

## Многоповторный жим стоя ЖЕНЩИНЫ

Весовая категория	МСМК	МС	КМС	1 взрослый
50	25x42	25x36	25x30	25x22
60	30x37	30x31	30x25	30x17
70	35x32	35x26	35x21	35x13
80	40x27	40x21	40x13	40x9
90	45x22	45x15	45x11	45x7
90+	50x17	50x13	50x9	50x6

## *Мужчины*

<b>Весовая категория</b>	<b>МСМК</b>	<b>МС</b>	<b>КМС</b>	<b>I</b>
60	30x70	30x55	30x45	30x30
70	35x65	35x50	35x40	35x27
80	40x55	40x45	40x35	40x25
90	45x50	45x40	45x30	45x23
100	50x45	50x35	50x27	50x20
110	55x39	55x32	55x25	55x18
120	60x38	60x32	60x23	60x15
130	65x32	65x25	65x18	65x11
+130	70x30	70x23	70x16	70x9