

# СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НА 1994-1996 г.

## Разрядные требования

### Мужчины и женщины

**Мастер спорта международного класса** - выполнить установленный норматив или занять одно из следующих мест:

1. Индивидуальные виды:

1-12-е на олимпийских играх или чемпионатах мира;

1-8-е на чемпионатах Европы;

1-3-е на Кубках мира и Европы;

1-е на Кубке Европы среди молодежи.

2. В составе эстафетных команд:

1-6-е на олимпийских играх или чемпионатах мира;

1-3-е на чемпионатах Европы или на Кубке мира;

1-2-е на Кубке Европы.

3. Индивидуальные виды на соревнованиях в помещении:

1-6-е на чемпионатах мира;

1-3-е на чемпионатах Европы.

**Мастер спорта и кандидат в мастера спорта** - выполнить установленный норматив или занять следующие места:

Соревнования	МС	КМС
Чемпионаты мира среди юниоров	1-6	-
Чемпионаты Европы среди юниоров	1-3	-
Чемпионаты России по кроссу и бегу по шоссе	1-5	6-20
Кубки России и первенства среди молодежи по кроссу и бегу по шоссе	1-2	3-10
Всероссийские чемпионаты ДСО и ведомств по кроссу и бегу по шоссе	1-2	3-10
Первенства России среди юниоров по кроссу и бегу по шоссе	-	1-6
Первенства краев, республик, областей в составе России:		
группа № 1 (по положению ВФЛА)	-	1-5
группа № 2	-	1-3

## РАЗРЯДНЫЕ НОРМЫ

Вид	Звания и разряды, результаты								
	МСМК	МС	КМС	1	2	3	юношеские		
							1	2	3
<b>МУЖЧИНЫ</b>									
<b>Бег, м (мин, с)</b>									
30	-	-	-	-	-	4,3	4,4	4,6	4,8
60	-	-	6,8	7,0	7,2	7,6	7,8	8,1	8,4
60 а	6,70	6,84	7,04	7,24	7,44	7,84	8,04	8,34	8,64
100	-	10,4	10,7	11,1	11,7	12,4	12,8	13,4	14,0
100 а	10,35	10,64	10,94	11,34	11,94	12,64	13,04	13,64	14,24
200	-	21,1	21,8	22,8	24,0	25,7	26,7	28,0	29,4
200 а	20,70	21,34	22,04	23,04	24,24	25,94	26,94	28,24	29,64
300	-	-	33,8	35,3	37,3	40,0	41,5	43,4	46,0
300 а	-	-	34,04	35,54	37,54	40,24	41,74	43,64	46,24
400	-	47,5	49,0	51,0	54,0	57,8	1,00,0	1,03,0	1,06,0
400 а	45,80	47,74	49,24	51,24	54,24	58,04	1,00,24	1,03,24	1,06,24
600	-	-	1,21,0	1,25,0	1,29,5	1,36,0	1,40,0	1,45,0	1,50,0
800	1,46,3	1,50,0	1,54,5	1,59,0	2,06,0	2,16,0	2,21,0	2,28,0	2,36,0
800 а	1,46,54	1,50,24	1,54,74	1,59,24	2,06,24	2,16,24	2,21,24	2,28,24	2,36,24
1000	-	2,21,0	2,27,0	2,33,0	2,42,0	2,54,0	3,00,0	3,10,0	3,20,0
1500	3,38,5	3,46,0	3,55,0	4,06,0	4,20,0	4,39,0	4,49,0	5,04,0	5,20,0
3000	-	8,05,0	8,26,0	8,50,0	9,20,0	10,00,0	10,25,0	10,55,0	-
5000	13,30,0	14,00,0	14,35,0	15,15,0	16,10,0	17,20,0	18,00,0	19,00,0	-
10 000	28,20,0	29,25,0	30,35,0	32,00,0	33,40,0	36,30,0	-	-	-
<b>Эстафетный бег, м (мин, с)</b>									
4х100	-	-	42,0	43,6	46,0	49,0	50,8	53,2	56,0
4х100 а	-	41,00	42,24	43,84	46,24	49,24	51,04	53,44	56,24
4х400	-	3,09,0	3,15,0	3,23,0	3,36,0	3,51,0	4,00,0	4,12,0	4,24,0
<b>Барьерный бег, м (мин, с)</b>									
60	-	-	8,2	8,7	9,2	9,9	10,3	10,8	11,5
60 а	7,75	8,10	8,44	8,94	9,44	10,14	10,54	11,04	11,74
110	-	14,2	14,9	15,8	16,8	18,3	19,0	20,0	21,5
110 а	13,70	14,44	15,14	16,04	17,04	18,54	19,24	20,24	21,74
300	-	-	40,5	43,0	47,0	49,0	52,0	-	-
400	-	52,8	55,0	58,5	1,02,5	1,08,0	1,11,0	-	-
400 а	49,50	53,04	55,24	58,74	1,02,74	1,08,24	1,11,24	-	-
<b>Бег с препятствиями, м (мин, с)</b>									
2000	-	-	6,00,0	6,20,0	6,46,0	7,23,0	7,40,0	-	-
3000	8,28,0	8,50,0	9,20,0	9,50,0	10,30,0	11,25,0	-	-	-
<b>Бег по шоссе, км (ч, мин, с)</b>									
15	-	-	47,0	49,00	51,30	56,0	-	-	-
21,0975	1:02.30	1:05.30	1:08.00	1:11.30	1:15.00	1:21.00	-	-	-
42,195	2:13.30	2:20.00	2:28.00	2:37.00	2:48.00	закончить дистанцию	-	-	-
100	6:35.00	7:00.00	7:20.00	7:50.00	закончить дистанцию	закончить дистанцию	-	-	-
Суточный (км) 250	240	220	190	-	-	-	-	-	-
<b>Кросс, км (мин, с)</b>									
1	-	-	-	-	2,42,0	2,55,0	3,02,0	3,10,0	3,20,0
2	-	-	-	-	6,00,0	6,30,0	6,40,0	7,00,0	7,20,0
3	-	-	8,28,0	8,50,0	9,20,0	10,00,0	10,30,0	11,00,0	11,30,0
5	-	-	14,40,0	15,20,0	16,20,0	17,30,0	18,20,0	19,00,0	20,00,0
8	-	-	24,20,0	25,20,0	27,00,0	29,00,0	30,00,0	-	-
12	-	-	37,40,0	39,20,0	42,00,0	45,00,0	-	-	-
<b>Бег в помещении, м (мин, с)</b>									
200	-	21,8	22,5	23,4	24,6	26,3	27,3	28,6	30,0
200 а	21,30	22,04	22,74	23,64	24,84	26,54	27,54	28,84	30,24
300	-	-	34,5	36,0	38,0	40,6	42,1	44,0	46,6
400	-	48,5	50,0	52,0	55,0	58,8	1,01,0	1,04,0	1,07,0
400 а	46,80	48,74	50,24	52,24	55,24	59,04	1,01,24	1,04,24	1,07,24
600	-	-	1,22,5	1,26,5	1,31,0	1,37,5	1,41,5	1,46,5	1,51,5
800	-	1,52,0	1,56,5	2,01,0	2,09,5	2,17,5	2,22,5	2,29,5	2,37,5
800 а	1,48,50	1,52,24	1,56,74	2,01,24	2,09,24	2,17,74	2,22,74	2,29,74	2,37,74

### Условия выполнения разрядных норм и требований

Вид	Звания и разряды, результаты								
	МСМК	МС	КМС	1	2	3	Юношеские		
							1	2	3
1500	3.40,0	3.48,0	3.57,0	4.08,0	4.22,00	4.41,0	4.51,0	5.06,0	5.22,0
3000	7.55,0	8.08,0	8.29,0	8.53,0	9.23,0	10,03,0	10.28,0	10.58,0	-
4x200	-	-	1.29,0	1.32,0	1.37,0	1.44,0	1.48,0	1.53,0	1.59,0
4x400	-	-	3.20,0	3.28,0	3.40,0	3.55,0	4.04,0	4.16,0	4.28,0
2000 с/п	-	-	5.50,0	6.10,0	6.36,0	7.13,0	7.30,0	-	-
<b>Ходьба в помещении, м (мин, с)</b>									
5000	19.20,0	20.20,0	21.30,0	22.50,0	24.40,0	27.30,0	29.00,0	31.00,0	33.00,0
<b>Ходьба, км (ч, мин, с)</b>									
3	-	-	-	-	14.20,0	16.00,0	17.00,0	18.00,0	19.00,0
5	-	-	-	22.50,0	24.40,0	27.30,0	29.00,0	31.00,0	33.00,0
10	-	41.00,0	45.00,0	48.00,0	52.00,0	57.40,0	1:01.00,0	1:05.00,0	-
20	1:22.30,0	1:29.00,0	1:35.00,0	1:41.00,0	1:50.00,0	2:03.00,0	-	-	-
50	3:52.00,0	4:20.00,0	4.45.00,0	5:15.00,0	5:50.00,0	закончить дистанцию			-
<b>Прыжки с разбега (м)</b>									
в высоту 2,28	-	2,14	2,02	1,90	1,75	1,60	1,55	1,45	1,35
с шестом 5,65	-	5,10	4,60	4,20	3,65	3,10	2,85	2,60	2,20
в длину 8,00	-	7,60	7,20	6,80	6,20	5,60	5,30	5,00	4,60
тройным 16,90	-	16,00	15,20	14,30	13,30	12,20	11,70	11,20	10,50
<b>Метания (м)</b>									
диска 61,50	-	55,00	50,00	44,50	38,00	31,00	28,50	25,50	21,50
молота 75,00	-	67,00	60,00	54,00	46,50	38,50	35,50	32,00	28,00
копья 78,00	-	73,00	68,00	61,00	53,00	44,00	40,50	36,50	32,50
гранаты -	-	-	-	-	54,00	45,00	42,00	39,00	35,00
мяча -	-	-	-	-	70,00	60,00	50,00	45,00	40,00
Ядро 19,50	-	17,50	16,00	14,20	12,30	10,30	9,40	8,50	7,50
<b>Многоборья (очки)</b>									
10-борье 8000	-	7100	6500	5800	4800	3800	3300	-	-
9-борье -	-	-	6000	5300	4450	3500	3100	2650	-
7-борье 5900	-	5350	4800	4250	3600	2900	2600	2100	-
6-борье -	-	-	4050	3550	2950	2300	2000	1700	1300
5-борье -	-	-	3600	3200	2700	2200	1950	1650	1250
4-борье -	-	-	-	-	300	2700	220	170	120
3-борье -	-	-	-	1800	1500	1200	1000	850	600
<b>ЖЕНЩИНЫ</b>									
<b>Бег, м (мин, с)</b>									
30	-	-	-	-	-	4,9	5,0	5,2	5,5
60	-	-	7,5	7,8	8,2	8,8	9,1	9,4	9,9
60 а	7,30	7,50	7,74	8,04	8,44	9,04	9,34	9,64	10,14
100	-	11,7	12,2	12,8	13,6	14,7	15,3	16,0	17,0
100 а	11,35	11,94	12,44	13,04	13,84	14,94	15,54	16,24	17,24
200	-	24,0	25,2	26,6	28,5	31,0	32,4	34,0	36,0
200 а	23,10	24,24	25,44	26,84	28,74	31,24	32,64	34,24	36,24
300	-	-	39,0	41,0	44,0	48,0	50,0	53,0	56,0
300 а	-	-	39,24	41,24	44,24	48,24	50,24	53,24	56,24
400	-	54,0	56,5	1.00,0	1.04,0	1.10,0	1.13,0	1.17,0	1.22,0
400 а	51,40	54,24	56,74	1.00,24	1.04,24	1.10,24	1.13,24	1.17,24	1.22,24
600	-	-	1.34,0	1.39,0	1.46,5	1.56,0	2.02,0	2.08,0	2.17,0
800	2.01,0	2.06,0	2.13,0	2.20,0	2.31,0	2.45,0	2.53,0	3.02,0	3.15,0
800 а	2.01,24	2.06,24	2.13,24	2.20,24	2.31,24	2.45,24	2.53,24	3.02,24	3.15,24
1000	-	2.41,0	2.50,0	3.00,0	3.13,0	3.31,0	3.42,0	3.53,0	4.10,0
1500	4.06,0	4.18,0	4.33,0	4.49,0	5.10,0	5.38,0	5.55,0	6.15,0	6.40,0
3000	8.56,0	9.20,0	9.48,0	10.23,0	11.10,0	12.10,0	12.45,0	13.30,0	-
5000	15.30,0	16.10,0	17.00,0	18.00,0	19.20,0	21.10,0	22.10,0	-	-
10 000	32.40,0	34.00,0	35.40,0	37.50,0	40.30,0	44.30,0	46.40,0	-	-
<b>Эстафетный бег, м (мин, с)</b>									
4x100	-	-	48,0	50,8	54,0	58,5	1.01,0	1.04,0	1.08,0
4x100 а	-	46,00	48,24	51,04	54,24	58,74	1.01,24	1.04,24	1.08,24
4x400	-	3.36,0	3.46,0	4.00,0	4.16,0	4.40,0	4.52,0	5.08,0	5.28,0
<b>Барьерный бег, м (мин, с)</b>									
60	-	-	8,7	9,3	10,1	11,1	11,7	12,4	13,4

Вид	Звания и разряды, результаты								
	МСМК	МС	КМС	1	2	3	юношеские		
							1	2	3
60 а	8,10	8,50	8,94	9,54	10,34	11,34	11,94	12,64	13,64
100	-	14,2	14,8	15,9	17,4	19,3	20,4	21,7	23,5
100 а	13,10	14,44	15,04	16,14	17,64	19,54	20,64	21,94	23,74
300	-	-	-	46,5	50,0	55,0	58,5	1.02,0	-
400	-	1.00,0	1.03,5	1.07,5	1.13,0	1.20,0	1.25,0	-	-
400 а	56,00	1.00,24	1.03,74	1.07,74	1.13,24	1.20,24	1.25,24	-	-
<b>Бег с препятствиями, м (мин, с)</b>									
2000	-	6.30,0	6.50,0	7.10,0	7.30,0	8.00,0	8.30,00	-	-
<b>Бег по шоссе, км (ч, мин, с)</b>									
15	-	-	55.00	58.30	1:03.00	1:09.00	-	-	-
21,0975	1:13.00	1:17.00	1:21.00	1:26.00	1:33.00	1:42.00	-	-	-
42,195	2:35.00	2:48.00	3:00,00	3:12.00	3.30.00	закончить дистанцию			
100	8:10.00	8:40.00	9:10.00	9:40.00	закончить дистанцию				
Суточный (км)200									
		190	170	140	-	-	-	-	-
<b>Кросс, км (мин, с)</b>									
1	-	-	-	3.01,0	3.14,0	3.32,0	3.42,0	3.54,0	4.10,0
2	-	-	6.17,0	6.40,0	7.10,0	7.50,0	8.10,0	8.35,0	9.15,0
3	-	-	9.50,0	10.25,0	11.10,0	12.15,0	12.45,0	13.30,0	-
4	-	-	13.20,0	14.05,0	15.10,0	16.40,0	17.20,0	18.20,0	-
6	-	-	20.40,0	22.00,0	23.30,0	25.50,0	27.00,0	28.30,0	-
<b>Бег в помещении, м (мин, с)</b>									
200	-	24,6	25,8	27,2	29,0	31,5	33,0	34,5	36,5
200 а	23,30	24,84	26,04	27,44	29,24	31,74	33,24	34,74	36,74
300	-	-	39,5	42,0	45,0	49,0	51,0	54,0	57,0
400	-	55,0	57,5	1.01,0	1.05,0	1.11,0	1.14,0	1.18,0	1.23,0
400 а	52,60	55,24	57,74	1.01,24	1.05,24	1.11,24	1.14,24	1.18,24	1.23,24
600	-	-	1.35,5	1.40,5	1.48,0	1.57,0	2.03,0	2.09,0	2.18,0
800	-	2.08,0	2.14,5	2.21,5	2.32,5	2.46,0	2.54,0	3.03,0	3.16,0
800	2.02,50	2.08,24	2.14,74	2.21,74	2.32,74	2.46,24	2.54,24	3.03,24	3.16,24
1500	-	4.20,0	4.35,0	4.51,0	5.12,0	5.40,0	5.57,0	6.17,0	6.42,0
3000	8.59,0	9.23,0	9.51,0	10.26,0	11.13,0	12.13,0	12.48,0	13.33,0	-
4x200	-	-	1.42,0	1.47,0	1.55,0	2.05,0	2.11,0	2.17,0	2.25,0
4x400	-	-	3.50,0	4.04,0	4.20,0	4.44,0	4.56,0	5.12,0	5.32,0
2000 с/п	-	-	6.40,0	7.00,0	7.20,0	7.50,0	8.20,0	-	-
<b>Ходьба в помещении, м (мин, с)</b>									
3000	12.20,0	13.20,0	14.20,0	15.20,0	16.30,0	18.00,0	18.50,0	20.00,0	21.20,0
<b>Ходьба по стадиону, м (мин, с)</b>									
3000	-	-	14.20,0	15.20,0	16.30,0	18.00,0	18.50,0	20.00,0	21.30,0
5000	-	23.30,0	25.00,0	26.30,0	28.20,0	31.00,0	32.30,0	34.20,0	36.40,0
10 000	45.30,0	48.30,0	51.30,0	55.00,0	59.00,0	1:05.00,0	1:08.00,0	1:12.00,0	-
<b>Ходьба по шоссе, км (мин, с)</b>									
10	45.00,0	48.00,0	51.00,0	54.30,0	58.30,0	1:04.30,0	1:07.30,0	1:11.30,0	-
20	1:35.00,0	1:42.00,0	1:47.00,0	1:55.00,0	2:05.00,0	закончить дистанцию			
<b>Прыжки с разбега (м)</b>									
в высоту	1,92	1,82	1,75	1,65	1,55	1,40	1,35	1,25	1,20
с шестом	4,00	3,70	3,50	3,15	2,80	2,40	2,20	2,00	1,80
в длину	6,70	6,30	6,00	5,60	5,20	4,70	4,50	4,20	3,90
тройным	14,00	13,40	12,90	12,30	11,60	10,70	10,30	9,90	9,50
<b>Метания (м)</b>									
диска	62,00	54,00	49,00	42,50	36,00	29,50	26,50	23,50	20,00
молота	61,00	55,00	50,00	44,00	37,00	30,00	28,00	24,00	21,00
копья	60,00	52,50	47,00	40,00	33,00	26,00	23,00	20,00	17,00
гранаты	-	-	-	-	40,00	35,00	31,00	27,00	23,00
мяча	-	-	-	-	60,00	49,00	43,00	37,00	30,00
Ядро	19,00	16,00	14,50	12,60	10,50	8,30	7,40	6,50	5,50
<b>Многоборья (очки)</b>									
7-борье	6150	5400	4800	4100	3300	2500	2100	1600	1200
5-борье	4500	4000	3600	3100	2550	2000	1700	1350	1000
4-борье	-	-	-	-	300	270	220	170	120
3-борье	-	-	-	2000	1450	1300	1100	800	600

Параметры дистанций барьерного бега, масса снарядов	Возрастные группы, лет			
	до 13	14-15	16-17	18 и старше
<b>Мужчины</b>				
Бег на 50, 60, 110 м с/б				
высота	840	914	991	1067
барьера (мм)				
расстояние между барьерами (м)	8,50	8,80	9,14	9,14
Масса снарядов (кг)				
ядро, молот	4,0	5,0	6,0	7,26
диск	1,0	1,5	1,5	2,0
копье	0,6	0,6	0,8	0,8
граната	0,3	0,5	0,5	0,7
мяч	0,15	0,15	-	-
<b>Женщины</b>				
Бег на 50, 60, 100 м с/б				
высота	650	762	762	840
барьера (мм)				
расстояние между барьерами (м)	8,00	8,25	8,50	8,50
Масса снарядов (кг)				
ядро, молот	3,0	3,0	3,0	4,0
диск	0,75	1,0	1,0	1,0
копье	0,4	0,6	0,6	0,6
граната	0,3	0,3	0,3	0,5
мяч	0,15	0,15	-	-

#### 8. Составы многоборий:

##### Мужчины

Девятиборье: 100 м, длина, ядро, высота, 400 м, 110 м с/б, диск, шест, копье, 1500 м.

Десятиборье: 100 м, длина, ядро, высота, 110 м с/б, диск, шест, копье, 1500 м.

Семиборье: 60 м, длина, ядро, высота, 60 м с/б, шест, 1000 м.

Шестиборье: 100 м, длина, ядро, 110 м с/б, диск, шест.

Пятиборье: длина, копье, 200 м, диск, 1500 м.

Четырехборье: 60 м, высота (или длина), мяч, 800 м.

Троеборье: бег, прыжок, метание по выбору из видов, входящих в другие многоборья.

##### Женщины

Семиборье: 100 м с/б, высота, ядро, 200 м, длина, копье, 800 м.

Пятиборье: 60 м с/б, высота, ядро, длина, 800 м.

Четырехборье: 60 м, высота (или длина), мяч, 500 м.

Троеборье: бег, прыжок, метание по выбору из видов, входящих в другие многоборья.

9. Оценка результатов в многоборьях проводится по таблице ИААФ 1985 г., четырехборье оценивается по специальной таблице.

10. В соревнованиях по кроссу в ДСО и ведомствах, краях, республиках, областях для каждой возрастной группы в течение года классифицируется не более 2 дистанций.

11. Для присвоения званий МСМК и МС вместе с документами на присвоение в ВФЛА должны быть представлены справка с подписью главного судьи и полная копия протокола по данному виду. Данное условие относится к соревнованиям, проводимым в ДСО, ведомствах, территориальных организациях России.