

Додаток 26  
до Кваліфікаційних норм та вимог  
Єдиної спортивної класифікації України  
з неолімпійських видів спорту  
(пункт 26)

## **Гирьовий спорт**

Чоловіки та жінки

Вікові категорії:

юнаки:

молодші: з 14 до 16 років;

старші: з 17 до 18 років;

юніори: з 19 до 22 років;

дорослі: 23 роки і старші.

Види програми: двоборство, довгий цикл, поштовх, ривок, естафета.

Командний вид програми - естафета проводиться серед чоловіків та жінок, юніорів та юніорок у вправі поштовх двох гир, поштовх двох гир за довгим циклом, гирі вагою 32 кг для чоловіків та юніорів, 24 кг для жінок та юніорок, 24 кг для старших юнаків та 16 кг для дівчат (4 етапи по 3 хвилини на кожного спортсмена, загальний час 12 хвилин).

У фінальному заліку виконати кваліфікаційні нормативи з урахуванням умов присвоєння спортивних звань та спортивних розрядів:

**Майстер спорту України міжнародного класу**

Виконати класифікаційний норматив, викладений у таблиці, в офіційних міжнародних спортивних змаганнях, внесених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України, чемпіонаті світу, Європи, у фіналі Кубка світу, Європи серед дорослих або юніорів в особистому або в командному видах програми – естафеті.

**Майстер спорту України**

Виконати кваліфікаційний норматив, викладений у таблиці:

в офіційних міжнародних спортивних змаганнях серед дорослих або юніорів;

у чемпіонаті України серед дорослих, юніорів або у фіналі Кубка України.

**Кандидат у майстри спорту України, перший розряд**

Виконати кваліфікаційний норматив, викладений у таблиці, у спортивних змаганнях не нижче обласного рівня.

**Другий, третій розряди**

Виконати кваліфікаційний норматив, викладений у таблиці, у спортивних змаганнях не нижче районного рівня, чемпіонатах фізкультурно-спортивних товариств.

**Перший, другий, третій юнацькі розряди**

Виконати кваліфікаційний норматив, викладений у таблиці, у спортивних змаганнях міст, селищ, фізкультурно-спортивних товариств.

## Умови присвоєння спортивних звань та спортивних розрядів:

1. Спортивне звання "Майстер спорту України міжнародного класу" присвоюється за умови виконання спортсменом у фінальному заліку в офіційних міжнародних спортивних змаганнях у командному виді програми (в естафеті) не менше 53 поштовхів та у довгому циклі не менше 33 поштовхів.

2. Кваліфікаційні нормативи визначають:  
 кількість підйомів у поштовху, ривку, довгому циклі за 10 хвилин;  
 кількість підйомів у ривку з довільною зміною рук за 12 хвилин;  
 поштовх: 1 поштовх – 1 очко;  
 довгий цикл: 1 поштовх - 1 очко;  
 ривок: 1 ривок - 1 очко;  
 ривок з довільною зміною рук без постановки гири на поміст: 1 ривок - 1 очко;  
 двоборство складається з вправ «поштовх» і «ривок»;  
 очки в двоборстві нараховуються: 1 поштовх - 1 очко, 1 ривок - 0,5 очка.

3. Спортивне звання "Майстер спорту України міжнародного класу" присвоюється за умови участі в офіційних міжнародних спортивних змаганнях та виконання вимог кваліфікаційної таблиці у ваговій категорії.

4. Спортивне звання "Майстер спорту України" присвоюється за умови участі в офіційних:

міжнародних спортивних змаганнях та виконання вимог кваліфікаційної таблиці у ваговій категорії;

всеукраїнських спортивних змаганнях у фінальному заліку не менше п'яти спортсменів у ваговій категорії та виконання вимог кваліфікаційної таблиці.

## Кваліфікаційні нормативи (вимір в очках)

№ з/п	Вагова категорія	Вага гири 32 кг						Вага гири 24 кг						Вага гири 16 кг						Вага гири 16 кг – юнаки до 16 років		
		спортивні звання		спортивні розряди				спортивні звання		спортивні розряди				спортивні розряди				спортивні розряди				
		Майстер спорту України міжнародного класу	Майстер спорту України	Кандидат у майстри спорту України	Перший	Другий	Третій	Майстер спорту України міжнародного класу	Майстер спорту України	Кандидат у майстри спорту України	Перший	Другий	Третій	Кандидат у майстри спорту України	Перший	Другий	Третій	Перший юнацький	Другий юнацький	Третій юнацький		
		ч	ч	ч	ч	ч	ч	ж	ж	ч/ж	ч/ж	ч/ж	ч/ж	ж	ж	ж	ж	юнаки/дівчата	юнаки/дівчата	юнаки/дівчата		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
Двоборство (чоловіки/жінки)																						
1	53 кг																		100/80	70/60	50/50	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
2	58 кг							108	76	130/45	85/30	65/22	50/16	105	70	65	50	110/85	80/55	60/55
3	58+кг																	90	70	60
4	63 кг	151	99	62	47	40	33	116	84	140/53	95/38	75/30	60/24	115	80	75	60	120	90	65
5	63+кг													120	115	80	65			
6	68 кг	166	115	72	55	49	43	122	90	150/59	105/44	85/36	70/30	123	120	85	70	130	100	73
7	68+кг							126	94	63	48	40	34	130	130	95	800	140	110	80
8	73 кг	178	126	85	69	61	55			160	115	95	75							
9	78 кг	184	137	95	79	71	65			170	125	105	85							
10	78+ кг									175	130	110	90							
11	85 кг	190	146	106	91	83	77			180	135	115	95							
12	95 кг	196	150	112	97	89	83			190	145	120	100							
13	95+ кг	201	156	116	101	93	87			200	150	130	105							
Поштовх (чоловіки/жінки)																				
14	53 кг																	50/40	40/30	20/20
15	58 кг							55	45	60/23	53/18	46/12	35/8	50	42	38	32	60/50	50/40	40/30
16	58+кг																	70	55	40
17	63 кг	95	76	55	45	35	25	60	50	80/33	70/23	53/18	45/12	55	45	40	35	85	75	45
18	63+кг													60	50	45	40			
19	68 кг	102	84	63	52	41	32	65	55	90/45	80/35	60/28	55/18	70	60	50	45	93	83	50
20	68+кг							70	60	50	40	35	25	80	70	60	50	105	90	60
21	73 кг	107	90	70	59	48	38			95	85	70	60							
22	78 кг	112	96	75	65	55	44			100	90	80	65							
23	78+ кг									102	92	82	67							
24	85 кг	117	102	81	70	61	50			105	95	85	70							
25	95 кг	122	108	87	75	66	56			110	100	90	75							
26	95+ кг	126	112	90	80	71	60			120	105	95	80							
Ривок (чоловіки/жінки)																				
27	53 кг																	110/65	80/45	60/35
28	58 кг							122	88	125/56	100/35	70/20	50/15	125	90	73	53	120/70	90/50	70/40
29	58+ кг																	75	55	45
30	63 кг	131	87	65	54	46	33	131	99	140/64	110/45	77/25	55/20	135	100	83	64	64	45	25

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
31	63+ кг													140	105	87	69			
32	68 кг	143	98	76	65	54	43	140	110	150/70	120/50	85/30	60/25	145	110	94	72	70	50	30
33	68+ кг							150	121	74	55	35	30	155	120	103	81	74	55	35
34	73 кг	152	107	87	76	65	54			160	130	95	70							
35	78 кг	161	116	96	85	74	63			170	140	100	75							
36	78+ кг									175	145	105	80							
37	85 кг	170	125	105	94	83	72			180	150	110	85							
38	95 кг	179	134	112	101	90	80			190	155	120	90							
39	95+ кг	185	140	118	107	96	85			200	160	125	95							
Поштовх довгим циклом (чоловіки/жінки)																				
40	53 кг																	33/30	29/20	26/15
41	58 кг							41	30	53/24	45/20	36/16	28/11	50	30	25	20	39/35	35/25	30/20
42	58+ кг																	40	30	25
43	63 кг	50	38	30	25	19	14	46	35	60/29	52/25	40/21	33/16	55	35	30	25	45	38	33
44	63+ кг													57	37	32	27			
45	68 кг	57	44	35	28	22	17	50	39	63/33	55/29	46/25	36/20	59	39	34	29	51	43	38
46	68+ кг							53	42	36	34	28	23	62	42	37	32	56	48	43
47	73 кг	64	50	42	36	30	25			68	60	52	40							
48	78 кг	69	54	46	38	32	27			73	65	57	45							
49	78+ кг									77	69	60	50							
50	85 кг	73	57	49	41	35	30			81	73	62	54							
51	95 кг	77	60	52	44	38	33			85	76	65	57							
52	95+ кг	80	62	55	48	42	37			90	79	68	60							
Ривок з довільною зміною рук без постановки гири на поміст впродовж 12 хв (чоловіки/жінки)																				
53	53 кг																	180/160	150/130	130/105
54	58 кг								160	225/130	180/90	165/70	125/55	235	190	160	135	191/170	161/140	141/115
55	58+кг																	180	150	125
56	63 кг		195	146	115	90	70		170	235/140	190/95	176/80	136/60	245	200	170	155	200	170	150
57	63+кг													250	205	175	150			

58	68 кг		204	155	123	96	76		180	245/150	200/100	186/8 5	146/6 5	255	210	180	155	209	179	159
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
59	68+кг								188	155	105	90	70	260	215	185	160	218	188	168
60	73 кг		210	162	130	101	81			253	209	195	155							
61	78 кг		214	170	137	105	85			259	218	204	164							
62	78+ кг									261	223	209	169							
63	85 кг		221	178	144	109	89			265	227	213	173							
64	95 кг		229	187	150	113	93			271	235	222	182							
65	95+ кг		235	196	155	117	97			277	243	230	190							

---