

Всем привет, для ориентировки в пространстве, нормативах и календаре прилагаю таблицу разрядных нормативов на дистанции Колеса Уральских гор + профиль трассы, исполненный К.Ловковым техникой Брайля, для более внимательного изучения профиль тут <https://www.strava.com/activities/970180036>

Всем спасибо и до встречи – ал, skifed.ru

ТАБЛИЦА РАЗРЯДНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ МУЖЧИН:

Спортивная дисциплина

Единицы
измерения

МСМК

МС

КМС

I
разряд

II
разряд

III
разряд

I(юн)
разряд

Индивидуальная гонка 50км

Ч:МИН:СЕК

1:04:00

1:07:30

1:09:30

1:15:30

-

-

-

Индивидуальная гонка 25км

мин:сек

-

33:00

35:30

37:00

38:30

41:30

-

Индивидуальная гонка 20км

мин:сек

-

-

28:00

29:00

30:30

32:00

34:00

Индивидуальная гонка 15км

мин:сек

-

-

-

21:30

22:30

24:00

25:15

Индивидуальная гонка 10км

мин:сек

-

-

-

-

15:30

16:00

19:00

Индивидуальная гонка 5км

мин:сек

-

-

-

-

-

-

08:00

Парная гонка 50км

Ч:МИН:СЕК

-

-

-

1:12:30

-

-

-

Парная гонка 25км

МИН:СЕК

-

-

-

35:30

37:30

38:00

41:00

Командная гонка 100км

Ч:МИН:СЕК

2:01:00

2:03:30

-

2:16:00

-

-

-

Командная гонка 75км

Ч:МИН:СЕК

-

-

-

1:39:30

-

-

-

Командная гонка 50км

Ч:МИН:СЕК

-

-

-

1:07:00

1:10:00

-

-

Командная гонка 25км

мин:сек

-

-

32:00

33:00

35:00

37:00

39:00

ТАБЛИЦА РАЗРЯДНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ ЖЕНЩИН:

Спортивная дисциплина

Единицы
измерения

МСМК

МС

КМС

I
разряд

II
разряд

III
разряд

I(юн)
разряд

Индивидуальная гонка 25км

мин:сек

35:30

37:30

40:00

-

-

-

-

Индивидуальная гонка 20км

мин:сек

-

-

32:30

35:00

37:00

-

-

Индивидуальная гонка 15км

мин:сек

-

-

-

26:00

27:00

29:00

31:00

Индивидуальная гонка 10км

мин:сек

-

-

-

17:00

18:00

19:00

21:00

Индивидуальная гонка 5км

мин:сек

-

-

-

08:00

08:30

09:00

09:30

Парная гонка 25км

мин:сек

-

-

-

40:00

41:00

43:00

46:00

Командная гонка 50км

Ч:МИН:СЕК

1:06:30

-

-

1:15:00

-

-

-