**НОРМАТИВЫ**

**для участия в первенстве и Чемпионате России по лёгкой атлетике на стадионах**

**2020 год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид** | ***Мужчины*** | | | | **Женщины** | | | |
|  | **Юноши**  **(18)**  **2003-2004гг.р.** | **Юниоры (20)**  **2001-2002гг.р.** | **Юниоры (23)**  **1998-2000гг.р.** | **Взрослые**  **1997г.р.**  **и ст.** | **Девушки**  **(18)**  **2003-2004гг.р.** | **Юниорки (20)**  **2001-2002гг.р.** | **Юниоры (23)**  **1998-2000гг.р.** | **Взрослые**  **1997г.р.**  **и ст.** |
| **100м** | **11.28** | **10.95** | **11.07** | **10.77** | **12.35** | **12.37** | **12.16** | **11.85** |
| **200м** | **22.98** | **22.38** | **21.75** | **21.35** | **25.66** | **25.74** | **24.74** | **23.83** |
| **400м** | **49.70** | **48.98** | **48.56** | **47.29** | **57.57** | **56.40** | **55.45** | **54.30** |
| **800м** | **1.56,23** | **1.53,25** | **1.53,28** | **1.49,71** | **2.14,54** | **2.11,3** | **2.10,18** | **2.06,11** |
| **1500м** | **4.09,85** | **3.58,91** | **3.54,10** | **3.47,37** | **4.46,19** | **4.42,03** | **4.29,94** | **4.18,61** |
| **3000м** | **8.59,40** |  |  |  | **10.25,29** | **10.50,93(8)** |  |  |
| **5000м** |  | **16.28,97(7)** | **15.42,20(8)** | **14.11,96** |  | **20.21,56(7)** | **18.19,60(8)** | **16.32,15** |
| **10000м** |  | **35.08,49(5)** | **32.40,65** | **29.48,97** |  |  | **38.26,81** | **34.01,87** |
| **100/110м с/б** | **14.82** | **14.99** | **15.10** | **14.44** | **14.87** | **14.89** | **14.78** | **13.91** |
| **400м с/б** | **56.09** | **56.05** | **55.54** | **53.28** | **1.04,48** | **1.06,46** | **1.03,17** | **59.84** |
| **2000м с/п** | **6.26,00** |  |  |  | **7.50,94** |  |  |  |
| **3000м с/п** |  | **10.27,14(9)** | **9.32,43** | **8.59,67** |  | **12.32,24** | **11.30,99(6)** | **10.26,97(9)** |
| **4х100м** | **45.24** | **44.41(6)** | **43.42(8)** | **41.24(7)** | **49.31** | **49.10(7)** | **48.29(8)** | **47.11(7)** |
| **4х400м** | **3.28,27** | **3.22,10** | **3.30,10(7)** | **3.10,87(6)** | **4.12.92(7)** | **3.59,51(4)** | **3.51,09(8)** | **3.44,78** |
| **полумарафон** |  |  | **1.18.00** | **1.06,06** |  |  | **1.22,51** | **1.17,20** |
| **марафон** |  |  |  | **2.20,35** |  |  |  | **2.42,59** |
| **Высота** | **1.95** | **2.00** | **2.05(9)** | **2.15** | **1.65** | **1.60** | **1.70** | **1.79** |
| **Шест** | **4.20** | **4.40** | **4.40(5)** | **5.30(6)** | **3.35** | **3.50(3)** | **3.50(8)** | **3.95** |
| **Длина** | **6.74** | **7.07** | **7.12** | **7.42** | **5.76** | **5.46** | **5.84** | **5.85** |
| **Тройной** | **13.73** | **14.63** | **14.43** | **14.80** | **12.18** | **12.08** | **12.52** | **12.91** |
| **Диск** | **41.87** | **35.74** | **43.04** | **46.42** | **30.36** | **31.92(9)** | **33.55** | **42.93** |
| **Молот** | **57.74** | **51.56** | **59.83(7)** | **62.11** | **53.28** | **45.81** | **43.04(9)** | **54.40** |
| **Копьё** | **522.67** | **48.84(8)** | **59.31** | **64.23** | **39.81** | **37.17** | **44.74** | **46.08** |
| **Ядро** | **16.07** | **14.91** | **12.87(9)** | **15.94** | **13.52** | **11.56** | **12.11(8)** | **13.19(9)** |
| **Спортивная ходьба (летний Чемпионат)** | | | | | | | | |
| **5км** |  |  |  |  | **25.13** |  |  |  |
| **10км** | **46.48,8** | **44.44** |  |  |  | **57.16,3** |  |  |
| **20км** |  |  | **1.28,44** | **1.26,50** |  |  | **1.41,52** | **1.36,49** |
| **50км** |  |  |  | **3.51,10** |  |  |  | **4.41,09(8)** |
| **Эстафеты** | | | | | | | | |
| **4х400м** | **3.50,20 (смеш.)** | **3.54,92(6)**  **(смеш.)** |  |  | **3.50,20 (смеш.)** | **3.54,92(6)**  **(смеш.)** |  |  |
| **4х800м** |  | **7.58,76 (4)** |  | **7.39,34(6)** |  | **9.50,62(5)** |  | **9.01,23(5)** |
| **4х100/110с/б** |  |  |  | **1.01,83(4)** |  |  |  | **1.04,06(5)** |
| **100/200/300/400** | **2.10,04 (9)** | **2.02,09(8)** |  |  | **2.29,54** | **2.27,39** |  |  |
| **100/200/400/800** |  | **3.30,91(8)** |  | **3.20,78** |  | **4.05,58(8)** |  | **3.46,64** |