

ТАБЛИЦА №3

нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных званий и спортивных разрядов

Спортивное звание МСМК присваивается с 14 лет, спортивное звание МС - с 12 лет, спортивный разряд "Кандидат в мастера спорта" (КМС) - с 10 лет

№ п/п	Наименование спортивной дисциплины в соответствии с ВРВС	Ед. измерен ия	Спортивные звания				Спортивные разряды								Юношеские спортивные разряды					
			МСМК		МС		КМС		I		II		III		I		II		III	
			м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	ю	д	ю	д	ю	д
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
<b>Б а с с е й н 25 метров</b>																				
1	Вольный стиль 50 м	сек.	21,75	24,60	22,85	26,10	23,90	27,80	25,25	29,20	27,75	32,00	30,50	35,20	36,00	40,00	45,50	50,20	55,00	1.00,00
2	Вольный стиль 100 м	мин., сек.	47,90	53,75	50,50	55,50	53,50	59,50	57,00	1.04,00	1.04,50	1.11,5	1.13,00	1.22,00	1.24,00	1.34,00	б/вр	б/вр		
3	Вольный стиль 200 м	мин., сек.	1.45,30	1.56,10	1.50,00	2.03,00	1.56,50	2.09,00	2.07,00	2.22,00	2.23,50	2.40,00	2.42,50	3.01,00	3.06,00	3.27,00				
4	Вольный стиль 400 м	мин., сек.	3.42,50	4.06,50	3.55,50	4.19,50	4.08,50	4.39,00	4.32,00	4.59,00	5.06,00	5.36,00	5.48,00	6.21,00						
5	Вольный стиль 800 м	мин., сек.	7.49,11	8.26,00	8.19,00	8.58,50	8.48,00	9.34,00	9.38,00	10.28,00	11.15,00	11.52,00	12.29,00	13.34,00						
6	Вольный стиль 1500 м	мин., сек.	14.52,50	16.39,30	15.52,00	17.34,00	17.00,00	18.35,00	18.30,00	20.13,00	20.59,00	22.55,00	24.00,00	26.12,00						
7	На спине 50 м	сек.	23,75	27,10	26,00	30,00	28,00	32,00	30,00	34,00	33,00	38,00	37,00	41,75	42,00	47,50	52,00	57,50	1.02,00	1.07,50
8	На спине 100 м	мин., сек.	51,00	58,25	56,00	1.03,50	1.00,50	1.08,50	1.04,50	1.13,00	1.11,50	1.20,50	1.23,00	1.33,00	1.34,00	1.45,00	б/вр	б/вр		
9	На спине 200 м	мин., сек.	1.53,00	2.05,75	2.03,00	2.18,00	2.12,50	2.26,50	2.20,00	2.37,50	2.38,5	2.57,50	3.00,00	3.22,00	3.26,00	3.52,00				
10	Брасс 50 м	сек.	27,10	30,55	29,10	33,50	30,50	35,00	32,00	37,00	36,00	41,00	40,00	46,00	45,50	51,50	55,50	1.02,00	1.05,00	1.11,50
11	Брасс 100 м	мин., сек.	58,50	1.06,10	1.04,00	1.12,50	1.08,00	1.17,00	1.12,50	1.22,00	1.21,50	1.32,00	1.32,00	1.44,00	1.42,50	2.07,00	б/вр	б/вр		
12	Брасс 200 м	мин., сек.	2.08,00	2.22,40	2.19,50	2.24,00	2.28,00	2.44,00	2.38,50	2.56,50	2.59,00	3.19,00	3.23,00	3.45,00	3.53,00	4.18,00				
13	Баттерфляй 50 м	сек.	23,00	26,05	24,50	27,70	26,00	29,50	27,75	31,75	30,50	34,50	34,10	38,50	38,50	44,00	48,50	54,10	58,50	1.04,00
14	Баттерфляй 100 м	мин., сек.	50,75	57,75	55,20	1.01,50	59,00	1.06,00	1.02,50	1.10,00	1.10,50	1.19,50	1.20,00	1.30,50	1.31,00	1.43,00	б/вр	б/вр		
15	Баттерфляй 200 м	мин., сек.	1.53,00	2.07,10	2.03,00	2.17,20	2.11,00	2.26,20	2.20,00	2.36,00	2.36,50	2.56,00	2.58,00	3.19,00	3.23,00	3.47,00				
16	Комплексное плавание 100 м	мин., сек.	53,40	1.00,75	58,00	1.06,00	1.01,50	1.09,50	1.05,00	1.14,00	1.13,00	1.23,00	1.23,00	1.34,00	1.34,50	1.46,00	б/вр	б/вр		
17	Комплексное плавание 200 м	мин., сек.	1.57,00	2.10,15	2.06,50	2.22,00	2.15,00	2.31,00	2.24,50	2.42,00	2.41,50	3.01,50	3.04,50	3.26,00	3.31,00	3.55,00	б/вр	б/вр		
18	Комплексное плавание 400 м	мин., сек.	4.08,50	4.34,35	4.23,00	4.55,00	4.38,50	5.16,50	5.07,50	5.43,00	5.47,00	6.25,00	6.33,00	7.16,00	7.29,00	8.18,00				

Б а с с е й н 50 метров																				
19	Вольный стиль 50 м	сек.	22,56	25,62	23,50	27,00	24,50	28,50	26,00	30,00	28,50	33,00	31,50	36,50	36,50	41,00	46,50	51,00	56,50	1.01,00
20	Вольный стиль 100 м	мин., сек.	49,61	55,47	53,00	59,50	56,00	1.02,50	59,50	1.06,50	1.07,00	1.14,50	1.15,50	1.24,50	1.26,00	1.36,00	б/вр	б/вр		
21	Вольный стиль 200 м	мин., сек.	1.49,34	2.00,55	1.55,50	2.09,50	2.02,50	2.17,00	2.11,50	2.26,00	2.27,50	2.44,00	2.46,50	3.05,00	3.10,00	3.31,00				
22	Вольный стиль 400 м	мин., сек.	3.51,94	4.12,38	4.07,00	4.31,00	4.20,00	4.47,00	4.40,00	5.07,00	5.14,00	5.44,00	5.56,00	6.29,00						
23	Вольный стиль 800 м	мин., сек.	8.03,34	8.38,61	8.34,00	9.17,50	9.10,00	9.56,00	9.54,00	10.44,00	11.31,00	12.08,00	12.45,00	13.50,00						
24	Вольный стиль 1500 м	мин., сек.	15.23,64	16.32,98	16.26,00	17.56,00	17.35,00	19.11,00	19.00,00	20.43,00	21.29,00	23.25,00	24.30,00	26.42,00						
25	На спине 50 м	сек.	25,56	28,63	27,00	31,00	29,00	33,00	31,00	35,00	34,00	39,00	38,00	43,00	43,00	48,50	53,00	58,50	1.03,00	1.08,50
26	На спине 100 м	мин., сек.	55,47	1.02,13	59,50	1.07,00	1.03,00	1.11,00	1.07,50	1.16,00	1.15,50	1.25,00	1.25,50	1.36,00	1.36,50	1.48,00	б/вр	б/вр		
27	На спине 200 м	мин., сек.	2.00,21	2.13,72	2.09,50	2.23,00	2.17,00	2.31,00	2.26,00	2.42,00	2.43,00	3.02,00	3.04,00	3.26,00	3.30,00	3.56,00				
28	Брасс 50 м	сек.	28,11	31,83	29,90	34,10	31,50	36,00	33,50	38,00	37,00	42,00	41,00	47,00	46,50	53,00	56,50	1.03,00	1.06,50	1.13,00
29	Брасс 100 м	мин., сек.	1.01,97	1.09,50	1.06,50	1.14,50	1.10,00	1.19,00	1.15,00	1.24,50	1.24,00	1.34,50	1.35,00	1.46,50	1.47,00	2.09,00	б/вр	б/вр		
30	Брасс 200 м	мин., сек.	2.14,14	2.29,19	2.24,00	2.39,50	2.32,50	2.49,00	2.43,50	3.01,00	3.03,50	3.23,00	3.27,50	3.49,00	3.57,00	4.22,00				
31	Баттерфляй 50 м	сек.	24,00	26,75	25,20	28,75	27,00	30,50	28,50	32,50	31,50	35,50	35,00	39,50	39,50	45,00	49,50	55,00	59,50	1.05,00
32	Баттерфляй 100 м	мин., сек.	53,33	59,80	57,50	1.04,00	1.01,00	1.08,00	1.05,00	1.12,50	1.13,00	1.22,00	1.22,50	1.33,00	1.33,00	1.45,00	б/вр	б/вр		
33	Баттерфляй 200 м	мин., сек.	1.59,00	2.11,67	2.08,00	2.21,50	2.15,00	2.30,00	2.24,00	2.40,50	2.41,00	3.00,00	3.02,00	3.23,00	3.27,00	3.51,00				
34	Комплексное плавание 200 м	мин., сек.	2.02,24	2.16,24	2.11,00	2.26,00	2.19,00	2.35,00	2.29,00	2.46,00	2.47,00	3.06,00	3.09,00	3.30,00	3.35,00	3.59,00	б/вр	б/вр		
35	Комплексное плавание 400 м	мин., сек.	4.19,89	4.47,40	4.39,00	5.09,00	4.55,50	5.27,50	5.16,00	5.51,00	5.55,00	6.33,00	6.41,00	7.24,00	7.37,00	8.26,00				

### Открытая вода

36	На дистанции 16 км (не менее 12 км)	км/ч					4,06	3,80	3,84	3,58	3,42	3,16	2,88	2,73					
37	На дистанции 10 км (не менее 6 км)	км/ч							3,99	3,74	3,60	3,35	3,06	2,91					
38	На дистанции 5 км (не менее 3 км)	км/ч							4,17	3,92	3,80	3,52	3,24	3,02					

Условия выполнения норм	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Спортивное звание МСМК присваивается за выполнение нормы на официальных спортивных соревнованиях международного статуса, чемпионате России, Кубке России, первенстве России (юниорки 15-16, юниоры 17-18). При обязательном использовании электронной системы хронометражка. В судействе соревнований (кроме международных) должны принять участие не менее трех спортивных судей всероссийской категории.</li><li>2. Спортивное звание МС присваивается за выполнение норм на официальных соревнованиях не ниже статуса первенства федерального округа, зональных тборочных соревнований, первенствах г. Москвы, г. Санкт-Петербурга. При обязательном использовании электронной системы хронометражка. В судействе соревнований должны принять участие не менее трех спортивных судей всероссийской категории.</li><li>3. Спортивный разряд КМС присваивается за выполнение нормы на соревнованиях не ниже статуса муниципального образования.</li><li>4. I, II, III спортивные разряды и юношеские спортивные разряды присваиваются за выполнение нормы на соревнованиях любого статуса.</li><li>5. Для выполнения скоростных норм для присвоения спортивных разрядов в плавании на открытой воде, наряду с водоёмами без течения могут использоваться реки. В этом случае дистанция должна быть проложена так, чтобы одна половина её преодолевалась по течению, а другая - против. Для присвоения спортивного разряда КМС необходимо закончить дистанцию, уложившись в лимит времени: 5 км - 15 мин., 10 км - 30 мин., 16 км - 45 мин., 25 км - 90 мин.</li><li>6. Для участия в спортивных соревнованиях указанное количество лет спортсмену должно исполниться в календарный год проведения соревнований.</li></ol>
-------------------------	---