

## ТАБЛИЦА

норм и условия их выполнения для присвоения массовых спортивных разрядов в виде спорта

### ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ

№№ п/п	группа дисциплин	дистан- ция	единицы измерен.	I разряд		II разряд		III разряд	
				муж	жен	муж	жен	муж	жен
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	свободный стиль	3 км	мин.сек	08:54,9	10:04,0	09:58,4	11:14,8	11:18,2	12:43,4
		5 км	мин.сек	15:05,4	17:03,4	16:54,8	19:05,4	19:12,7	21:39,0
		7,5 км	мин.сек	23:00,9	26:02,4	25:50,5	29:12,6	29:25,7	33:12,0
1	свободный стиль	4	единицы	I юн	I юн	II юн	II юн	III юн	III юн
			измерен.	юн	дев	юн	дев	юн	дев
			4	11	12	13	14	15	16
1	свободный стиль	3 км	мин.сек	12:57,5	14:33,9	14:59,7	16:50,5	17:25,6	19:35,4
		5 км	мин.сек	22:05,4	24:51,6	25:38,9	28,51,2	29:56,2	33:42,9
		7,5 км	мин.сек	33:56,8	38:16,1	39:34,6	44:36,2	46:24,8	52:23,3
Условия выполнения норм			Разрядные нормы для выполнения I, II, III разрядов выполняются на соревнованиях муниципального уровня и уровня субъекта РФ, юношеские разряды - на соревнованиях спортивных организаций, имеющих право присваивать массовые разряды (коллективов физической культуры, спортивных и образовательных школ)						

|