**ТАБЛИЦА РАЗРЯДНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ МУЖЧИН:**

***1. Плавание в бассейне 25м (минут:секунд,долей секунд)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид** | **МСМК** | **МС** | **КМС** | **I** | **II** | **III** | **I(ю)** | **II(ю)** | **III(ю)** |
| **50м (вольный стиль)** | 21,29 | 22,65 | 23,40 | 24,65 | 27,05 | 29,25 | 35,25 | 45,25 | 55,25 |
| **100м (вольный стиль)** | 47,05 | 50,40 | 53,70 | 57,10 | 1:03,5 | 1:11,0 | 1:23,5 | 1:43,5 | 2:03,5 |
| **200м (вольный стиль)** | 1:44,25 | 1:51,75 | 1:58,25 | 2:06,5 | 2:21,0 | 2:39,5 | 3:05,0 | 3:45,0 | 4:25,0 |
| **400м (вольный стиль)** | 3:42,57 | 3:59,0 | 4:11,5 | 4:28,0 | 5:03,0 | 5:44,0 | 6:40,0 | 7:36,0 | 8:32,0 |
| **800м (вольный стиль)** | 7:45,64 | 8:17,0 | 8:50,0 | 9:28,0 | 11:06,0 | 12:28,0 | 14:30,0 | 16:30,0 | 18:30,0 |
| **1500м (вольный стиль)** | 14:42,19 | 15:38,5 | 17:16,5 | 18:15,0 | 20:37,5 | 23:37,5 | 27:40,0 | 31:40,0 | 35:40,0 |
| **50м (на спине)** | 24,45 | 26,00 | 27,55 | 29,35 | 32,25 | 35,75 | 41,75 | 51,75 | 1:01,75 |
| **100м (на спине)** | 52,48 | 57,40 | 1:00,8 | 1:04,8 | 1:13,0 | 1:21,5 | 1:34,0 | 1:56,5 | 2:16,5 |
| **200м (на спине)** | 1:54,41 | 2:05,55 | 2:12,25 | 2:20,0 | 2:37,0 | 2:57,0 | 3:25,0 | 4:11,0 | 4:51,0 |
| **50м (брасс)** | 26,87 | 28,45 | 30,00 | 31,85 | 35,25 | 38,75 | 45,25 | 55,25 | 1:05,25 |
| **100м (брасс)** | 58,98 | 1:03,4 | 1:07,3 | 1:11,8 | 1:20,5 | 1:28,5 | 1:44,5 | 2:03,5 | 2:23,5 |
| **200м (брасс)** | 2:08,35 | 2:19,25 | 2:27,25 | 2:37,25 | 2:56,5 | 3:19,5 | 3:52,0 | 4:25,0 | 5:05,0 |
| **50м (баттерфляй)** | 22,87 | 24,15 | 25,15 | 27,15 | 30,25 | 33,25 | 38,25 | 48,25 | 58,25 |
| **100м (баттерфляй)** | 50,66 | 54,4 | 58,4 | 1:01,9 | 1:10,5 | 1:20,5 | 1:30,5 | 1:49,5 | 2:09,5 |
| **200м (баттерфляй)** | 1:53,47 | 2:03,75 | 2:10,75 | 2:18,75 | 2:37,5 | 2:58,0 | 3:22,0 | 3:57,0 | 4:37,0 |
| **100м (комплексное плавание)** | 52,74 | 56,9 | 1:01,9 | 1:05,9 | 1:14,0 | 1:24,0 | 1:35,0 | 1:54,0 | 2:14,0 |
| **200м (комплексное плавание)** | 1:56,37 | 2:06,75 | 2:14,25 | 2:22,75 | 2:41,0 | 3:05,0 | 3:30,0 | 4:05,0 | 4:45,0 |
| **400м (комплексное плавание)** | 4:09,38 | 4:31,0 | 4:46,0 | 5:05,0 | 5:46,0 | 6:34,0 | 7:29,0 | 8:25,0 | 9:21,0 |

***2. Плавание в бассейне 50м (минут:секунд,долей секунд)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид** | **МСМК** | **МС** | **КМС** | **I** | **II** | **III** | **I(ю)** | **II(ю)** | **III(ю)** |
| **50м (вольный стиль)** | 21,99 | 23,4 | 24,15 | 25,4 | 27,8 | 30,0 | 36,0 | 46,0 | 56,0 |
| **100м (вольный стиль)** | 48,35 | 51,9 | 55,3 | 58,7 | 1:05,0 | 1:12,5 | 1:25,0 | 1:45,0 | 2:05,0 |
| **200м (вольный стиль)** | 1:46,72 | 1:54,75 | 2:01,45 | 2:09,75 | 2:24,0 | 2:42,5 | 3:08,0 | 3:48,0 | 4:28,0 |
| **400м (вольный стиль)** | 3:47,43 | 4:05,0 | 4:17,5 | 4:34,0 | 5:09,0 | 5:50,0 | 6:46,0 | 7:42,0 | 8:38,0 |
| **800м (вольный стиль)** | 7:58,29 | 8:29,0 | 9:02,0 | 9:41,0 | 11:18,0 | 12:40,0 | 14:42,0 | 16:42,0 | 18:42,0 |
| **1500м (вольный стиль)** | 15:02,33 | 16:01,0 | 17:39,0 | 18:39,0 | 21:00,0 | 24:00,0 | 28:02,5 | 32:02,5 | 36:02,5 |
| **50м (на спине)** | 25,19 | 25,4 | 26,9 | 28,7 | 33,0 | 36,5 | 42,5 | 52,5 | 1:02,5 |
| **100м (на спине)** | 53,77 | 58,9 | 1:02,4 | 1:06,4 | 1:14,5 | 1:23,0 | 1:35,5 | 1:58,0 | 2:18,0 |
| **200м (на спине)** | 1:57,19 | 2:08,55 | 2:15,25 | 2:23,25 | 2:40,0 | 3:00,0 | 3:28,0 | 4:14,0 | 4:54,0 |
| **50м (брасс)** | 27,61 | 29,2 | 30,7 | 32,6 | 36,0 | 39,5 | 46,0 | 56,0 | 1:06,0 |
| **100м (брасс)** | 59,94 | 1:04,9 | 1:08,9 | 1:13,4 | 1:22,0 | 1:30,0 | 1:46,0 | 2:05,0 | 2:25,0 |
| **200м (брасс)** | 2:10,10 | 2:22,25 | 2:30,25 | 2:40,25 | 2:59,5 | 3:22,5 | 3:55,0 | 4:28,0 | 5:08,0 |
| **50м (баттерфляй)** | 23,7 | 24,9 | 25,9 | 27,9 | 31,0 | 34,0 | 39,0 | 49,0 | 59,0 |
| **100м (баттерфляй)** | 51,91 | 55,9 | 59,9 | 1:03,4 | 1:12,0 | 1:22,0 | 1:32,0 | 1:51,0 | 2:11,0 |
| **200м (баттерфляй)** | 1:56,45 | 2:06,75 | 2:13,75 | 2:21,75 | 2:40,5 | 3:01,0 | 3:25,0 | 4:00,0 | 4:40,0 |
| **200м (комплексное плавание)** | 1:59,43 | 2:09,75 | 2:17,25 | 2:25,75 | 2:44,0 | 3:08,0 | 3:33,0 | 4:08,0 | 4:48,0 |
| **400м (комплексное плавание)** | 4:14,98 | 4:37,0 | 4:52,0 | 5:11,0 | 5:52,0 | 6:40,0 | 7:35,0 | 8:31,0 | 9:27,0 |

**ТАБЛИЦА РАЗРЯДНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ ЖЕНЩИН:**

***1. Плавание в бассейне 25м (минут:секунд,долей секунд)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид** | **МСМК** | **МС** | **КМС** | **I** | **II** | **III** | **I(ю)** | **II(ю)** | **III(ю)** |
| **50м (вольный стиль)** | 24,19 | 25,95 | 26,75 | 28,05 | 30,75 | 32,75 | 39,75 | 49,75 | 59,25 |
| **100м (вольный стиль)** | 52,66 | 56,4 | 1:00,4 | 1:04,24 | 1:11,8 | 1:19,5 | 1:33,5 | 1:53,5 | 2:12,5 |
| **200м (вольный стиль)** | 1:54,74 | 2:04,25 | 2:12,55 | 2:21,25 | 2:37,0 | 2:55,0 | 3:26,0 | 4:06,0 | 4:44,0 |
| **400м (вольный стиль)** | 4:01,47 | 4:23,0 | 4:38,0 | 4:56,0 | 5:37,0 | 6:21,0 | 7:32,0 | 8:43,0 | 9:54,0 |
| **800м (вольный стиль)** | 8:16,54 | 9:00,0 | 9:34,0 | 10:15,0 | 11:46,0 | 13:19,0 | 16:04,0 | 18:34,0 | 21:04,0 |
| **1500м (вольный стиль)** | 16:02,75 | 17:22,5 | 18:31,5 | 20:14,5 | 22:44,5 | 26:07,5 | 30:15,0 | 34:20,0 | 38:30,0 |
| **50м (на спине)** | 27,56 | 28,85 | 30,05 | 31,75 | 36,75 | 40,75 | 47,25 | 57,25 | 1:07,25 |
| **100м (на спине)** | 58,91 | 1:04,0 | 1:08,9 | 1:13,4 | 1:21,5 | 1:31,5 | 1:45,5 | 2:08,5 | 2:28,5 |
| **200м (на спине)** | 2:06,59 | 2:18,75 | 2:26,75 | 2:35,75 | 2:55,0 | 3:17,0 | 3:51,0 | 4:36,0 | 5:16,0 |
| **50м (брасс)** | 30,62 | 32,65 | 34,45 | 36,15 | 40,25 | 44,25 | 51,75 | 1:01,75 | 1:11,75 |
| **100м (брасс)** | 1:06,06 | 1:12,4 | 1:16,4 | 1:21,4 | 1:30,0 | 1:42,0 | 2:06,5 | 2:16,5 | 2:37,5 |
| **200м (брасс)** | 2:22,76 | 2:35,25 | 2:44,25 | 2:54,75 | 3:15,0 | 3:40,0 | 4:17,0 | 4:52,0 | 5:34,0 |
| **50м (баттерфляй)** | 25,64 | 27,50 | 28,65 | 31,15 | 33,75 | 36,75 | 43,75 | 53,75 | 1:03,75 |
| **100м (баттерфляй)** | 56,81 | 1:01,9 | 1:05,4 | 1:09,9 | 1:19,5 | 1:30,5 | 1:42,5 | 2:01,5 | 2:21,5 |
| **200м (баттерфляй)** | 2:06,17 | 2:17,75 | 2:25,25 | 2:35,25 | 2:56,0 | 3:19,0 | 3:46,0 | 4:22,0 | 5:02,0 |
| **100м (комплексное плавание)** | 59,9 | 1:04,9 | 1:09,9 | 1:14,9 | 1:24,0 | 1:35,0 | 1:47,0 | 2:06,0 | 2:46,0 |
| **200м (комплексное плавание)** | 2:09,31 | 2:21,75 | 2:30,25 | 2:39,75 | 3:00,0 | 3:26,0 | 3:55,0 | 4:31,0 | 5:11,0 |
| **400м (комплексное плавание)** | 4:33,76 | 5:01,0 | 5:18,5 | 5:40,0 | 6:24,0 | 7:17,0 | 8:18,0 | 9:29,0 | 10:40,0 |

***2. Плавание в бассейне 50м (минут:секунд,долей секунд)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид** | **МСМК** | **МС** | **КМС** | **I** | **II** | **III** | **I(ю)** | **II(ю)** | **III(ю)** |
| **50м (вольный стиль)** | 24,78 | 26,7 | 27,5 | 28,8 | 31,5 | 33,5 | 40,5 | 50,5 | 1:00,0 |
| **100м (вольный стиль)** | 53,9 | 57,9 | 1:01,9 | 1:05,74 | 1:13,3 | 1:21,0 | 1:35,0 | 1:55,0 | 2:14,0 |
| **200м (вольный стиль)** | 1:57,28 | 2:07,25 | 2:15,55 | 2:24,25 | 2:40,0 | 2:58,0 | 3:29,0 | 4:09,0 | 4:47,0 |
| **400м (вольный стиль)** | 4:07,26 | 4:29,0 | 4:44,0 | 5:02,0 | 5:43,0 | 6:27,0 | 7:38,0 | 8:49,0 | 10:00,0 |
| **800м (вольный стиль)** | 8:28,12 | 9:12,0 | 9:46,0 | 10:27,0 | 11:58,0 | 13:31,0 | 16:16,0 | 18:46,0 | 21:16,0 |
| **1500м (вольный стиль)** | 16:26,08 | 17:45,0 | 18:54,0 | 20:37,0 | 23:07,0 | 26:30,0 | 30:37,5 | 34:42,5 | 38:52,5 |
| **50м (на спине)** | 28,2 | 29,2 | 30,9 | 32,5 | 37,5 | 41,5 | 48,0 | 58,0 | 1:08,0 |
| **100м (на спине)** | 59,96 | 1:06,4 | 1:10,4 | 1:14,9 | 1:23,0 | 1:33,0 | 1:47,0 | 2:10,0 | 2:30,0 |
| **200м (на спине)** | 2:09,31 | 2:21,75 | 2:29,75 | 2:38,75 | 2:58,0 | 3:20,0 | 3:54,0 | 4:39,0 | 5:19,0 |
| **50м (брасс)** | 31,26 | 33,4 | 35,2 | 36,9 | 41,0 | 45,0 | 52,5 | 1:02,5 | 1:12,5 |
| **100м (брасс)** | 1:07,07 | 1:13,9 | 1:17,9 | 1:22,9 | 1:31,5 | 1:43,5 | 2:08,0 | 2:18,0 | 2:39,0 |
| **200м (брасс)** | 2:24,69 | 2:38,25 | 2:47,25 | 2:57,75 | 3:18,0 | 3:43,0 | 4:20,0 | 4:55,0 | 5:37,0 |
| **50м (баттерфляй)** | 26,2 | 28,25 | 29,4 | 31,9 | 34,5 | 37,5 | 44,5 | 54,5 | 1:04,5 |
| **100м (баттерфляй)** | 58,03 | 1:03,4 | 1:06,9 | 1:11,4 | 1:21,0 | 1:32,0 | 1:44,0 | 2:03,0 | 2:23,0 |
| **200м (баттерфляй)** | 2:08,58 | 2:20,75 | 2:28,25 | 2:38,25 | 2:59,0 | 3:22,0 | 3:49,0 | 4:25,0 | 5:05,0 |
| **200м (комплексное плавание)** | 2:11,88 | 2:24,75 | 2:33,25 | 2:42,75 | 3:03,0 | 3:29,0 | 3:58,0 | 4:34,0 | 5:14,0 |
| **400м (комплексное плавание)** | 4:38,66 | 5:07,0 | 5:24,5 | 5:46,0 | 6:30,0 | 7:23,0 | 8:24,0 | 9:35,0 | 10:46,0 |

**Условия выполнения норм:**

**1.** Спортивное звание МСМК присваивается за выполнение нормы на спортивных соревнованиях имеющих статус не ниже международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП (Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий).

**2.** Спортивное звание МС присваивается за выполнение нормы на официальных спортивных соревнованиях не ниже статуса чемпионата федерального округа, двух и более федеральных округов, чемпионатов города Москвы и города Санкт-Петербурга и первенства федерального округа, двух и более федеральных округов, первенств города Москвы и города Санкт-Петербурга. При обязательном использовании электронной системы хронометража.

**3.** Спортивный разряд КМС присваивается за выполнение нормы на спортивных соревнованиях не ниже статуса официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.

**4.** I спортивный разряд присваивается за выполнение нормы на спортивных соревнованиях не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.

**5.** КМС и I спортивные разряды присваиваются при наличии электронной системы хронометража, а при ее отсутствии - при наличии трех секундометристов на каждой дорожке.

**6.** II, III спортивные разряды и I юношеский спортивный разряд присваиваются за выполнение нормы на спортивных соревнованиях не ниже статуса официальных межмуниципальных спортивных соревнований.

**7.** II и III юношеские спортивные разряды присваиваются за выполнение нормы на соревнованиях любого статуса.

**8.** Спортивные звания и спортивные разряды присваиваются за выполнение нормы на 1-ом этапе эстафетного плавания (за исключением смешанных эстафет).

**9.** Первенства России проводятся в возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет), юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет).

**10.** Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

**11.** МСМК выполняется с 14 лет, МС - с 12 лет, КМС - с 10 лет, I - III спортивные разряды и юношеские спортивные разряды - с 9 лет.