

Приложение № 33
к приказу Минспорта России
от « 20 » декабря 2013 г. №1099

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 присваивается с 16 лет

Статус спортивных соревнований	Пол	Спортивная дисциплина ¹	Требование: занять место
1	2	3	4
Чемпионат мира	Мужчины, женщины	Горный бег	1
		Кросс (за исключением «командные соревнования»)	1-8
		Командные соревнования (за исключением «горный бег»)	1-2
Кубок мира (финал)	Мужчины, женщины	Кросс, горный бег, бег на шоссе 10-21,0975 км - командные соревнования, бег на шоссе 42,195 км - командные соревнования, бег на шоссе 100 км - командные соревнования, бег на шоссе (суточный) - командные соревнования, горный бег - командные соревнования, кросс - командные соревнования, ходьба - командные соревнования	1
Чемпионат Европы	Мужчины, женщины	Горный бег	1
		Кросс (за исключением «командные соревнования»)	1-6
		Командные соревнования (за исключением «горный бег»)	1

Кубок Европы (финал)	Мужчины, женщины	Бег на шоссе 10-21,0975 км - командные соревнования, бег на шоссе 42,195 км - командные соревнования, бег на шоссе 100 км - командные соревнования, бег на шоссе (суточный) - командные соревнования, кросс - командные соревнования, ходьба - командные соревнования, 10-борье - командные соревнования, 7-борье - командные соревнования	1
Другие международные спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Мужчины, женщины	Кросс, командные соревнования (за исключением «горный бег»)	1
Иные условия	<p>1. Для присвоения МСМК необходимо быть в числе зачетных участников соответствующего вида программы.</p> <p>2. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.</p>		

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 присваивается с 15 лет, КМС - с 14 лет

Статус спортивных соревнований, место в командном зачете	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	Все спортивные дисциплины	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-6*			
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1-2*			
		*Условие: при использовании снарядов с параметрами для указанных возрастов				
Первенство Европы	Все спортивные дисциплины	Юниоры, юниорки (до 23 лет)	1-6			
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-3*			
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1*			
		*Условие: при использовании снарядов с параметрами для указанных возрастов				
Другие международные спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Горный бег	Мужчины, женщины	1			
	Кросс, горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-3		
Чемпионат России	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины	1-5	6-20	30	30
			1-3	4-12	20	20
Кубок России (финал)	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины	1-2	3-12	20	20
Первенство России	Кросс, горный бег	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	15
	Толкание ядра, метание диска, метание молота, барьерный бег 110 м, 10-борье, 7-борье	Юниоры (до 20 лет)	1*			
		*Условие: при использовании снарядов с параметрами для указанных возрастов				

Другие всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины	1	2-10	15	15
Чемпионат федерального округа, г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, занявшего в предыдущем году на чемпионате России в командном зачете:						
1-3 место	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины	1	2-6	15	15
4-10 место	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины		1-6	15	15
Первенство федерального округа, зональные отборочные соревнования, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Кросс, горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-4	15	15
Чемпионат субъекта Российской Федерации (кроме г. Москвы, г. Санкт-Петербурга)	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины		1-3		10
Кубок субъекта Российской Федерации, г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Кросс, горный бег	Мужчины, женщины		1-2		10

Первенство субъекта Российской Федерации, (кроме г. Москвы, г. Санкт-Петербурга)	Кросс, горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-2		10
Иные условия	<p>1. В спортивных дисциплинах содержащих в своих названиях «кросс» и «горный бег»:</p> <p>1.1. МС присваивается при участии в виде программы не менее пяти участников, имеющих не ниже МС.</p> <p>1.2. КМС присваивается при участии в виде программы не менее пяти участников, имеющих не ниже КМС.</p> <p>2. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.</p>					

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

3. Требования и условия их выполнения для присвоения I-III спортивных разрядов.

Статус спортивных соревнований	Спортивная дисциплина ³	Пол, возраст	Требование: занять место		
			Спортивные разряды		
			I	II	III
1	2	3	4	5	6
Первенство России	Горный бег	Юноши, девушки (до 18 лет)	5-10		
Чемпионат федерального округа, зональные отборочные соревнования, чемпионат г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Горный бег	Мужчины, женщины	7-12	13-20	
Первенство федерального округа, зональные отборочные соревнования, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	5-8	9-15	
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1-5	6-12	
Чемпионат субъекта Российской Федерации (кроме г. Москвы и г. Санкт-Петербурга)	Горный бег	Мужчины, женщины	4-8*	9-12*	
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Кубок субъекта Российской Федерации	Горный бег	Мужчины, женщины	3-6*	7-10*	
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Первенство субъекта Российской Федерации (кроме г. Москвы и г. Санкт-Петербурга)	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-5*		
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1-4*		
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Другие официальные спортивные соревнования субъекта Российской Федерации	Горный бег	Мужчины, женщины	1-3*		
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)	1-2*		
		Юноши, девушки (до 18 лет)	1*		
		*Условия: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Чемпионат муниципального образования	Горный бег	Мужчины, женщины		1-8*	
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Первенство муниципального образования	Горный бег	Юниоры, юниорки (до 19 лет)		1-6*	
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-4*	
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1-2*	
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			

Другие официальные спортивные соревнования муниципального образования	Горный бег	Мужчины, женщины		1-6*	
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-4*	
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-3*	
		Юноши, девушки (до 16 лет)		1-2*	
		*Условие: при участии 15 и более участников в каждом виде программы			
Соревнования спортивных организаций, имеющих право присваивать не выше I спортивного разряда	Горный бег	Мужчины, женщины		1-2*	3-5*
		Юниоры, юниорки (до 20 лет)		1-2*	3-5*
		Юноши, девушки (до 18 лет)		1-2*	3-5*
		*Условие: при участии 10 и более участников в каждом виде программы			
Иные условия	Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований соревнований.				

³Включая спортивные дисциплины в наименованиях которых содержатся указанные слова.

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

МСМК присваивается с 16 лет; МС - с 15 лет;
КМС - с 14 лет; I-III спортивные разряды - с 10 лет

№ п/п	Спортивная дисциплина ⁴	Хронометраж, пол, возраст, параметры снарягов, содержание спортивной дисциплины	Единицы измерения	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	
МУЖЧИНЫ													
1	Бег 50 м		с				6.1	6.3	6.6	7.0	7.4	8.0	
2	Бег 60 м	Ручной хронометраж	с			6.8	7.1	7.4	7.8	8.2	8.7	9.3	
		Автохронометраж	с	6.70	6.84	7.04	7.34	7.64	8.04	8.44	8.94	9.54	
3	Бег 100 м	Ручной хронометраж	с			10.7	11.2	11.8	12.7	13.4	14.2	15.2	
		Автохронометраж	с	10.34	10.64	10.94	11.44	12.04	12.94	13.64	14.44	15.44	
4	Бег 200 м	Ручной хронометраж	с			22.0	23.0	24.2	25.6	28.0	30.5	34.0	
		Автохронометраж	с	20.75	21.34	22.24	23.24	24.44	25.84	28.24	30.74	34.24	
5	Бег 300 м	Ручной хронометраж	с			34.5	37.0	40.0	43.0	47.0	53.0	59.0	
		Автохронометраж	с			34.74	37.24	40.24	43.24	47.24	53.24	59.24	
6	Бег 400 м	Ручной хронометраж	мин, с			49.5	52.0	56.0	1:00,0	1:05,0	1:10,0	1:15,0	
		Автохронометраж	мин, с	46.00	47.35	49.65	52.15	56.15	1:00,15	1:05,15	1:10,15	1:15,15	
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с			50.5	53.0	57.0	1:01,0	1:06,0	1:11,0	1:16,0	
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	46.80	48.55	50.65	53.15	57.15	1:01,15	1:06,15	1:11,15	1:16,15	
7	Бег 600 м		мин, с			1:22,0	1:27,0	1:33,0	1:40,0	1:46,0	1:54,0	2:05,0	
8	Бег 800 м	Ручной хронометраж	мин, с		01:49,0	1:53,50	1:59,0	2:10,0	2:20,0	2:30,0	2:40,0	2:50,0	
		Автохронометраж	мин, с	1:46,50	1:49,15	1:53,65	1:59,15	2:10,15	2:20,15	2:30,15	2:40,15	2:50,15	
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с		1:50,0	1:55,0	2:01,0	2:11,0	2:21,0	2:31,0	2:41,0	2:51,0	
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	1:48,45	1:50,15	1:55,15	2:01,15	2:11,15	2:21,15	2:31,15	2:41,15	2:51,15	
9	Бег 1000 м	Ручной хронометраж	мин, с		2:18,0	2:21,0	2:28,0	2:36,0	2:48,0	3:00,0	3:15,0	3:35,0	4:00,0
		Автохронометраж	мин, с	2:18,24	2:21,24	2:28,24	2:36,24	2:48,24	3:00,24	3:15,24	3:35,24	4:00,24	
10	Бег 1500 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с		3:38,0	3:46,0	3:54,5	4:07,5	4:25,0	4:45,0	5:10,0	5:30,0	6:10,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	3:38,24	3:46,24	3:54,74	4:07,74	4:25,24	4:45,24	5:10,24	5:30,24	6:10,24	
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с		3:40,0	3:48,0	3:56,5	4:09,5	4:27,0	4:47,0	5:12,0	5:32,0	6:12,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	3:40,24	3:48,24	3:56,74	4:09,74	4:27,24	4:47,24	5:12,24	5:32,24	6:12,24	
11	Бег 1 миля	Ручной хронометраж	мин, с		3:56,0	4:03,5	4:15,0	4:30,0	4:47,0	5:08,0			
		Автохронометраж	мин, с	3:56,24	4:03,74	4:15,24	4:30,24	4:47,24	5:08,24				

12	Бег 3000 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с	7:52,0	8:05,0	8:30,0	9:00,0	9:40,0	10:20,0	11:00,0	12:00,0	13:20,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	7:52,24	8:05,24	8:30,24	9:00,24	9:40,24	10:20,24	11:00,24	12:00,24	13:20,24
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с	7:55,0	8:08,0	8:33,0	9:03,0	9:43,0	10:23,0	11:03,0	12:03,0	13:23,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	7:55,24	8:08,24	8:33,24	9:03,24	9:43,24	10:23,24	11:03,24	12:03,24	13:23,24
13	Бег 5000 м		мин, с	13:27,0	14:00,0	14:40,0	15:30,0	16:35,0	17:45,0	19:00,0	20:30,0	
14	Бег 10000 м		мин, с	28:10,0	29:25,0	30:35,0	32:30,0	34:40,0	38:00,0			
15	Бег на шоссе 15 км		мин, с			47:00,0	49:00,0	51:30,0	56:00,0			
16	Бег на шоссе 21,0975 км		ч, мин, с	1.02:30,0	1.05:30,0	1.08:30,0	1.11:30,0	1.15:00,0	1.21:00,0			
17	Бег на шоссе 42,195 км		ч, мин, с	2.13:00,0	2.20:00,0	2.28:00,0	2.37:00,0	2.50:00,0	Закончить дистанцию			
18	Бег на шоссе 100 км		ч, мин, с	6.40:00,0	6.55:00,0	7.20:00,0	7.50:00,0	Закончить дистанцию				
19	Бег на шоссе (суточный)		км	250	240	220	190					
20	Эстафетный бег 4x100 м	Ручной хронометраж	мин, с			42,0	44,0	46,5	50,0	53,0	56,0	0,0
		Автохронометраж	мин, с	39,00	41,15	42,15	44,15	46,65	50,15	53,15	56,15	0,00
21	Эстафетный бег 4x200 м	Ручной хронометраж	мин, с		1:24,0	1:28,0	1:32,0	1:36,5	1:42,0	1:52,0	2:02,0	2:16,0
		Автохронометраж	мин, с		1:24,15	1:28,15	1:32,15	1:36,65	1:42,15	1:52,15	2:02,15	2:16,15
22	Эстафетный бег 4x400 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с	3:03,5	3:08,0	3:17,0	3:27,0	3:43,0	3:59,0	4:19,0	4:39,0	4:59,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	3:03,15	3:08,15	3:17,15	3:27,15	3:43,15	3:59,15	4:19,15	4:39,15	4:59,15
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с	3:06,0	3:11,0	3:20,0	3:30,0	3:46,0	4:02,0	4:22,0	4:42,0	5:02,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	3:06,15	3:11,15	3:20,15	3:30,15	3:46,15	4:02,15	4:22,15	4:42,15	5:02,15
23	Эстафетный бег 4x800 м		мин, с			7:40,0	8:04,0	8:40,0	9:20,0	10:00,0	10:40,0	11:20,0
24	Барьерный бег 60 м	Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) -1,067 м	с			8,3	8,8	9,4	10,0			
		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) -1,067 м (автохронометраж)	с	7,75	8,10	8,54	9,04	9,64	10,24			
		Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м	с			8,1	8,6	9,2	9,8	10,4		
		Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (автохронометраж)	с			8,34	8,84	9,44	10,04	10,64		
		Высота барьеров: юноши (14-17 лет) - 0,914 м	с			7,9	8,4	9,0	9,6	10,2	10,8	
		Высота барьеров: юноши (14-17 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	с			8,14	8,64	9,24	9,84	10,44	11,04	
		Высота барьеров: юноши (до 14 лет) - 0,84 м	с				8,2	8,8	9,4	10,0	10,6	11,4
		Высота барьеров: юноши (до 14 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с				8,44	9,04	9,64	10,24	10,84	11,64

25	Барьерный бег 110 м	Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) -1,067 м	с			15.0	16.0	17.2	18.5			
		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) -1,067 м (автохронометраж)	с	13.70	14.34	15.24	16.24	17.44	18.74			
		Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м	с			14.6	15.6	16.8	18.1	19.4		
		Высота барьеров: юниоры (до 20 лет) - 0,99 м (автохронометраж)	с			14.84	15.84	17.04	18.34	19.64		
		Высота барьеров: юноши (14-17 лет) - 0,914 м	с			14.2	15.2	16.4	17.7	19.0	20.2	
		Высота барьеров: юноши (14-17 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	с			14.44	15.44	16.64	17.94	19.24	20.44	
26	Барьерный бег 400 м	Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 0,914 м	мин, с			55.5	59.0	1:04,0	1:10,0	1:16,0		
		Высота барьеров: мужчины, юниоры (до 23 лет) - 0,914 м (автохронометраж)	мин, с	49.50	52.15	55.65	59.15	1:04,15	1:10,15	1:16,15		
		Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,840 м	мин, с			54.0	57.5	1:02,5	1:08,5	1:14,5		
		Высота барьеров: юноши (до 18 лет) - 0,840 м (автохронометраж)	мин, с			54.24	57.74	1:02,74	1:08,74	1:14,74		
27	Бег с препятствиями 2000 м	мин, с		5:45,0	6:00,0	6:20,0	6:50,0	7:30,0	8:00,0			
28	Бег с препятствиями 3000 м	мин, с	8:28,0	8:50,0	9:25,0	9:55,0	10:40,0	11:30,0				
29	Кросс 1 км	мин, с				2:38,0	2:50,0	3:02,0	3:17,0	3:37,0	4:02,0	
30	Кросс 2 км	мин, с				5:45,0	6:10,0	6:35,0	7:00,0	7:40,0	8:30,0	
31	Кросс 3 км	мин, с				9:05,0	9:45,0	10:25,0	11:05,0	12:05,0	13:25,0	
32	Кросс 5 км	мин, с				15:40,0	16:45,0	18:00,0	19:10,0	20:40,0		
33	Кросс 8 км	мин, с				25:50,0	27:30,0	29:40,0	31:20,0			
34	Кросс 10 км	мин, с				32:50,0	35:50,0	38:20,0				
35	Кросс 12 км	мин, с				40:00,0	43:00,0	47:00,0				
36	Ходьба 3000 м	мин, с			12:45,0	13:40,0	14:50,0	16:00,0	17:00,0	18:00,0	19:00,0	
37	Ходьба 5000 м	мин, с			21:40,0	22:50,0	24:40,0	27:30,0	29:00,0	31:00,0	33:00,0	
38	Ходьба 10000 м	ч, мин, с		41:00,0	45:00,0	48:00,0	52:00,0	58:00,0	1.04:00,0			
39	Ходьба 20 км	ч, мин, с	1.21:30,0	1.29:00,0	1.35:00,0	1.41:00,0	1.50:00,0	2.03:00,0				
40	Ходьба 35 км	ч, мин, с	2.33:00,0	2.41:00,0	2.51:00,0	3.05:00,0	Закончить дистанцию					
41	Ходьба 50 км	ч, мин, с	3.50:00,0*	4.20:00,0	4.45:00,0	5.15:00,0	Закончить дистанцию					
42	Прыжок в высоту	м	2,28*	2.15	2.02	1.90	1.75	1.60	1.50	1.40	1.30	
43	Прыжок с шестом	м	5.70	5.30	4.80	4.20	3.70	3.20	2.80	2.40	2.10	
44	Прыжок в длину	м	8.00	7.60	7.10	6.75	6.25	5.60	5.00	4.50	4.00	
45	Прыжок тройной	м	16.90	16.00	15.10	14.20	13.20	12.20	11.40	10.70	10.00	

46	Метание диска	Мужчины, юниоры (до 23 лет) - 2 кг	м	63.00	54.50	49.00	43.00	37.00	30.00			
		Юниоры (до 20 лет) - 1,75 кг	м			50.00	44.00	38.00	32.00	27.00		
		Юноши (14-17 лет) - 1,5 кг	м			51.00	45.00	39.00	33.00	28.00	23.00	
		Юноши (до 14 лет) - 1,0 кг	м				47.00	41.00	37.00	33.00	29.00	26.00
47	Метание молота	Мужчины, юниоры (до 23 лет) - 7,26 кг	м	77.00	67.00	60.00	54.00	48.00	42.00			
		Юниоры (до 20 лет) - 6,0 кг	м			62.00	55.00	49.00	43.00	39.00		
		Юноши (14-17 лет) - 5,0 кг	м			63.00	56.00	50.00	44.00	40.00	35.00	
		Юноши (до 14 лет) - 4,0 кг	м				60.00	54.00	46.00	41.00	36.00	29.00
48	Метание копья	Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) - 800 г	м	80.00	71.00	64.00	58.00	52.00	43.00	40.00		
		Юноши (16-17 лет) - 700 г	м			66.00	59.00	53.00	44.00	41.00	37.00	
		Юноши (до 16 лет) - 600 г	м				60.00	54.00	45.00	42.00	38.00	33.00
49	Метание гранаты	Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет) -700 г, юноши (до 18 лет) - 500 г	м					54.00	45.00	40.00	35.00	30.00
50	Метание мяча	140 г	м					70.00	60.00	50.00	45.00	40.00
51	Толкание ядра	Мужчины - 7,26 кг	м	20.00	17.20	15.60	14.00	12.00	10.00			
		Юниоры (до 20 лет) - 6,0 кг	м			15.90	14.50	12.50	10.50	9.00		
		Юноши (14-17 лет) - 5,0 кг	м			16.00	14.70	12.70	10.70	9.70	8.00	
		Юноши (до 14 лет) - 4,0 кг	м				15.00	13.00	11.00	10.00	9.00	8.00
52	10-борье	Мужчины, юниоры (до 23 лет)	Очки	8100	7000	6200	5500	4600	3800			
		Юниоры (до 20 лет)	Очки			6350	5630	4750	3900	3100	2600	
		Юноши 14-17 лет	Очки			6400	5700	4700	3700	3100	2600	2000
53	8- борье		Очки			5200	4500	3800	3100	2600	2100	1600
54	7-борье	Мужчины, юниоры (до 23 лет), круг 200 м	Очки	5900	5200	4500	4000	3400	2800	2400	1900	1400
		Юниоры (до 20 лет), круг 200 м	Очки			4600	4100	3500	2900	2500	2000	1500
		Юноши (14-17 лет), круг 200 м	Очки			4600	4100	3500	2900	2500	2000	1500
55	6-борье	Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет)	Очки				3600	3000	2400	2000	1600	1100
		Юноши (14-17 лет)	Очки			3900	3400	3000	2500	2100	1800	1500
56	5-борье	Мужчины, круг 200 м	Очки			3700	3300	2800	2300	2000	1700	1300
57	4-борье		Очки			390	380	370	360	350	340	330
58	3-борье	Юноши (до 17 лет)	Очки				1800	1500	1200	1000	800	600
		Юноши (до 15 лет)	Очки				270	260	250	240	230	220

ЖЕНЩИНЫ

59	Бег 50 м		с				6,9	7,3	7,7	8,2	8,6	9,3
60	Бег 60 м	Ручной хронометраж	с			7,6	8,0	8,4	8,9	9,4	9,9	10,5
		Автохронометраж	с	7,30	7,50	7,84	8,24	8,64	9,14	9,64	10,14	10,74
61	Бег 100 м	Ручной хронометраж	с			12,3	13,0	13,8	14,8	15,8	17,0	18,0
		Автохронометраж	с	11,34	11,84	12,54	13,24	14,04	15,04	16,04	17,24	18,24
62	Бег 200 м	Ручной хронометраж	с			25,3	26,8	28,5	31,0	33,0	35,0	37,0
		Автохронометраж	с	22,94	24,14	25,54	27,04	28,74	31,24	33,24	35,24	37,24
63	Бег 300 м	Ручной хронометраж	мин, с			40,0	42,0	45,0	49,0	53,0	57,0	

03	001 500 м	Автохронометраж	мин, с			40.24	42.24	45.24	49.24	53.24	57.24	
----	-----------	-----------------	--------	--	--	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--

64	Бег 400 м	Ручной хронометраж	мин, с			57.0	1:01,0	1:05,0	1:10,0	1:16,0	1:22,0	1:28,0
		Автохронометраж	мин, с	51.20	54.05	57.15	1:01,15	1:05,15	1:10,15	1:16,15	1:22,15	1:28,15
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с			58.0	1:02,0	1:06,0	1:11,0	1:17,0	1:23,0	1:29,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	52.50	55.15	58.15	1:02,15	1:06,15	1:11,15	1:17,15	1:23,15	1:29,15
65	Бег 600 м		мин, с			1:36,0	1:42,0	1:49,0	1:57,0	2:04,0	2:13,0	2:25,0
66	Бег 800 м	Ручной хронометраж	мин, с		2:05,0	2:14,0	2:24,0	2:34,0	2:45,0	3:00,0	3:15,0	3:30,0
		Автохронометраж	мин, с	2:00,10*	2:05,15	2:14,15	2:24,15	2:34,15	2:45,15	3:00,15	3:15,15	3:30,15
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с		2:07,0	2:16,0	2:26,0	2:36,0	2:47,0	3:02,0	3:17,0	3:32,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	2:02,15	2:07,15	2:16,15	2:26,15	2:36,15	2:47,15	3:02,15	3:17,15	3:32,15
67	Бег 1000 м	Ручной хронометраж	мин, с	2:36,5	2:44,0	2:54,0	3:05,0	3:20,0	3:40,0	4:00,0	4:20,0	4:45,0
		Автохронометраж	мин, с	2:36,74	2:44,24	2:54,24	3:05,24	3:20,24	3:40,24	4:00,24	4:24,24	4:45,24
68	Бег 1500 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с	4:05,5	4:17,0	4:35,0	4:55,0	5:15,0	5:40,0	6:05,0	6:25,0	7:10,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	4:05,74	4:17,24	4:35,24	4:55,24	5:15,24	5:40,24	6:05,24	6:25,24	7:10,24
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с	4:08,0	4:19,0	4:37,0	4:57,0	5:17,0	5:42,0	6:07,0	6:27,0	7:12,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	4:08,24	4:19,24	4:37,24	4:57,24	5:17,24	5:42,24	6:07,24	6:27,24	7:12,24
69	Бег 1 милия	Ручной хронометраж	мин, с	4:24,0	4:36,0	4:55,0	5:15,0	5:37,0	6:03,0			
		Автохронометраж	мин, с	4:24,24	4:36,24	4:55,24	5:15,24	5:37,24	6:03,24			
70	Бег 3000 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с	8:52,0	9:15,0	9:54,0	10:40,0	11:30,0	12:30,0	13:30,0	14:30,0	16:00,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	8:52,24	9:15,24	9:54,24	10:40,24	11:30,24	12:30,24	13:30,24	14:30,24	16:00,24
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с	8:55,0	9:18,0	9:57,0	10:43,0	11:33,0	12:33,0	13:33,0	14:33,0	16:03,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	8:55,24	9:18,24	9:57,24	10:42,24	11:30,24	12:33,24	13:33,24	14:33,24	16:03,24
71	Бег 5000 м		мин, с	15:20,0	16:10,0	17:00,0	18:10,0	19:40,0	21:20,0	23:00,0	24:30,0	
72	Бег 10000 м		мин, с	32:00,0	34:00,0	35:50,0	38:20,0	41:30,0	45:00,0			
73	Бег на шоссе 15 км		ч, мин, с			55:00,0	58:00,0	1:03:00,0	1:09:00,0			
74	Бег на шоссе 21,0975км		ч, мин, с	1:13:00,0	1:17:00,0	1:21:00,0	1:26:00,0	1:33:00,0	1:42:00,0			
75	Бег на шоссе 42,195км		ч, мин, с	2:32:00,0*	2:45:00,0	3:00:00,0	3:15:00,0	3:30:00,0	Закончить дистанцию			
76	Бег на шоссе 100 км		ч, мин, с	7:55:00,0	8:20:00,0	9:05:00,0	9:40:00,0	Закончить дистанцию				
77	Бег на шоссе (суточный)		км	210	200	160	140					
78	Эстафетный бег 4x100 м	Ручной хронометраж	мин, с			48.2	51.0	54.4	58.4	1:02,4	1:07,2	1:11,2
		Автохронометраж	мин, с	43.25	45.24	48.35	51.15	54.55	58.55	1:02,55	1:07,35	1:11,35
79	Эстафетный бег 4x200 м	Ручной хронометраж	мин, с		1:36,0	1:42,0	1:48,0	1:55,0	2:05,0	2:13,0	2:21,0	2:29,0
		Автохронометраж	мин, с		1:36,15	1:42,15	1:48,15	1:55,15	2:05,15	2:13,15	2:21,15	2:29,15
80	Эстафетный бег 4x400 м	Круг 400 м, (ручной хронометраж)	мин, с	3:26,0*	3:33,0	3:47,0	4:03,0	4:19,0	4:39,0	5:03,0	5:27,0	5:51,0
		Круг 400 м, (автохронометраж)	мин, с	3:26,15*	3:33,15	3:47,15	4:03,17	4:19,15	4:39,15	5:03,15	5:27,15	5:51,15
		Круг 200 м, (ручной хронометраж)	мин, с	3:29,0	3:36,0	3:50,0	4:06,0	4:22,0	4:42,0	5:06,0	5:30,0	5:54,0
		Круг 200 м, (автохронометраж)	мин, с	3:29,15	3:36,15	3:50,15	4:06,15	4:22,15	4:42,15	5:06,15	5:30,15	5:54,15

81	Эстафетный бег 4x800 м		мин, с			8:56,0	9:36,0	10:16,0	11:00,0	12:00,0	13:00,0	14:00,0
82	Барьерный бег 60 м	Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м	с			8.8	9.4	10.2	11.0			
		Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с	8.15	8.54	9.04	9.64	10.44	11.24			
		Высота барьеров: девушки (14-17 лет) - 0,762 м	с			8.4	9.0	9.8	10.6	11.4	12.2	
		Высота барьеров: девушки (14-17 лет) - 0,762 м (автохронометраж)	с			8.64	9.24	10.04	10.84	11.64	12.44	
		Высота барьеров: девушки (до 14 лет) - 0,65 м	с				8.8	9.6	10.4	11.2	12.0	12.8
		Высота барьеров: девушки (до 14 лет) - 0,65 м (автохронометраж)	с				9.04	9.84	10.64	11.44	12.44	13.04
83	Барьерный бег 100 м	Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м	с			15.0	16.0	17.2	18.5	20.0		
		Высота барьеров: женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 0,84 м (автохронометраж)	с	13.00	13.94	15.24	16.24	17.44	18.74	20.24		
		Высота барьеров: девушки (14-17 лет) - 0,762 м	с			14.8	15.8	17.0	18.3	19.8	21.3	22.8
		Высота барьеров: девушки (14-17 лет) - 0,762 м (автохронометраж)	с			15.04	16.04	17.24	18.54	20.04	21.54	23.04
		Высота барьеров: девушки (до 14 лет) - 0,65 м	с					16.8	18.1	19.6	21.2	22.6
84	Барьерный бег 400 м	Высота барьеров: 0,762 м	мин, с			1:04,0	1:09,0	1:14,0	1:20,0	1:27,0		
		Высота барьеров: 0,762 м (автохронометраж)	мин, с	55,20*	58.50	1:04,15	1:09,15	1:14,15	1:20,15	1:27,15		
85	Бег с препятствиями 2000 м		мин, с		6:30,0	6:50,0	7:10,0	7:30,0	8:00,0	8:30,0		
86	Бег с препятствиями 3000 м		мин, с	9:50,0*	10:30,0	11:00,0	11:40,0	12:30,0	13:30,0			
87	Кросс 1 км		мин, с				3:07,0	3:22,0	3:42,0	4:02,0	4:22,0	4:42,0
88	Кросс 2 км		мин, с				6:54,0	7:32,0	8:08,0	8:48,0	9:28,0	10:10,0
89	Кросс 3 км		мин, с				10:45,0	11:35,0	12:35,0	13:35,0	14:35,0	16:05,0
90	Кросс 4 км		мин, с				14:28,0	15:44,0	17:00,0	18:16,0	19:40,0	
91	Кросс 5 км		мин, с				18:20,0	19:50,0	21:30,0	23:10,0	24:40,0	
92	Кросс 6 км		мин, с				22:30,0	24:00,0	26:00,0			
93	Ходьба 3000 м		мин, с			14:20,0	15:20,0	16:30,0	17:50,0	19:00,0	20:30,0	22:00,0
94	Ходьба 5000 м		мин, с		23:00,0	24:30,0	26:00,0	28:00,0	30:30,0	33:00,0	35:30,0	38:00,0
95	Ходьба 10000 м		ч, мин, с	46:30,0	48:30,0	51:30,0	55:00,0	59:00,0	1.03:00,0	1.08:00,0		
96	Ходьба 20 км		ч, мин, с	1.33:00,0*	1.42:00,0	1.47:00,0	1.55:00,0	2.05:00,0	Закончить дистанцию			
97	Прыжок в высоту		м	1,94*	1.84	1.75	1.65	1.50	1.40	1.30	1.20	1.10
98	Прыжок с шестом		м	4,50*	4.00	3.50	3.00	2.80	2.40	2.20	2.00	1.80
99	Прыжок в длину		м	6,70*	6.30	6.00	5.60	5.20	4.70	4.30	4.00	3.60

100	Прыжок тройной		м	14.30	13.60	12.90	12.10	11.30	10.50	10.00	9.50	9.00
101	Метание диска	Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 1 кг	м	62.00	53.00	46.00	39.00	32.00	28.00	25.00	19.00	16.00
		Девушки (до 14 лет) - 0,75 кг	м				40.00	33.00	29.00	26.00	20.00	17.00
102	Метание молота	Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 4,0 кг	м	68,00*	56.00	48.00	42.00	38.00	32.00	27.00	23.00	
		Девушки (до 18 лет) - 3,0 кг	м			52.00	46.00	39.00	33.00	28.00	24.00	20.00
103	Метание копья	Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 600 г	м	61.00	52.00	46.00	39.00	32.00	25.00	22.00	19.00	16.00
		Девушки (до 18 лет) - 500г	м			49.00	42.00	35.00	28.00	21.00	19.00	16.00
		Девушки (до 14 лет) - 400г	м				40.00	33.00	26.00	23.00	20.00	17.00
104	Метание гранаты	500 г	м					40.00	35.00	30.00	26.00	22.00
105	Метание мяча	140 г	м					58.00	48.00	39.00	32.00	25.00
106	Толкание ядра	Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет) - 4,0 кг	м	18,60*	15.80	14.00	12.00	10.00	8.50	7.50	6.50	
		Девушки (до 18 лет) - 3,0 кг	м			14.80	12.80	10.80	9.00	8.00	7.00	6.00
107	7-борье	Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет)	Очки	6150*	5250	4600	4000	3200	2400	2000	1600	
		Девушки (14-17 лет)	Очки			4700	4100	3300	2500	2100	1700	1300
108	5-борье	Круг 200 м	Очки	4500	3850	3400	3000	2400	2000	1600	1300	1000
109	4-борье		Очки			350	340	330	320	310	300	290
110	3-борье	Девушки (до 17 лет)	Очки				1800	1500	1200	1000	800	600
		Девушки (до 15 лет)	Очки				240	230	220	210	200	190
Иные условия			<p>1. МСМК присваивается:</p> <p>1.1. За выполнение нормы на спортивных соревнованиях не ниже статуса международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП.</p> <p>1.2. Для норм отмеченных знаком «*» за выполнение нормы на спортивных соревнованиях не ниже статуса международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП, чемпионата России, Кубка России.</p> <p>2. МС присваивается за результаты показанные на официальных спортивных соревнованиях не ниже статуса чемпионата федерального округа, зональных отборочных соревнований, чемпионатов г. Москвы, г. Санкт-Петербурга.</p> <p>3. КМС присваивается за результаты показанные на спортивных соревнованиях не ниже статуса чемпионата муниципального образования.</p> <p>4. I юношеский спортивный разряд - до 18 лет, II юношеский спортивный разряд - до 16 лет, III юношеский спортивный разряд присваивается до 14 лет.</p> <p>5. МСМК и МС присваиваются при участии в судействе спортивных соревнований в составе главной судейской коллегии не менее 3-х спортивных судей всероссийской категории.</p> <p>6. Нормы, выполняемые на соревнованиях на открытом воздухе, помечены словами «круг 400 м», а в помещении - «круг 200 м».</p> <p>7. Нормы МСМК и МС засчитываются 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.</p>									

8. Первенство России проводится в возрастных категориях: юниоры, юниорки (до 23 лет), юниоры, юниорки (до 20 лет), юноши, девушки (до 18 лет).			
9. 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 - 4 м/с.			
10. В спортивных дисциплинах легкой атлетики, в которых отсутствуют нормы для соревнований в помещении, при проведении соревнований в помещении используются нормы для соревнований на открытом воздухе.			
11. Составы многоборий:			
Многоборье	Возраст	Дисциплины 1-го дня соревнований	Дисциплины 2-го дня соревнований
Многоборья (при проведении на стадионе)			
Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет)			
10-борье	с 18 лет	Бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту, бег 400 м	Барьерный бег 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	Барьерный бег 110 м, метание диска, прыжок с шестом, метание копья, бег 1000 м
6-борье	14-18 лет	Бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра	Барьерный бег 110 м, метание диска, прыжок с шестом
4-борье	12-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, прыжок в высоту	Метание мяча, бег 800 м, бег 1000 м
3-борье	12-17 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет)			
7-борье	с 14 лет	Барьерный бег 110 м, прыжок в высоту, толкание ядра, бег 200 м	Прыжок в длину, метание копья, бег 800 м
4-борье	12-15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, прыжок в высоту	Метание мяча, бег 800 м, бег 1000 м
3-борье	12-17 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
Многоборья (при проведении в помещении)			
Мужчины, юниоры (до 23 лет), юниоры (до 20 лет), юноши (до 18 лет)			
7-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту	Барьерный бег 60 м с/б, прыжок с шестом, бег 1000 м
6-борье	14-18 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	Барьерный бег 60 м с/б, прыжок в высоту, бег 1000 м
5-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Барьерный бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту, бег 1000 м	
3-борье	до 17 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
3-борье	до 15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, прыжок в высоту, бег 600 м	

Женщины, юниорки (до 23 лет), юниорки (до 20 лет), девушки (до 18 лет)			
5-борье (круг 200 м)	с 14 лет	Барьерный бег 60 м, прыжок в высоту, толкание ядра, прыжок в длину, бег 800 м	
3-борье	до 17 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, толкание ядра	
3-борье	до 15 лет	Бег 60 м, прыжок в длину, прыжок в высоту, бег 500 м	
<p>12. Оценка результатов в многоборьях проводится по таблице международной федерации по легкой атлетике. Оценка результатов в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 15 лет) проводится по пункту 5 «Оценка результатов соревнований в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 15 лет) для присвоения спортивных разрядов» настоящих норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «легкая атлетика».</p> <p>13. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.</p>			

⁴Включая спортивные дисциплины в наименованиях которых содержатся указанные слова.

5. Оценка результатов спортивных соревнований в 4-борье и 3-борье юношей и девушек (до 15 лет) для присвоения спортивных разрядов.

Юноши (до 15 лет)

Очки	Бег				Прыжок в высоту (см)	Прыжок в длину (см)	Метание мяча (м)
	60 м (с)	600 м (мин, с)	800 м (мин, с)	1000 м (мин, с)			
150	6.8	01:21.7	01:55.3	02:28.0	215	700	111.30
149		01:21.8	01:55.5	02:28.2	214	698	110.60
148		01:22.0	01:55.7	02:28.5		696	109.90
147		01:22.1	01:55.9	02:28.7	213	694	109.20
146		01:22.3	01:56.1	02:29.0	212	692	108.50
145		01:22.4	01:56.3	02:29.2		690	107.80
144		01:22.5	01:56.5	02:29.5	211	688	107.10
143		01:22.7	01:56.7	02:29.7	210	686	106.40
142		01:22.8	01:56.9	02:30.0		684	105.70
141		01:23.0	01:57.2	02:30.2	209	682	105.00
140		01:23.1	01:57.4	02:30.5	208	680	104.30
139		01:23.3	01:57.6	02:30.8		678	103.60
138	6.9	01:23.5	01:57.9	02:31.1	207	676	102.90
137		01:23.7	01:58.1	02:31.4	206	674	102.20
136		01:23.9	01:58.3	02:31.7		672	101.50
135		01:24.0	01:58.5	02:32.0	205	670	100.80
134		01:24.2	01:58.8	02:32.3	204	668	100.10
133		01:24.4	01:59.0	02:32.6		666	99.40
132		01:24.6	01:59.3	02:33.0	203	664	98.70
131		01:24.8	01:59.5	02:33.3	202	662	98.00
130		01:25.0	01:59.8	02:33.7		660	97.30
129		01:25.2	02:00.0	02:34.0	201	657	96.60
128	7,0	01:25.4	02:00.3	02:34.4	200	654	95.90
127		01:25.6	02:00.6	02:34.7		651	95.20
126		01:25.8	02:00.9	02:35.1	199	648	94.50
125		01:26.0	02:01.2	02:34.4	198	645	93.80
124		01:26.2	02:01.5	02:35.8		642	93.10
123		01:26.4	02:01.8	02:36.2	197	639	92.40
122		01:26.6	02:02.1	02:36.5	196	636	91.70
121		01:26.8	02:02.4	02:36.9		633	91.00
120		01:27.0	02:02.7	02:37.3	195	630	90.30

119	7.1	01:27.2	02:03.0	02:37.7	194	627	89.60
118		01:27.4	02:03.4	02:38.1		624	88.90
117		01:27.6	02:03.7	02:38.5	193	621	88.20
116		01:27.8	02:04.1	02:38.9	192	618	87.50
115		01:28.0	02:04.4	02:39.3		615	86.80
114		01:28.4	02:04.8	02:39.7	191	612	86.10
113		01:28.6	02:05.1	02:40.1	190	609	85.40
112	7.2	01:28.8	02:05.5	02:40.5		606	84.70
111		01:29.1	02:05.8	02:41.0	189	603	84.00
110		01:29.3	02:06.2	02:41.5	188	600	83.30
109		01:29.5	02:06.5	02:41.9		597	82.60
108		01:29.8	02:06.9	02:42.4	187	594	81.90
107		01:30.0	02:07.2	02:42.8	186	591	81.20
106		01:30.3	02:07.6	02:43.3		588	80.50
105	7.3	01:30.5	02:08.0	02:43.8	185	585	79.80
104		01:30.8	02:08.4	02:44.2	184	582	79.10
103		01:31.1	02:08.8	02:44.7		579	78.40
102		01:31.4	02:09.2	02:45.2	183	576	77.70
101		01:31.7	02:09.6	02:45.7	182	573	77.00
100		01:32.0	02:10.0	02:46.2		570	76.30
99	7.4	01:32.3	02:10.4	02:46.7	181	567	75.60
98		01:32.6	02:10.9	02:47.2	180	564	74.90
97		01:32.9	02:11.3	02:47.8		561	74.20
96		01:33.2	02:11.7	02:48.3	179	558	73.50
95		01:33.5	02:12.1	02:48.9	178	555	72.80
94		01:33.8	02:12.5	02:49.4		552	72.10
93	7.5	01:34.1	02:13.0	02:50.0	177	549	71.40
92		01:34.4	02:13.4	02:50.5	176	546	70.70
91		01:34.7	02:13.8	02:51.1		543	70.00
90		01:35.0	02:14.3	02:51.7	175	540	69.30
89		01:35.3	02:14.7	02:52.3	174	537	68.60
88		01:35.6	02:15.2	02:52.9		534	67.90
87	7.6	01:35.9	02:15.6	02:53.5	173	531	67.20
86		01:36.3	02:16.1	02:54.2	172	528	66.50
85		01:36.6	02:16.6	02:54.8		525	65.80
84		01:36.9	02:17.1	02:55.5	171	522	65.10
83		01:37.3	02:17.6	02:56.2	170	519	64.40
82	7.7	01:37.7	02:18.2	02:56.9		516	63.70
81		01:38.1	02:18.8	02:57.6	169	513	63.00
80		01:38.5	02:19.4	02:58.3	168	510	62.30
79		01:38.9	02:20.0	02:59.0		507	61.60

78	7.8	01:39.4	02:20.7	02:59.7	167	504	60.90
77		01:39.8	02:21.3	03:00.4	166	501	60.20
76		01:40.3	02:21.9	03:01.1		498	59.50
75		01:40.8	02:22.5	03:01.9	165	495	58.80
74	7.9	01:41.3	02:23.2	03:02.7	164	492	58.10
73		01:41.8	02:23.8	03:03.5		489	57.40
72		01:42.3	02:24.4	03:04.4	163	486	56.70
71		01:42.8	02:25.1	03:05.3	162	483	56.00
70	8,0	01:43.3	02:25.8	03:06.2		480	55.30
69		01:43.8	02:26.5	03:07.1	161	477	54.60
68		01:44.3	02:27.3	03:08.0	160	474	53.90
67	8.1	01:44.8	02:28.1	03:09.0		471	53.20
66		01:45.4	02:28.9	03:10.0	159	468	52.50
65		01:46.0	02:29.7	03:11.1	158	465	51.80
64	8.2	01:46.6	02:30.6	03:12.2		462	51.10
63		01:46.2	02:31.5	03:13.4	157	459	50.40
62		01:47.8	02:32.4	03:14.6	156	456	49.70
61	8.3	01:48.4	02:33.3	03:15.8	155	453	49.00
60		01:49.0	02:34.2	03:17.0	154	450	48.30
59		01:49.6	02:35.1	03:18.2	153	447	47.60
58	8.4	01:50.2	02:36.0	03:19.4	152	444	46.90
57		01:50.8	02:36.9	03:20.6	151	441	46.20
56		01:51.5	02:37.8	03:21.8	150	438	45.50
55	8.5	01:52.2	02:38.7	03:23.0	149	435	44.80
54		01:52.9	02:39.7	03:24.3	148	432	44.10
53	8.6	01:53.6	02:40.8	03:25.7	147	429	43.40
52		01:54.4	02:41.9	03:27.0	146	426	42.70
51	8.7	01:55.2	02:43.0	03:28.8	145	423	42.00
50		01:56.1	02:44.1	03:30.5	144	420	41.30
49	8.8	01:57.0	02:45.2	03:32.2	143	417	40.60
48		01:57.9	02:46.4	03:33.9	142	414	39.90
47	8.9	01:58.8	02:47.6	03:35.6	141	411	39.20
46		01:59.7	02:48.8	03:37.3	140	408	38.50
45	9,0	02:00.6	02:51.0	03:39.0	139	405	37.80
44		02:01.5	02:52.2	03:40.7	138	402	37.10
43	9.1	02:02.4	02:53.4	03:42.4	137	399	36.40
42		02:03.3	02:54.6	03:44.1	136	396	35.70
41	9.2	02:04.2	02:55.8	03:45.8	135	393	35.00
40		02:05.1	02:57.0	03:47.5	134	390	34.30
39	9.3	02:06.0	02:58.2	03:49.2	133	387	33.60
38		02:06.9	02:59.4	03:50.9	132	384	32.90

37	9.4	02:07.8	03:00.7	03:52.6	131	381	32.20
36		02:08.7	03:02.0	03:54.3	130	378	31.50
35	9.5	02:09.6	03:03.3	03:56.0	129	375	30.80
34		02:10.5	03:04.6	03:57.7	128	372	30.10
33	9.6	02:11.4	03:05.9	03:59.4	127	369	29.40
32	9.7	02:12.3	03:07.2	04:01.1	126	366	28.70
31		02:13.2	03:08.5	04:02.8	125	363	28.00
30	9.8	02:14.1	03:09.8	04:04.5	124	360	27.30
29	9.9	02:15.1	03:11.2	04:06.3	123	357	26.60
28		02:16.2	03:12.6	04:08.1	122	354	25.90
27	10,0	02:17.3	03:14.0	04:10.0	121	351	25.20
26	10.1	02:18.4	03:15.5	04:11.9	120	348	24.50
25		02:19.6	03:17.0	04:13.8	119	345	23.80
24	10.2	02:20.8	03:18.5	04:15.7	118	342	23.10
23	10.3	02:22.0	03:20.1	04:17.6	117	339	22.40
22		02:23.3	03:21.7	04:19.6	116	336	21.70
21	10.4	02:24.6	03:23.3	04:21.7	115	333	21.00
20	10.5	02:25.9	03:25.0	04:23.8	114	330	20.30
19		02:27.2	03:26.8	04:26.0	113	327	19.60
18	10.6	02:28.5	03:28.7	04:28.2	112	324	18.90
17	10.7	02:29.8	03:30.7	04:30.4	111	321	18.20
16		02:31.1	03:32.7	04:32.6	110	318	17.50
15	10.8	02:32.4	03:34.8	04:34.8	109	315	16.80
14	10.9	02:33.7	03:36.9	04:37.0	108	312	16.10
13		02:35.0	03:39.0	04:39.2	107	309	15.40
12	11,0	02:36.3	03:41.1	04:41.5	106	306	14.70
11	11.1	02:27.6	03:43.2	04:43.8	105	303	14.00
10		02:38.9	03:45.3	04:46.1	104	300	13.30
9	11.2	02:40.2	03:47.4	04:48.4	103	297	12.60
8	11.3	02:41.6	03:49.6	04:50.8	102	294	11.90
7	11.4	02:43.0	03:51.9	04:53.4	101	291	11.20
6	11.5	02:44.5	03:54.3	04:56.2	100	288	10.50
5	11.6	02:46.1	03:56.8	04:59.2	99	285	9.80
4	11.7	02:47.8	03:59.4	05:02.4	98	282	9.10
3	11.8	02:49.5	04:02.1	05:06.0	97	279	8.40
2	11.9	02:51.3	04:04.8	05:10.0	96	276	7.70
1	12,0	02:53.1	04:07.6	05:14.5	95	273	7.00

Девушки (до 15 лет)

Очки	Бег			Прыжок в высоту (см)	Прыжок в длину (см)	Метание мяча (м)
	60 м (с)	500 м (мин, с)	600 м (мин, с)			
150	7.2	01:10.8	01:28.5	183	643	81.00
149		01:10.9	01:28.6	182	641	80.50
148		01:11.0	01:28.8		640	80.00
147		01:11.2	01:28.9	181	638	79.50
146		01:11.3	01:29.1	180	637	79.00
145		01:11.4	01:29.2		635	78.50
144		01:11.6	01:29.4	179	634	78.00
143		01:11.7	01:29.5	178	632	77.50
142		01:11.8	01:29.7		631	77.00
141		01:12.0	01:29.8	177	629	76.50
140		01:12.1	01:30.0	176	628	76.00
139		01:12.2	01:30.2		626	75.50
138	7.3	01:12.4	01:30.3	175	624	75.00
137		01:12.5	01:30.5	174	623	74.50
136		01:12.6	01:30.7		621	74.00
135		01:12.8	01:30.8	173	620	73.50
134		01:12.9	01:31.0	172	618	73.00
133		01:13.0	01:31.2		617	72.50
132		01:13.2	01:31.3	171	615	72.00
131		01:13.3	01:31.5	170	614	71.50
130		01:13.4	01:31.7		612	71.00
129		01:13.6	01:31.9	169	611	70.50
128	7.4	01:13.7	01:32.0	168	609	70.00
127		01:13.8	01:32.2		608	69.50
126		01:14.0	01:32.4	167	606	69.00
125		01:14.1	01:32.6	166	605	68.50
124		01:14.3	01:32.8		603	68.00
123		01:14.4	01:33.0	165	602	67.50
122		01:14.6	01:33.2	164	600	67.00
121		01:14.7	01:33.4		598	66.50
120		01:14.9	01:33.6	163	597	66.00
119	7.5	01:15.0	01:33.8	162	595	65.50
118		01:15.2	01:34.1		593	65.00

117		01:15.4	01:34.3	161	592	64.50
116		01:15.6	01:34.6	160	590	64.00
115		01:15.8	01:34.8		588	63.50
114		01:16.0	01:35.1	159	587	63.00
113		01:16.2	01:35.4	158	585	62.50
112	7.6	01:16.4	01:35.7		583	62.00
111		01:16.6	01:35.9	157	582	61.50
110		01:16.8	01:36.2	156	580	61.00
109		01:17.0	01:36.5		579	60.50
108		01:17.2	01:36.7	155	577	60.00
107		01:17.4	01:37.0	154	575	59.50
106		01:17.6	01:37.2		574	59.00
105	7.7	01:17.8	01:37.5	153	572	58.50
104		01:18.0	01:37.8	152	571	58.00
103		01:18.3	01:38.0		569	57.50
102		01:18.5	01:38.3	151	567	57.00
101		01:18.7	01:38.6	150	565	56.50
100		01:18.9	01:38.9		563	56.00
99	7.8	01:19.2	01:39.2	149	561	55.50
98		01:19.4	01:39.5	148	559	55.00
97		01:19.7	01:39.8		557	54.50
96		01:19.9	01:40.1	147	555	54.00
95		01:20.1	01:40.4	146	553	53.50
94		01:20.4	01:40.7		551	53.00
93	7.9	01:20.6	01:41.0	145	549	52.50
92		01:20.8	01:41.3	144	547	52.00
91		01:21.1	01:41.6		545	51.50
90		01:21.3	01:41.9	143	543	51.00
89		01:21.5	01:42.2	142	541	50.50
88		01:21.8	01:42.5		539	50.00
87	8,0	01:22.0	01:42.8	141	537	49.50
86		01:22.3	01:43.2	140	535	49.00
85		01:22.5	01:43.5		533	48.50
84		01:22.8	01:43.9	139	531	48.00
83		01:23.1	01:44.3	138	529	47.50
82	8.1	01:23.4	01:44.7		527	47.00
81		01:23.8	01:45.1	137	525	46.50
80		01:24.1	01:45.5	136	523	46.00
79		01:24.5	01:46.0		521	45.50
78	8.2	01:24.8	01:46.4	135	519	45.00
77		01:25.2	01:46.9	134	517	44.50

76		01:25.5	01:47.3		515	44.00
75		01:25.8	01:47.7	133	512	43.50
74	8.3	01:26.2	01:48.2	132	510	43.00
73		01:26.5	01:48.8		508	42.50
72		01:26.9	01:49.4	131	505	42.00
71		01:27.2	01:50.0	130	503	41.50
70	8.4	01:27.6	01:50.6		500	41.00
69		01:28.0	01:51.2	129	498	40.50
68		01:28.4	01:51.8	128	495	40.00
67	8.5	01:28.9	01:52.4		493	39.50
66		01:29.4	01:53.0	127	490	39.00
65		01:29.9	01:53.6	126	487	38.50
64	8.6	01:30.4	01:54.2		484	38.00
63		01:30.8	01:54.8	125	481	37.50
62		01:31.3	01:55.4	124	478	37.00
61	8.7	01:31.8	01:56.0		475	36.50
60		01:32.3	01:56.7	123	472	36.00
59		01:32.8	01:57.4	122	469	35.50
58	8.8	01:33.4	01:58.1		466	35.00
57		01:34.0	01:58.8	121	463	34.50
56	8.9	01:34.6	01:59.5	120	460	34.00
55		01:35.3	02:00.2		456	33.50
54	9,0	01:36.0	02:01.0	119	453	33.00
53		01:36.7	02:01.8	118	450	32.50
52	9.1	01:37.4	02:02.6		446	32.00
51		01:38.1	02:03.4	117	443	31.50
50	9.2	01:38.8	02:04.2	116	439	31.00
49		01:39.5	02:05.0		436	30.50
48	9.3	01:40.2	02:05.9	115	432	30.00
47		01:40.9	02:06.8	114	429	29.50
46	9.4	01:41.6	02:07.7		425	29.00
45		01:42.3	02:08.6	113	422	28.50
44	9.5	01:43.0	02:09.5	112	418	28.00
43		01:43.7	02:10.4		414	27.50
42	9.6	01:44.4	02:11.3	111	411	27.00
41		01:45.1	02:12.2	110	407	26.50
40	9.7	01:45.8	02:13.1		403	26.00
39		01:46.5	02:14.0	109	400	25.50
38	9.8	01:47.3	02:15.0	108	396	25.00
37		01:48.1	02:16.0		393	24.50
36	9.9	01:48.9	02:17.0	107	389	24.00

35	10,0	01:49.8	02:18.1	106	385	23.50
34		01:50.7	02:19.2		381	23.00
33	10.1	01:51.6	02:20.3	105	378	22.50
32	10.2	01:52.5	02:21.4	104	374	22.00
31		01:53.4	02:22.5		370	21.50
30	10.3	01:54.3	02:23.6	103	366	21.00
29	10.4	01:55.2	02:24.8	102	363	20.50
28		01:56.1	02:26.0		359	20.00
27	10.5	01:57.0	02:27.2	101	355	19.50
26	10.6	01:57.9	02:28.4	100	351	19.00
25		01:58.8	02:29.6		348	18.50
24	10.7	01:59.7	02:30.8	99	344	18.00
23	10.8	02:00.6	02:32.0	98	340	17.50
22		02:01.5	02:33.2		336	17.00
21	10.9	02:02.4	02:34.4	97	332	16.50
20	11,0	02:03.4	02:25.7	96	328	16.00
19		02:04.4	02:37.0		324	15.50
18	11.1	02:05.4	02:38.3	95	320	15.00
17	11.2	02:06.4	02:39.6	94	316	14.50
16	11.3	02:07.4	02:40.9		312	14.00
15		02:08.4	02:42.2	93	308	13.50
14	11.4	02:09.5	02:43.5	92	304	13.00
13	11.5	02:10.6	02:44.8		300	12.50
12	11.6	02:11.7	02:46.1	91	296	12.00
11		02:12.8	02:47.5	90	292	11.50
10	11.7	02:13.9	02:48.9		288	11.00
9	11.8	02:15.0	02:50.3	89	284	10.50
8	11.9	02:16.1	02:51.7	88	280	10.00
7	12,0	02:17.3	02:53.1		276	9.50
6		02:18.5	02:54.5	87	272	9.00
5	12.1	02:19.7	02:55.9	86	268	8.50
4	12.2	02:20.9	02:57.3		264	8.00
3	12.3	02:22.1	02:58.7	85	260	7.50
2	12.4	02:23.3	03:00.1	84	256	7.00
1	12.5	02:24.5	03:01.5	83	252	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.