

MEN : Professionals and experienced



MEN		Поэкт на 2017 - 2021 год Men 10, 5 minutes																															
		Professionals										Experienced																					
		Профессионалы										Атлеты																					
TYPE	Weight category	40 kg Kettlebell				32 kg Kettlebell						28 kg Kettlebell										24 kg Kettlebell								Weight Category	Type		
		Sport ranks				Sport ranks						Sport ranks										Sport ranks											
		MSIC		MS		MSIC		MS		CMS		MS		CMS		I		II		III		CMS		I		II		III					
		10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min				
J E R K	63kg	50	40	40	35	100	68	68	50	30	24	100	68	60	48	45	35	35	28	20	12	105	86	75	56	50	40	30	25	63kg	J E R K		
	68kg	57	44	44	39	106	70	76	52	35	28	106	70	64	50	48	37	37	29	23	14	115	90	85	60	60	42	40	28	68kg			
	73kg	64	48	48	42	112	74	82	54	40	34	112	74	70	53	51	39	40	31	26	16	125	94	95	64	70	44	50	34	73kg			
	78kg	68	52	52	44	117	76	88	55	45	38	117	78	78	56	54	41	43	33	29	18	130	100	100	66	80	46	60	36	78kg			
	85kg	75	56	55	46	121	80	92	56	50	40	121	82	86	58	57	44	46	35	32	20	135	102	105	70	85	48	65	38	85kg			
	95kg	80	58	57	47	126	82	96	57	55	42	126	84	92	60	60	46	49	37	35	22	140	104	110	72	90	50	70	40	95kg			
	105kg	82	60	59	49	129	83	98	58	60	44	129	85	96	62	62	48	51	38	37	24	145	105	115	74	95	52	75	42	105kg			
	105kg +	85	62	61	50	131	84	100	59	65	46	131	86	100	64	64	49	53	39	39	26	150	106	120	76	100	54	80	44	105kg +			
S N A T C H	63kg	90	52	60	44	140	110	114	80	60	45	140	110	114	80	60	45	45	30	30	25	140	110	114	80	60	50	45	30	63kg	S N A T C H		
	68kg	100	54	66	48	150	114	122	90	66	50	150	114	122	90	66	50	50	35	35	27	150	114	122	90	66	52	50	32	68kg			
	73kg	110	56	72	50	160	118	130	96	70	55	160	118	130	96	70	55	55	40	40	29	160	118	130	96	70	54	55	34	73kg			
	78kg	120	58	76	52	170	122	134	100	74	58	170	122	134	100	74	58	58	45	45	31	170	122	134	100	74	56	58	36	78kg			
	85kg	126	62	80	54	180	126	140	114	80	62	180	126	140	114	80	62	62	48	48	33	180	126	140	114	80	58	62	38	85kg			
	95kg	130	64	84	55	186	128	146	116	86	64	186	128	146	116	86	64	64	50	50	35	186	128	146	116	86	60	64	40	95kg			
	105kg	134	66	86	56	190	129	152	118	92	66	190	129	152	118	92	66	66	52	52	37	190	129	152	118	92	62	66	42	105kg			
	105kg +	140	70	90	57	192	130	156	120	96	68	192	130	156	120	96	68	68	54	54	39	192	130	156	120	96	64	68	44	105kg +			
B I A T H L O N	63kg	80	75	58	52	141	114	80	64	50	36	141	114	105	96	75	56	50	45	35	30	141	114	95	76	75	56	60	45	63kg	B I A T H L O N		
	68kg	90	78	62	54	155	120	90	68	60	40	155	120	115	104	85	60	60	50	40	35	155	120	105	84	85	60	70	50	68kg			
	73kg	100	82	66	56	169	125	100	78	70	44	169	125	125	110	95	64	70	55	50	40	169	125	115	90	95	64	75	55	73kg			
	78kg	110	85	70	58	185	129	110	84	80	50	185	129	135	112	100	66	80	58	60	45	185	129	125	92	105	66	85	58	78kg			
	85kg	120	88	74	62	192	133	120	90	85	58	192	133	145	116	105	70	85	62	65	48	192	133	135	96	110	70	90	62	85kg			
	95kg	125	92	80	64	200	137	130	96	90	62	200	137	150	118	110	72	90	64	70	50	200	137	145	98	120	72	100	64	95kg			
	105kg	130	94	84	66	202	140	135	102	95	64	202	140	155	120	115	74	95	66	75	52	202	140	150	100	130	74	105	66	105kg			
	105kg +	135	96	88	70	210	144	140	106	100	66	210	144	157	122	120	76	100	68	80	54	210	144	155	112	140	76	110	68	105kg +			
C Y C L I N G	63kg	30	28	22	20	41	35	31	28	25	20	60	35	41	30	28	20	20	18	15	12	60	35	36	30	28	20	20	18	63kg	C Y C L I N G		
	68kg	36	30	26	23	51	40	37	30	31	22	68	40	51	32	33	22	22	20	17	14	68	40	40	32	33	22	22	20	68kg			
	73kg	46	32	28	25	60	46	44	32	38	24	74	46	60	34	36	24	24	22	19	16	74	46	46	34	36	24	24	22	73kg			
	78kg	48	34	30	26	68	50	48	36	42	28	80	50	68	38	40	28	26	24	21	17	80	50	52	38	40	28	26	24	78kg			
	85kg	50	36	32	27	74	54	51	38	45	30	86	54	74	40	43	30	28	26	23	18	86	54	55	40	43	30	28	26	85kg			
	95kg	54	37	35	28	80	57	54	42	48	32	92	57	76	42	45	32	32	28	25	20	92	57	57	42	45	32	32	28	95kg			
	105kg	56	38	38	29	82	58	57	44	50	34	94	58	79	44	50	34	34	30	26	21	94	58	60	44	50	34	34	30	105kg			
	105kg +	60	40	40	30	84	59	59	45	52	35	96	59	81	45	54	35	36	32	27	22	96	59	62	45	54	35	36	32	105kg +			

Master Coach
Senior Coach
Level 3 Coach

Level 3 Coach

Level 2 Coach

Level 1 Coach

M E N : Amateur, Veterans 70+, Junior 14+



		Amateur, Veterans, Junior 14 +												Veterans 70 +, Junior 14 -									
		Любители, ветераны, дети												Дети(вет. См. 70 лет)									
Type	Weight Category	20 kg Kettlebell						16 kg kettlebell						12 kg kettlebell						Weight Category	Type		
		Sport ranks						Sport ranks						Sport ranks									
		I		II		III		I		II		III		I		II		III					
		10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min	10min	5min				
J E R K	63kg	130	86	110	56	80	44	150	90	130	80	110	60	68	46	44	36	32	18	63kg	J E R K		
	68kg	136	90	116	60	86	46	156	93	136	82	116	62	72	48	48	38	33	20	68kg			
	73kg	142	94	122	64	92	48	162	98	142	86	122	64	78	50	56	40	34	22	73kg			
	78kg	146	100	126	66	96	52	166	102	146	88	126	68	84	52	60	42	35	24	78kg			
	85kg	150	102	130	70	100	54	170	108	150	89	130	70	86	54	62	44	39	26	85kg			
	95kg	152	104	132	72	102	56	172	112	152	90	132	76	92	56	64	46	41	28	95kg			
	105kg	156	105	136	74	106	58	176	116	156	91	136	80	94	58	66	48	43	30	105kg			
	105kg +	160	106	140	76	110	60	180	120	160	92	140	84	96	60	68	50	45	32	105kg +			
S N A T C H	63kg	140	100	114	80	60	56	160	104	140	80	114	60	120	114	70	60	50	40	63kg	S N A T C H		
	68kg	150	104	122	86	66	60	170	112	150	86	122	64	135	126	85	68	60	50	68kg			
	73kg	160	106	130	92	70	64	180	120	160	92	130	67	150	128	100	70	70	55	73kg			
	78kg	170	108	134	96	74	66	186	124	170	94	134	70	165	130	120	74	80	59	78kg			
	85kg	180	110	140	100	80	70	190	130	180	98	140	74	180	131	135	78	90	64	85kg			
	95kg	186	112	146	102	86	72	192	134	186	102	146	76	195	132	140	83	100	69	95kg			
	105kg	190	114	152	106	92	74	202	136	190	110	152	78	200	135	150	85	110	72	105kg			
	105kg +	192	116	156	110	96	76	212	138	192	112	156	82	205	137	155	87	115	74	105kg +			
B I A T H L O N	63kg	141	114	95	76	75	56	160	130	150	100	130	80	110	66	90	58	62	40	63kg	B I A T H L O N		
	68kg	155	120	105	84	85	60	170	136	156	110	136	90	120	70	100	62	64	46	68kg			
	73kg	169	125	115	90	95	64	180	142	162	120	142	100	123	72	103	64	65	50	73kg			
	78kg	185	129	125	92	105	66	186	146	166	125	146	110	125	74	105	66	66	52	78kg			
	85kg	192	133	135	96	110	70	190	150	170	130	150	120	130	76	108	68	70	54	85kg			
	95kg	200	137	145	98	120	72	192	152	172	135	152	123	132	78	110	70	72	56	95kg			
	105kg	202	140	150	100	130	74	202	156	176	138	156	125	134	80	112	72	74	58	105kg			
	105kg +	210	144	155	112	140	76	212	160	180	140	160	135	136	82	114	74	76	60	105kg +			
L O N G C Y C L E	63kg	60	40	36	30	28	20	88	54	74	32	54	22	65	28	32	24	21	13	63kg	L O N G C Y C L E		
	68kg	68	42	40	32	33	22	90	56	78	36	58	26	68	30	33	26	22	14	68kg			
	73kg	74	44	46	34	36	24	94	58	82	38	62	30	69	32	34	28	23	15	73kg			
	78kg	80	46	52	36	40	26	96	62	86	40	66	36	70	34	35	30	24	16	78kg			
	85kg	86	48	55	38	43	28	100	64	90	42	70	38	72	35	36	32	26	17	85kg			
	95kg	92	50	57	40	45	30	103	66	92	44	72	39	74	36	38	34	27	19	95kg			
	105kg	94	52	60	42	50	32	106	68	94	46	74	40	76	37	40	35	28	21	105kg			
	105kg +	96	54	62	44	54	34	108	70	96	48	76	41	78	38	42	36	29	22	105kg +			

Level 1
Coach

Level 1
Coach

WOMEN : All Categories



		Professionals										Experienced														Amateur, Veterans, Junior 14 +						Veterans 70+, Junior 14 -										
TYPE	Weight category	28kg kettlebell				24kg kettlebell						20kg kettlebell										16kg kettlebell								12kg kettlebell						8 kg kettlebell						Weight category
		Sport ranks				Sport ranks						Sport ranks										Sport ranks								Sport ranks						Sport ranks						
		MSIC		MS		MSIC		MS		CMS		MS		CMS		I	II	III	I	II	III	CMS		I	II	III	I	II	III	I	II	III	I	II	III							
10 min	5 min	10 min	5 min	10 min	5 min	10 min	5 min	10 min	5 min	10 min	5 min	10 min	5 min	10 min.	5 min	10 min	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min	10 min.	5 min									
JERK	48kg	20	15	15	10	50	30	30	18	20	12	60	40	48	28	32	20	15	19	12	9	70	46	40	20	15	23	12	9	50	35	20	35	20	12	80	60	40	60	40	23	48kg
	53kg	25	17	18	11	55	35	40	24	30	16	72	45	52	32	33	21	16	21	14	11	80	50	50	25	17	27	14	10	60	38	25	40	21	14	90	70	50	66	46	27	53kg
	58kg	30	20	22	12	64	40	46	26	40	22	84	48	58	36	34	22	17	23	16	13	85	56	60	30	19	34	16	11	65	42	30	45	23	16	100	80	60	70	50	34	58kg
	63kg	37	22	26	13	70	46	50	28	42	24	90	50	64	38	35	23	18	25	18	14	90	58	65	32	21	37	18	13	68	44	32	48	25	18	105	85	65	76	56	37	63kg
	68kg	43	24	29	15	76	50	54	30	44	26	98	56	66	40	37	25	20	27	20	15	93	60	68	33	22	39	19	14	72	48	33	49	27	19	110	90	68	78	58	39	68kg
	73kg	44	26	31	17	78	54	55	31	45	27	106	58	68	42	40	30	22	29	22	16	95	62	69	34	23	41	20	15	78	56	34	51	29	20	113	93	69	80	60	41	73kg
	73kg+	45	28	33	19	80	56	56	32	46	28	108	60	70	44	43	35	25	31	24	17	100	65	70	35	24	42	21	16	84	60	35	52	32	21	115	95	70	82	62	42	73kg+
SNATCH	48kg	58	42	40	30	84	52	60	40	36	30	100	70	80	58	56	38	20	40	28	15	120	112	70	50	20	56	40	20	120	70	50	114	60	40	140	120	70	132	112	56	48kg
	53kg	72	50	47	40	100	68	72	50	45	40	110	80	90	68	62	42	25	50	34	20	135	126	85	60	30	68	50	25	135	85	60	126	68	50	155	135	85	146	126	68	53kg
	58kg	80	56	50	45	110	70	80	55	50	44	120	84	100	70	66	46	30	55	38	25	150	128	100	70	40	70	55	28	150	100	70	128	70	55	170	150	100	148	128	70	58kg
	63kg	86	60	54	49	120	74	86	59	54	48	130	89	110	74	74	50	35	59	44	30	165	130	120	80	50	74	59	34	165	120	80	130	74	59	185	165	120	150	130	74	63kg
	68kg	92	65	58	54	130	78	92	64	58	50	140	95	120	78	80	55	40	66	48	35	180	131	135	90	60	78	64	39	180	135	90	131	78	64	200	180	135	151	131	78	68kg
	73kg	98	70	62	59	140	83	98	69	62	52	150	101	130	83	88	58	45	69	50	40	195	132	140	100	70	83	69	45	195	140	100	132	83	69	215	195	140	152	132	83	73kg
	73kg+	100	74	66	60	150	85	100	72	64	54	160	105	140	85	90	60	48	70	52	42	198	133	144	110	80	86	72	48	200	150	110	135	85	72	218	198	144	153	133	86	73kg+
BATTLE	48kg	46	34	36	28	90	56	64	40	46	22	92	60	64	38	48	40	25	30	24	15	108	80	80	60	50	60	40	30	80	60	50	55	40	30	128	108	80	100	80	60	48kg
	53kg	56	38	48	32	108	62	76	44	52	28	118	66	76	44	52	44	30	32	26	17	130	90	90	70	55	65	46	34	90	70	55	58	48	34	150	130	90	110	90	65	53kg
	58kg	64	42	56	36	118	68	82	50	58	32	124	72	82	48	54	46	34	34	28	19	150	100	100	80	58	70	50	36	100	80	58	62	54	36	170	150	100	120	100	70	58kg
	63kg	76	46	64	40	124	74	88	54	66	36	136	76	86	52	58	48	36	36	30	21	155	110	110	90	62	74	54	38	110	90	62	68	58	38	175	155	110	130	110	74	63kg
	68kg	80	50	66	44	136	78	94	58	72	40	140	82	88	56	60	50	38	38	32	23	162	120	120	100	64	78	58	40	120	100	64	72	62	40	182	162	120	140	120	78	68kg
	73kg	82	54	67	46	138	82	100	60	74	42	142	90	89	60	61	51	39	40	34	25	166	130	123	103	65	82	62	42	123	103	65	78	66	42	186	166	123	150	130	82	73kg
	73kg+	84	56	68	48	140	86	106	62	76	44	144	98	90	64	62	52	40	42	36	27	170	134	125	105	66	84	64	44	125	105	66	84	68	43	190	170	125	154	134	84	73kg+
CYCLE	48kg	16	12	12	10	34	25	25	16	15	9	50	28	30	17	20	15	10	12	9	7	50	30	30	22	15	18	14	9	40	20	15	28	12	9	70	50	30	50	30	18	48kg
	53kg	20	16	16	12	40	28	32	18	26	14	60	34	36	20	25	17	12	14	11	8	64	38	40	26	17	22	16	11	50	25	17	30	14	11	80	60	40	55	35	22	53kg
	58kg	24	18	20	14	48	30	38	20	28	16	70	38	42	24	30	19	14	16	13	9	70	40	46	29	18	26	18	12	60	30	19	34	16	12	84	64	46	58	38	26	58kg
	63kg	28	20	24	15	52	32	44	22	30	17	80	42	44	26	32	21	15	18	15	10	76	42	58	32	20	30	20	13	65	32	21	36	18	13	90	70	58	60	40	30	63kg
	68kg	30	22	25	16	58	35	45	24	31	18	85	46	46	28	33	22	16	19	16	11	78	44	64	33	21	36	21	14	68	33	22	39	19	14	96	76	64	62	42	36	68kg
	73kg	32	24	26	17	60	38	46	25	32	19	88	48	50	30	34	23	17	20	17	12	80	46	66	34	22	38	22	15	69	34	23	40	20	15	98	78	66	64	44	38	73kg
	73kg+	34	25	27	18	62	40	47	26	33	20	90	50	52	32	35	24	18	21	18	13	86	50	68	35	23	40	23	16	70	35	24	42	21	16	100	80	68	66	46	40	73kg+

Master
Coach

Senior
Coach

Level 3
Coach

Level 3
Coach

Level 2
Coach

Level 2
Coach

Level 1
Coach

Level 1
Coach