

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

МСМК присваивается с 15 лет, МС – 14 лет, КМС – с 13 лет,

I-III спортивные разряды – с 10 лет, I-III юношеские спортивные разряды – с 9 лет

Наименование спортивной дисциплины	Единица измерения	МСМК	МС	КМС	Спортивные разряды			Юношеские спортивные		
					I	II	III	I	II	III
2	3	4	6	8	10	12	14	16	18	20
Ледовые арены до 600 м над уровнем моря										
Шорт-трек – дистанции 500 м.	мин, с	41,0	42,3	44,4	48,9	51,3	53,9	59,3	1:02,2	1:05,3
Шорт-трек – дистанции 777 м.	мин, с			1:11,1	1:18,2	1:22,1	1:26,2	1:34,8	1:39,5	1:44,5
Шорт-трек – дистанции 1000 м.	мин, с	1:25,1	1:28,4	1:32,8	1:42,1	1:47,2	1:52,6	2:03,8	2:10,0	2:16,5
Шорт-трек – дистанции 1500 м.	мин, с	2:15,3	2:21,8	2:28,9	2:43,8	2:52,0	3:00,6	3:18,6	3:28,6	3:39,0
Шорт-трек – троеборье (1000+500+777м.)	Очки			145,7	155,3	163,1	176,7	188,3	197,8	207,7
Шорт-трек – многоборье 1500+500+1000+1500м.)	Очки		138,1	149,5	159,5	167,5	181,4	193,4		
Шорт-трек – многоборье 1500+500+1000+3000м.)	Очки	131,6	138,1	149,5	159,5					
Шорт-трек – эстафета 3чел -2000м	мин, с			2:59,0	3:07,9	3:17,3	3:27,2	3:37,6	3:48,5	3:59,9
Шорт-трек – эстафета 4чел -3000м	мин, с	4:07,7	4:16,6	4:29,4	4:42,9	4:57,0	5:11,9			
Шорт-трек – эстафета 4чел -5000м	мин, с	6:53,8	7:12,1	7:33,7	7:56,4					
Шорт-трек – эстафета смешанная (2ж+2м-2000м.)	мин, с	2:42,8	2:49,8	2:58,3	3:07,2					
Шорт-трек – эстафета смешанная (2ж+2м-3000м.)	мин, с		4:23,8	4:37,0	4:50,8	5:05,4	5:20,7			

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

МСМК присваивается с 15 лет, МС – 14 лет, КМС – с 13 лет,

I-III Спортивные разряды – с 10 лет, I-III юношеские спортивные разряды – с 9 лет

наименование спортивной дисциплины	Единиц измерения	МСМК	МС	КМС	Спортивные разряды			Юношеские спортивные		
					I	II	III	I	II	III
2	3	5	7	9	11	13	15	17	19	21
Ледовые арены до 600 м над уровнем моря										
орт-трек – дистанции 500 м.	мин, с	43,5	45,5	47,8	52,6	55,2	57,9	1:03,7	1:06,9	1:10,3
орт-трек – дистанции 777 м.	мин, с			1:16,4	1:24,1	1:28,3	1:32,7	1:42,0	1:47,1	1:52,4
орт-трек – дистанции 1000 м.	мин, с	1:31,6	1:34,7	1:39,4	1:49,4	1:54,8	2:00,6	2:12,6	2:19,3	2:26,2
орт-трек – дистанции 1500 м.	мин, с	2:23,8	2:28,8	2:36,2	2:51,9	3:00,5	3:09,5	3:28,4	3:38,8	3:49,8
орт-трек – троеборье (1000+500+777м.)	Очки			156,5	166,8	175,2	189,8	202,3	212,4	223,1
орт-трек – многоборье 500+500+1000+1500м.)	Очки		147,1	159,3	169,9	178,4	193,2	206,0		
орт-трек – многоборье 500+500+1000+3000м.)	Очки	140,8	147,1	159,3	169,9					
орт-трек – эстафета 3 чел -2000м	мин, с			3:07,0	3:16,3	3:26,2	3:36,5	3:47,3	3:58,7	4:10,6
орт-трек – эстафета 4чел -3000м	мин, с	4:15,8	4:26,0	4:39,3	4:53,3	5:07,9	5:23,3			
орт-трек – эстафета 4чел -5000м	мин, с									
орт-трек – эстафета смешанная ж+2м-2000м.)	мин, с	2:42,8	2:49,8	2:58,3	3:07,2					
орт-трек – эстафета смешанная ж+2м-3000м.)	мин, с		4:23,8	4:37,0	4:50,8	5:05,4	5:20,7			