0	03:20,0	04:38,0	108	331	24,00
12	10,9	11,14	02:28,0	03:21,0	04:40,0	107	328	23,00
11	11	11,24	02:29,0	03:22,0	04:42,0	106	325	22,00
10	11,1	11,34	02:30,0	03:23,0	04:44,0	105	322	21,00
9	11,2	11,44	02:31,0	03:24,0	04:46,0	104	319	20,00
8	11,3	11,54	02:32,0	03:25,0	04:48,0	103	316	19,00
7	11,4	11,64	02:33,0	03:26,0	04:50,0	102	313	18,00
6	11,5	11,74	02:34,0	03:27,0	04:52,0	101	310	17,00
5	11,6	11,84	02:35,0	03:28,0	04:54,0	100	307	16,00
4	11,7	11,94	02:36,0	03:29,0	04:56,0	99	304	15,00
3	11,8	12,04	02:37,0	03:30,0	04:58,0	98	301	14,00
2	11,9	12,14	02:38,0	03:31,0	05:00,0	97	298	13,00
1	12	12,24	02:39,0	03:32,0	05:02,0	96	295	12,00

Девушки (до 16 лет), девушки (до 14 лет), девушки (до 12 лет)

Очки	Бег				Прыжок в высоту (см)	Прыжок в длину (см)	Метание мяча (м)
	60 м (с)		500 м (с)	600 м (с)			
	Ручной хронометраж	Автохроно- метраж					
180	7,3	7,54	01:14,0	01:33,5	184	620	91,00
179		7,55	01:14,1	01:33,6		619	90,70
178		7,56	01:14,2	01:33,7		618	90,40
177		7,57	01:14,3	01:33,8	183	617	90,10
176		7,58	01:14,4	01:33,9		616	89,80
175		7,59	01:14,5	01:34,0		615	89,50
174		7,60	01:14,6	01:34,1	182	614	89,20
173		7,61	01:14,7	01:34,2		613	88,90
172		7,62	01:14,8	01:34,3		612	88,60
171		7,63	01:14,9	01:34,4	181	611	88,30
170	7,4	7,64	01:15,0	01:34,5		610	88,00
169		7,65	01:15,1	01:34,6		609	87,70
168		7,66	01:15,2	01:34,7	180	608	87,40
167		7,67	01:15,3	01:34,8		607	87,10
166		7,68	01:15,4	01:34,9		606	86,80
165		7,69	01:15,5	01:35,0	179	605	86,50
164		7,70	01:15,6	01:35,1		604	86,20
163		7,71	01:15,7	01:35,2		603	85,90
162		7,72	01:15,8	01:35,3	178	602	85,60
161		7,73	01:15,9	01:35,4		601	85,30
160	7,5	7,74	01:16,0	01:35,5		600	85,00
159		7,75	01:16,1	01:35,6	177	599	84,60
158		7,76	01:16,2	01:35,7		598	84,20
157		7,77	01:16,3	01:35,8		597	83,80
156		7,78	01:16,4	01:35,9	176	596	83,40
155		7,79	01:16,5	01:36,0		595	83,00
154		7,80	01:16,6	01:36,1		594	82,60
153		7,81	01:16,7	01:36,2	175	593	82,20
152		7,82	01:16,8	01:36,3		592	81,80
151		7,83	01:16,9	01:36,4		591	81,40
150	7,6	7,84	01:17,0	01:36,5	174	590	81,00
149		7,85	01:17,1	01:36,7		589	80,50
148		7,86	01:17,2	01:36,9		588	80,00
147		7,87	01:17,3	01:37,1		587	79,50
146		7,88	01:17,4	01:37,3	173	586	79,00
145		7,89	01:17,5	01:37,5		585	78,50
144		7,90	01:17,6	01:37,7		584	78,00
143		7,91	01:17,7	01:37,9		583	77,50
142		7,92	01:17,8	01:38,1	172	582	77,00
141		7,93	01:17,9	01:38,3		581	76,50
140	7,7	7,94	01:18,0	01:38,5		580	76,00
139		7,95	01:18,2	01:38,7		579	75,50
138		7,96	01:18,4	01:38,9	171	578	75,00
137		7,97	01:18,6	01:39,1		577	74,50

136		7,98	01:18,8	01:39,3		576	74,00
135		7,99	01:19,0	01:39,5	170	575	73,50
134		8,00	01:19,2	01:39,7		574	73,00
133		8,01	01:19,4	01:39,9		573	72,50
132		8,02	01:19,6	01:40,1	169	572	72,00
131		8,03	01:19,8	01:40,3		571	71,50
130	7,8	8,04	01:20,0	01:40,5		570	71,00
129		8,06	01:20,2	01:40,8	168	569	70,50
128		8,08	01:20,4	01:41,1		568	70,00
127		8,10	01:20,6	01:41,4		567	69,50
126		8,12	01:20,8	01:41,7	167	566	69,00
125	7,9	8,14	01:21,0	01:42,0		565	68,50
124		8,16	01:21,2	01:42,3		563	68,00
123		8,18	01:21,4	01:42,6	166	561	67,50
122		8,20	01:21,6	01:42,9		559	67,00
121		8,22	01:21,8	01:43,2		557	66,50
120	8,0	8,24	01:22,0	01:43,5	165	555	66,00
119		8,26	01:22,2	01:43,8		554	65,50
118		8,28	01:22,4	01:44,1	164	553	65,00
117		8,30	01:22,6	01:44,4	163	552	64,50
116		8,32	01:22,8	01:44,7	162	551	64,00
115	8,1	8,34	01:23,0	01:45,0		550	63,50
114		8,36	01:23,2	01:45,3	161	548	63,00
113		8,38	01:23,4	01:45,6	160	546	62,50
112		8,40	01:23,6	01:45,9	159	544	62,00
111		8,42	01:23,8	01:46,2		542	61,50
110	8,2	8,44	01:24,0	01:46,5	158	540	61,00
109		8,46	01:24,3	01:46,9	157	538	60,50
108		8,48	01:24,6	01:47,3	156	536	60,00
107		8,50	01:24,9	01:47,7		534	59,50
106		8,52	01:25,2	01:48,1	155	532	59,00
105	8,3	8,54	01:25,5	01:48,5	154	530	58,50
104		8,56	01:25,8	01:48,9	153	528	58,00
103		8,58	01:26,1	01:49,3		526	57,50
102		8,60	01:26,4	01:49,7	152	524	57,00
101		8,62	01:26,7	01:50,1	151	522	56,50
100	8,4	8,64	01:27,0	01:50,5	150	520	56,00
99		8,66	01:27,3	01:50,9		518	55,50
98		8,68	01:27,6	01:51,3	149	516	55,00
97		8,71	01:27,9	01:51,7		514	54,50
96	8,5	8,74	01:28,2	01:52,1	148	512	54,00
95		8,76	01:28,5	01:52,5		510	53,50
94		8,78	01:28,8	01:52,9	147	508	53,00
93		8,81	01:29,1	01:53,3		506	52,50
92	8,6	8,84	01:29,4	01:53,7	146	504	52,00
91		8,86	01:29,7	01:54,1		502	51,50
90		8,88	01:30,0	01:54,5	145	500	51,00
89		8,91	01:30,3	01:54,9		498	50,50
88	8,7	8,94	01:30,6	01:55,3	144	496	50,00
87		8,96	01:30,9	01:55,7		494	49,50
86		8,98	01:31,2	01:56,1	143	492	49,00
85		9,01	01:31,5	01:56,5		490	48,50

84	8,8	9,04	01:31,8	01:57,0	142	488	48,00
83		9,06	01:32,1	01:57,5		486	47,50
82		9,08	01:32,4	01:58,0	141	484	47,00
81		9,11	01:32,7	01:58,5		482	46,50
80	8,9	9,14	01:33,0	01:59,0	140	480	46,00
79		9,17	01:33,4	01:59,7	139	478	45,50
78		9,20	01:33,8	02:00,4		476	45,00
77	9,0	9,24	01:34,2	02:01,1	138	474	44,50
76		9,27	01:34,6	02:01,8	137	472	44,00
75		9,30	01:35,0	02:02,5		470	43,50
74	9,1	9,34	01:35,4	02:03,2	136	467	43,00
73		9,37	01:35,8	02:03,9	135	464	42,50
72		9,40	01:36,2	02:04,6		461	42,00
71	9,2	9,44	01:36,6	02:05,3	134	458	41,50
70		9,47	01:37,0	02:06,0	133	455	41,00
69		9,50	01:37,4	02:06,8		452	40,50
68	9,3	9,54	01:37,8	02:07,6	132	449	40,00
67		9,57	01:38,2	02:08,4	131	446	39,50
66		9,60	01:38,6	02:09,2		443	39,00
65	9,4	9,64	01:39,0	02:10,0	130	440	38,50
64		9,67	01:39,4	02:10,6	129	438	38,00
63		9,70	01:39,8	02:11,2		436	37,50
62	9,5	9,74	01:40,2	02:11,8	128	434	37,00
61		9,77	01:40,6	02:12,4	127	432	36,50
60		9,80	01:41,0	02:13,0		430	36,00
59	9,6	9,84	01:41,5	02:13,7	126	427	35,50
58		9,87	01:42,0	02:14,4	125	424	35,00
57		9,90	01:42,5	02:15,1		421	34,50
56	9,7	9,94	01:43,0	02:15,8	124	418	34,00
55		9,97	01:43,5	02:16,5	123	415	33,50
54		10,00	01:44,0	02:17,2		412	33,00
53	9,8	10,04	01:44,5	02:17,9	122	409	32,50
52		10,07	01:45,0	02:18,6	121	406	32,00
51		10,10	01:45,5	02:19,3		403	31,50
50	9,9	10,14	01:46,0	02:20,0	120	400	31,00
49		10,17	01:46,6	02:20,6	119	398	30,50
48		10,20	01:47,2	02:21,2		396	30,00
47	10,0	10,24	01:47,8	02:21,8	118	394	29,50
46		10,27	01:48,4	02:22,4	117	392	29,00
45		10,30	01:49,0	02:23,0		390	28,50
44	10,1	10,34	01:49,6	02:23,7	116	387	28,00
43		10,37	01:50,2	02:24,4	115	384	27,50
42		10,40	01:50,8	02:25,1		381	27,00
41	10,2	10,44	01:51,4	02:25,8	114	378	26,50
40		10,49	01:52,0	02:26,5	113	375	26,00
39	10,3	10,54	01:52,6	02:27,2		372	25,50
38		10,59	01:53,2	02:27,9	112	369	25,00
37	10,4	10,64	01:53,8	02:28,6	111	366	24,50
36		10,69	01:54,4	02:29,3		363	24,00
35	10,5	10,74	01:55,0	02:30,0	110	360	23,50
34		10,79	01:55,8	02:31,0	109	357	23,00
33	10,6	10,84	01:56,6	02:32,0		354	22,50

32		10,89	01:57,4	02:33,0	108	351	22,00
31	10,7	10,94	01:58,2	02:34,0	107	348	21,50
30		10,99	01:59,0	02:35,0		345	21,00
29	10,8	11,04	01:59,8	02:36,0	106	342	20,50
28		11,09	02:00,6	02:37,0	105	339	20,00
27	10,9	11,14	02:01,4	02:38,0		336	19,50
26		11,19	02:02,2	02:39,0	104	333	19,00
25	11,0	11,24	02:03,0	02:40,0	103	330	18,50
24		11,29	02:03,8	02:41,0		327	18,00
23	11,1	11,34	02:04,6	02:42,0	102	324	17,50
22		11,39	02:05,4	02:43,0	101	321	17,00
21	11,2	11,44	02:06,2	02:44,0		318	16,50
20		11,49	02:07,0	02:45,0	100	315	16,00
19	11,3	11,54	02:07,8	02:46,0	99	312	15,50
18		11,59	02:08,6	02:47,0		309	15,00
17	11,4	11,64	02:09,4	02:48,0	98	306	14,50
16		11,69	02:10,2	02:49,0	97	303	14,00
15	11,5	11,74	02:11,0	02:50,0		300	13,50
14		11,79	02:11,8	02:51,0	96	297	13,00
13	11,6	11,84	02:12,6	02:52,0	95	294	12,50
12		11,89	02:13,4	02:53,0		291	12,00
11	11,7	11,94	02:14,2	02:54,0	94	288	11,50
10		11,99	02:15,0	02:55,0	93	285	11,00
9	11,8	12,04	02:16,0	02:56,0		282	10,50
8		12,09	02:17,0	02:57,0	92	279	10,00
7	11,9	12,14	02:18,0	02:58,0	91	276	9,50
6		12,19	02:19,0	02:59,0		273	9,00
5	12,0	12,24	02:20,0	03:00,0	90	270	8,50
4	12,1	12,34	02:21,0	03:01,0	89	266	8,00
3	12,2	12,44	02:22,0	03:02,0	88	262	7,50
2	12,3	12,54	02:23,0	03:03,0	87	258	7,00
1	12,4	12,64	02:24,0	03:04,0	86	254	6,50

Сокращения, используемые в настоящих нормах, требованиях и условиях их выполнения по виду спорта «легкая атлетика»:

МСМК – спортивное звание мастер спорта России международного класса;

МС – спортивное звание мастер спорта России;

КМС – спортивный разряд кандидат в мастера спорта;

ЕКП – Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

I – первый;

II – второй;

III – третий;

ч – час;

мин – минута;

км – километр;

гр. – грамм.