

ЕНГИЛ АТЛЕТИКА

спорт турининг ягона спорт таснифи

Т/р	Мусобақалар даражаси	Эгаллаган ўрни
Халқаро тоифадаги Ўзбекистон спорт устаси*		
1.	Олимпия ўйинлари	1-12
2.	Жаҳон чемпионати	1-12
3.	Ёпиқ иншоотдаги Жаҳон чемпионатида	1-12
4.	Жаҳон кубоги финали (Қитъавий жаҳон кубоги)	1-8
5.	Ислон Бирдамлик ўйинлари	1
6.	Осиё ўйинларида	1-3
7.	Осиё чемпионати	1-3
Ўзбекистон спорт устаси**		
1.	Ёпиқ иншоотдаги Осиё ўйинларида	1-3
2.	Ёпиқ иншоотдаги Осиё чемпионати	1-3
3.	Ислон Бирдамлик ўйинлари	2-3
4.	Марказий Осиё чемпионати	1
5.	Ёшлар ўртасидаги Жаҳон чемпионати	1-3
6.	Ўсмирлар ўртасидаги Олимпия ўйинлари	1-3
7.	Ўсмирлар ўртасидаги Осиё ўйинлари	1
Ўзбекистон спорт усталигига номзод***		
1.	Ўзбекистон чемпионати ёки кубоги	1-2

Изоҳлар:

* Спортчида Ўзбекистон спорт устаси унвон мавжуд бўлиши шarti билан.

** Спортчида Ўзбекистон спорт усталигига номзод разряди бўлиши ҳамда спортчи камида 3 жамоадан иштирокчи сифатида қатнашиши шarti билан.

***Биринчи спорт разряди меъёрини бажариши шarti билан.

Унвон ва разрядларнинг меъёрлари

Т/р	Спорт тури	Хронометражи, ёш тоифаси, снарядлар параметрлари, спорт йўналишлари	Ўлчов бирлиги	Халқаро тоифадаги Ўзбекистон	Ўзбекистон спорт устаси	Ўзбекистон спорт усталигига	Биринчи спорт разряди	Иккинчи спорт разряди	Учинчи спорт разряди	Ўсмирлар учун биринчи спорт разряди	Ўсмирлар учун иккинчи спорт разряди	Ўсмирлар учун учинчи спорт разряди
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
ЭРКАКЛАР												
1	30 м	Қўл хронометражи	s					4.4	4.6	4.8	5.1	5.3
	50 м	Қўл хронометражи	s				6.4	6.6	7.0	7.4	8.0	8.5
2	60 м	Қўл хронометражи	s				7.4	7.8	8.2	8.7	9.3	9.6
		Автохронометраж	s	6.68	6.84	7.24	7.64	8.04	8.44	8.94	9.54	9.84
3	100 м	Қўл хронометражи	s				11.7	12.5	13.5	14.4	15.4	16.2
		Автохронометраж	s	10.35	10.74	11.34	11.94	12.74	13.74	14.64	15.64	16.44
4	200 м	Қўл хронометражи	s				24.2	26.0	28.0	30.5	34.0	37.5
		Автохронометраж	s	20.84	21.54	22.44	24.44	26.24	28.24	30.74	34.24	37.74
		Қўл хронометражи (айлана 200 м)	s				24.8	26.5	28.4	30.9	34.4	36.4
		Автохронометраж (айлана 200 м)	s			22.94	25.04	26.74	28.64	31.14	34.64	36.84
5	300 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	s				39.0	42.0	45.0	49.0	53.0	56.0

		Айлана 400 м (автохронометраж)	s			35.44	39.24	42.24	45.24	49.24	53.24	56.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	s				39.6	42.6	45.6	49.6	53.6	56.6
		Айлана 200 м (автохронометраж)	s			36.04	39.84	42.84	45.84	49.84	53.84	56.84
6	400 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				56.0	1:00.0	1:05.0	1:10.5	1:16.2	1:19.2
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	46.24	48.00	50.14	56.24	1:00.24	1:05.24	1:10.74	1:16.44	1:19.44
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				56.8	1:00.8	1:05.8	1:11.3	1:17.0	1:22.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	47.14	48.84	51.04	57.04	1:01.04	1:06.04	1:11.54	1:17.24	1:22.24
7	600 м	Қўл хронометражи	min, s				1:33.5	1:40.5	1:47.5	1:54.5	2:05.0	2:10.0
		Автохронометраж	min, s			1:23.44	1:33.74	1:40.74	1:47.74	1:54.74	2:05.24	2:10.24
		Қўл хронометражи (3 айлана)	min, s				1:34.7	1:41.7	1:48.7	1:55.7	2:06.2	2:12.2
		Автохронометраж (3 айлана)	min, s			1:24.34	1:34.94	1:41.94	1:48.94	1:55.94	2:06.44	2:12.44
8	800 м	Қўл хронометражи	min, s				2:10.0	2:20.0	2:31.0	2:43.0	2:58.0	3:06.0
		Автохронометраж	min, s	1:47.00	1:51.00	1:56.24	2:10.24	2:20.24	2:31.24	2:43.24	2:58.24	3:06.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				2:12.6	2:22.0	2:32.6	2:44.6	2:59.6	3:08.6
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	1:49.24	1:52.50	1:57.74	2:12.84	2:22.24	2:32.84	2:44.84	2:59.84	3:08.84
9	1000 м	Қўл хронометражи	min, s				2:52.0	3:08.0	3:18.0	3:35.0	3:54.0	4:04.0
		Автохронометраж	min, s		2:22.24	2:34.00	2:52.24	3:08.24	3:18.24	3:35.24	3:54.24	4:04.24

		Кўл хронометражи (5 айлана)	min, s				2:53.0	3:09.0	3:19.0	3:36.0	3:55.0	4:06.0
		Автохронометраж (5 айлана)	min, s			2:35.24	2:53.24	3:09.24	3:19.24	3:36.24	3:55.24	4:06.24
10	1500 м	Айлана 400 м (кўл хронометражи)	min, s				4:25.0	4:50.0	5:10.0	5:30.0	6:10.0	6:30.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	3:40.00	3:51.00	4:00.00	4:25.24	4:50.24	5:10.24	5:30.24	6:10.24	6:30.24
		Айлана 200 м (кўл хронометражи)	min, s				4:28.0	4:53.0	5:13.0	5:33.0	6:13.0	6:43.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	3:43.50	3:53.00	4:02.00	4:28.24	4:53.24	5:13.24	5:33.24	6:13.24	6:43.24
11	1 мил (1609м 30 см)	Кўл хронометражи	min, s			4:20.5	4:54.0	5:19.0	5:43.0			
		Автохронометраж	min, s		4:05.74	4:20.74	4:54.24	5:19.24	5:43.24			
12	2000 м	Айлана 400 м (кўл хронометражи)	min, s				6:10.0	6:38.0	7:12.0	7:42.0	8:29.0	9:09.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s				6:10.24	6:38.24	7:12.24	7:42.24	8:29.24	9:09.24
		Айлана 200 м (кўл хронометражи)	min, s				6:12.0	6:40.0	7:14.0	7:44.0	8:31.0	9:11.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s				6:12.24	6:40.24	7:14.24	7:44.24	8:31.24	9:11.24
13	3000 м	Айлана 400 м (кўл хронометражи)	min, s				9:45.0	10:30.0	11:15.0	12:15.0	13:20.0	13:50.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	7:54.24	8:15.24	8:40.24	9:45.24	10:30.24	11:15.24	12:15.24	13:20.24	13:50.24
		Айлана 200 м (кўл хронометражи)	min, s				9:49.0	10:34.0	11:19.0	12:19.0	13:24.0	13:54.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	7:58.24	8:19.24	8:45.24	9:49.24	10:34.24	11:19.24	12:19.24	13:24.24	13:54.24

14	5000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				16:45.0	18:00.0	19:15.0	20:50.0	22:10.0	
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	13:35.00	14:20.00	15:15.00	16:45.24	18:00.24	19:15.24	20:50.24	22:10.24	
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				16:50.0	18:05.0	19:20.0	20:55.0	22:15.0	
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s			15:20.00	16:50.24	18:05.24	19:20.24	20:55.24	22:15.24	
15	10000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				36:10.0	40:10.0	44:06.0			
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	28:30.00	29:55.00	32:00.00	36:10.24	40:10.24	44:06.24			
16	3 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			8:47	9:42	10:26	11:12	12:12		
17	5 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			15:25	16:40	17:50	19:10	20:45		
18	10 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s		30:15	32:20	36:30	40:30	44:26			
19	15 км шосседа	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s		48:00	52:00	55:30	59:30	1:04:00			
20	Яриммарафон 21,0975 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	soat(h), min, s	1:04:00	1:07:30	1:14:00	1:24:00	1:32:00	1:40:00			
21	Марафон 42,195 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	soat(h), min, s	2:18:00	2:24:30	2:45:00	3:00:00	3:10:00	Масофани тугатиш			
22	100 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	soat(h), min, s	6:45:00	7:00:00	7:30:00	Масофани тугатиш					
23	24 соат	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	km	250	230	210						

24	1 соат	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	km	20	18	16	15	14	13			
25	Эстафета 4 x 100 м	Қўл хронометражи	min, s				46.5	50.0	52.7	56.0	1:00.0	1:03.0
		Автохронометраж	min, s	39.50	41.24	42.74	46.74	50.24	52.94	56.24	1:00.24	1:05.24
26	Эстафета 4 x 200 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				1:36.0	1:42.0	1:51.0	2:02.0	2:16.0	2:24.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s		1:26.24	1:28.24	1:36.24	1:42.24	1:51.24	2:02.24	2:16.24	2:24.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				1:38.0	1:45.0	1:52.0	2:03.0	2:10.0	2:30.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s			1:30.00	1:38.24	1:45.24	1:52.24	2:03.24	2:10.24	2:30.24
27	Эстафета 4 x 400 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				3:42.0	3:59.0	4:18.0	4:39.0	5:00.0	5:20.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	3:06.24	3:10.24	3:18.24	3:42.24	3:59.24	4:18.24	4:39.24	5:00.24	5:20.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				3:44.0	4:03.0	4:22.0	4:43.0	5:04.0	5:20.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	3:08.24	3:12.24	3:20.24	3:44.24	4:03.24	4:22.24	4:43.24	5:04.24	5:20.24
28	Эстафета 4 x 800 м	Қўл хронометражи	min, s				8:39.0	9:19.0	10:03.0	10:52.0	11:50.0	12:10.0
		Автохронометраж	min, s			7:42.24	8:39.24	9:19.24	10:03.24	10:52.24	11:50.24	12:10.24
29	Эстафета 400м + 300м + 200м + 100м	Қўл хронометражи	min, s				2:12.0	2:24.5	2:34.0	2:48.0	3:02.0	3:14.0
		Автохронометраж	min, s			1:59.24	2:12.24	2:22.74	2:34.24	2:48.24	3:02.24	3:14.24
30	Эстафета 800 м + 400 м + 200 м + 100 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				3:41.0	3:55.0	4:10.0	4:25.0	4:40.0	4:52.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s			3:18.00	3:41.24	3:55.24	4:10.24	4:25.24	4:40.24	4:52.24

31	Экиден Марафон	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s		2:16:00	2:20:00	2:40:00	3:00:00	3:20:00			
32	Экиден Ярим марафон	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s		1:04:00	1:08:00	1:14:00	1:24:00	1:32:00			
33	Ғовлар оша югуриш 60 м	Ғовлар баландлиги: эркаклар, ёшлар (U23) - 1,067 м (кўл хронометражи)	s				9.4	10.0	10.6			
		Ғовлар баландлиги : эркаклар, ёшлар (U23) - 1,067 м (автохронометраж)	s	7.80	8.15	8.55	9.64	10.24	10.84			
		Ғовлар баландлиги : ёшлар (U20) - 0,991 м (кўл хронометражи)	s				9.3	9.9	10.5			
		Ғовлар баландлиги : ёшлар (U20) - 0,991 м (автохронометраж)	s			8.54	9.54	10.14	10.74			
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U18) - 0,914 м (кўл хронометражи)	s				9.2	9.8	10.4	10.9	11.5	
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U18) - 0,914 м (автохронометраж)	s			8.34	9.44	10.04	10.64	11.14	11.74	
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U16) - 0,838 м (кўл хронометражи)	s				9.2	9.7	10.3	10.8	11.6	12.0
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U16) - 0,838 м (автохронометраж)	s				9.44	9.94	10.54	11.04	11.84	12.24
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U14) - 0,762 м (кўл хронометражи)	s				9.4	9.7	10.3	10.8	11.6	12.0

		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U14) - 0,762 м (автохронометраж)	s				9.64	9.94	10.54	11.04	11.84	12.24
34	Ғовлар оша югуриш 110 м	Ғовлар баландлиги: эркаклар, ёшлар (U23) - 1,067 м (қўл хронометражи)	s				17.2	18.5	19.2			
		Ғовлар баландлиги: эркаклар, ёшлар (U23) - 1,067 м (автохронометраж)	s	13.84	14.44	15.24	17.44	18.74	19.44			
		Ғовлар баландлиги: ёшлар (U20) - 0,991 м (қўл хронометражи)	s				17.0	18.3	19.6	20.4		
		Ғовлар баландлиги: ёшлар (U20) - 0,991м (автохронометраж)	s			15.34	17.24	18.54	19.84	20.64		
		Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,914 м (қўл хронометражи)	s				16.8	18.2	19.2	20.6	21.3	
		Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,914 м (автохронометраж)	s			14.84	17.04	18.44	19.44	20.84	21.54	
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U16) - 0,838 м (қўл хронометражи)	s				16.8	18.2	19.2	20.6	21.3	
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U16) - 0,838 м (автохронометраж)	s			15.04	17.04	18.44	19.44	20.84	21.54	
		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U14) - 0,762 м (қўл хронометражи)	s				16.8	18.2	19.2	20.6	21.3	

		Ғовлар баландлиги : ўсмирлар (U14) - 0,762 м (автохронометраж)	s			14.94	17.04	18.44	19.44	20.84	21.54	
35	Ғовлар оша югуриш 300 м	Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,838 м (қўл хронометражи)	s				43.6	47.5	51.0	55.0	59.5	1:04.6
		Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,838 м (автохронометраж)	s			41.00	43.84	47.74	51.24	55.24	59.74	1:04.84
36	Ғовлар оша югуриш 400 м	Ғовлар баландлиги: эркаклар, ёшлар (U23) - 0,914 м (қўл хронометражи)	min, s				1:04.0	1:10.0	1:16.0	1:22.0		
		Ғовлар баландлиги: эркаклар, ёшлар (U23) - 0,914 м (автохронометраж)	min, s	50.00	53.00	55.74	1:04.24	1:10.24	1:16.24	1:22.24		
		Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,838м (қўл хронометражи)	min, s				1:02.0	1:08.0	1:15.0	1:20.0		
		Ғовлар баландлиги: ўсмирлар (U18) - 0,838 м (автохронометраж)	min, s			54.64	1:02.24	1:08.24	1:15.24	1:20.24		
37	Тўсиқлар оша югуриш 2000 м	Қўл хронометражи (сувли чукур)	min, s				6:50.0	7:25.0	7:55.0	8:10.0	8:25.0	8:38.0
		Автохронометраж (сувли чукур)	min, s		5:48.00	6:10.24	6:50.24	7:25.24	7:55.24	8:10.24	8:25.24	8:38.24
		Қўл хронометражи (чукурсиз)	min, s				6:42.0	7:17.0	7:48.0	8:10.0		
		Автохронометраж (чукурсиз)	min, s		5:40.00	6:00.24	6:42.24	7:17.24	7:48.24	8:10.24		

38	Тўсиқлар оша югуриш 3000 м	Кўл хронометражи (сувли чуқур)	min, s				10:45.0	11:30.0	12:00.0			
		Автохронометраж (сувли чуқур)	min, s	8:32.00	8:55.00	9:25.24	10:45.24	11:30.24	12:00.24			
		Кўл хронометражи (чуқурсиз)	min, s				10:25.0	11:10.0	11:40.0			
		Автохронометраж (чуқурсиз)	min, s			9:20.24	10:25.24	11:10.24	11:40.24			
39	Кросс 1 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				2:52	3:05	3:22	3:40	4:05	4:14
40	Кросс 2 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				6:26	6:54	7:28	7:58	8:45	9:25
41	Кросс 3 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s			8:50	9:50	10:25	11:20	12:20	13:30	14:10
42	Кросс 5 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s			15:30	16:55	18:15	19:30	21:15	23:00	
43	Кросс 6 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				20:45	22:10	23:45	25:20		
44	Кросс 8 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				28:10	30:10	32:15	34:15		
45	Кросс 10 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s			32:30	36:30	40:30	44:00			
46	Кросс 12 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				43:35	47:45	50:00			
47	Спортча юриш 1000 м	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				4:25.0	4:50.0	5:15.0	5:50.0	6:15.0	6:40.0
	Спортча юриш 2000 м	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s				9:25.0	10:05.0	10:55.0	11:55.0	13:00.0	14:00.0

	Спортча юриш 3000 м	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s					14:45.0	16:10.0	17:45.0	18:35.0	19:45.0	21:00.0
48	Спортча юриш 3км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	min, s					14:35	16:00	17:35	18:25	19:35	20:50
49	Спортча юриш 5000 м	Стадионда	min, s				21:50.0	25:00.0	27:30.0	30:00.0	31:50.0	34:10.0	36:30.0
	Спортча юриш 5 км	Шосседа	min, s				21:40	24:50	27:20	29:50	31:40	34:00	36:20
50	Спортча юриш 10000 м	Стадионда	soat(h), min, s		42:00.0	46:00.0	53:00.0	59:00.0	1:05.00	1:08.00	1:10:15		
	Спортча юриш 10 км	Шосседа	soat(h), min, s		41:45	45:45	52:45	58:45	1:04:45	1:07:45	1:10:00		
51	Спортча юриш 20 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	1:25:00	1:31:00	1:36:00	1:52:00	2:05:00	2:18:00				
52	Спортча юриш 20 000 м	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	1:25:30	1:31:30	1:36:30	1:52:30	2:05:30	2:18:30				
53	Спортча юриш 35 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	2:33:00	2:45:00	2:55:00	Масофани тугатиш						
54	Спортча юриш 50 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	4:10:00	4:25:00	4:50:00	Масофани тугатиш						
55	Баландликка сакраш		min	2.25	2.13	2.00	1.75	1.60	1.50	1.40	1.30	1.25	

56	Лангарчўп билан сакраш		min	5.50	5.10	4.50	3.60	3.00	2.80	2.40	2.10	2.00
57	Узунликка сакраш		min	7.95	7.60	7.00	6.20	5.40	5.00	4.50	4.00	3.70
58	Уч хатлаб сакраш		min	16.80	16.00	14.50	13.20	12.10	11.40	10.70	10.00	9.50
59	Диск улоқтириш	Эркаклар, ёшлар (U23) - 2,0 кг	min	63.00	56.00	46.00	36.00	30.00	27.00			
		Ёшлар (U20) - 1,75 кг	min		57.50	47.00	38.00	32.00	27.00	23.00		
		Ўсмирлар (U18) - 1,5 кг	min			51.00	41.00	34.00	28.00	23.00	20.00	
		Ўсмирлар (U16) - 1,0 кг	min				43.00	38.00	32.00	28.00	24.00	22.00
60	Боскон улоқтириш	Эркаклар, ёшлар (U23) - 7,26 кг	min	75.00	66.00	56.00	45.00	38.00	34.00			
		Ёшлар (U20) - 6,0 кг	min		68.50	60.00	49.00	43.00	36.00	32.00		
		Ўсмирлар (U18) - 5,0 кг	min			64.00	51.00	42.00	39.00	34.00	28.00	25.00
		Болалар (U16) - 4,0 кг	min				53.00	45.00	41.00	36.00	30.00	27.00
61	Найза улоқтириш	Эркаклар, ёшлар (U23), ёшлар (U20) -800г	min	79.00	71.00	63.00	51.00	43.00	37.00	33.00		
		Ўсмирлар (U18) - 700гр	min			65.00	54.00	44.00	38.00	34.00	28.00	26.00
		Ўсмирлар (U16) - 600гр	min				56.00	45.00	40.00	35.00	30.00	28.00
		Ўсмирлар (U14) - 500гр	min				59.00	48.00	42.00	34.00	32.00	30.00
62	Граната улоқтириш	700гр	min				54.00	45.00	40.00	35.00	30.00	26.00
63	Тўп улоқтириш	150гр	min				65.00	58.00	50.00	45.00	40.00	36.00
64	Ядро итқитиш	Эркаклар, ёшлар (U23) - 7,26кг	min	19.50	17.20	15.00	12.00	10.00	9.00			
		Ёшлар (U20) - 6,0кг	min		18.70	16.00	13.00	11.00	10.00			

		Ўсмирлар (U18) - 5,0кг	min			17.00	14.00	12.00	10.00	9.00	8.00	7.40
		Болалар (U14) - 4,0кг	min				13.30	11.00	10.00	9.00	8.00	7.40
65	Ўн кураш	Эркаклар, ёшлар (U23)	Балл	7800	6950	6000	4600	3800	33.00			
		Ёшлар (U20)	Балл		7300	6200	4800	3700	3100	2400	2100	
		Ўсмирлар (U18)	Балл			6200	4700	3700	3100	2600	2000	1800
		Ўсмирлар (U16)	Балл			6200	4700	3700	3100	2600	2000	1800
66	Етти кураш	Эркаклар, ёшлар (U23), айлана 200 м	Балл	5700	5100	4400	3300	2500	2300	1900	1400	1200
		Ёшлар (U20), айлана 200 м	Балл		5300	4600	3500	2900	2500	2000	1500	1300
		Ўсмирлар (U18), айлана 200м	Балл			4600	3500	2900	2500	2000	1500	1300
		Ўсмирлар (U16)	Балл			4500	3400	2800	2400	1900	1400	1200
67	Бешкураш	Эркаклар, ёшлар (U23) айлана 200 м	Балл			3600	2800	2300	2000	1700	1300	1100
		Ёшлар (U20), айлана 200 м	Балл			3550	2750	2300	2000	1700	1300	1100
		Ўсмирлар (U18), айлана 200м	Балл			3500	2700	2300	2000	1700	1300	1100
		Ўсмирлар (U16)	Балл			3500	2700	2300	2000	1700	1300	1100
68	Тўрт кураш	Ўсмирлар (U16)	Балл				300	260	210	180	120	100
69	Уч кураш	Ўсмирлар (U16)	Балл				1500	1200	1000	800	600	500
АЁЛЛАР												
70	30 м	Қўл хронометражи	s					5.0	5.1	5.3	5.6	5.8
	50 м	Қўл хронометражи	s				7.4	7.7	8.2	8.6	9.3	10.0
71	60 м	Қўл хронометражи	s				8.4	8.9	9.4	9.9	10.5	11.2
		Автохронометраж	s	7.30	7.50	7.84	8.64	9.14	9.64	10.14	10.74	11.44
72	100 м	Қўл хронометражи	s				13.8	14.8	15.5	16.6	17.7	18.7

		Автохронометраж	s	11.40	11.94	12.50	14.04	15.04	15.74	16.84	17.74	18.94
73	200 м	Қўл хронометражи	s				28.5	31.0	33.0	34.5	36.5	38.0
		Автохронометраж	s	23.24	24.00	25.44	28.74	31.24	33.24	34.74	36.74	38.24
		Қўл хронометражи (1 айлана)	s				29.0	31.5	34.0	35.5	37.0	39.0
		Автохронометраж (1 айлана)	s			26.14	29.24	31.74	34.24	35.74	37.24	39.24
74	300 м	Қўл хронометражи	min, s				45.0	49.0	53.0	55.0	57.0	59.0
		Автохронометраж	min, s			40.00	45.24	49.24	53.24	55.24	57.24	59.24
		Қўл хронометражи (айлана 200 м)	min, s				46.0	50.0	53.8	56.0	58.0	1:00.0
		Автохронометраж (айлана 200 м)	min, s			41.00	46.24	50.24	54.04	56.24	58.24	1:00.24
75	400 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				1:05.0	1:10.0	1:15.0	1:20.0	1:25.0	1:30.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	52.30	54.60	57,30	1:05.24	1:10.24	1:15.24	1:20.24	1:25.24	1:30.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				1:06.0	1:11.5	1:16.0	1:20.0	1:25.0	1:30.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	53.50	55.60	58.30	1:06.24	1:11.74	1:16.24	1:20.24	1:25.24	1:30.24
76	600 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				1:50.5	1:59.0	2:09.0	2:20.0	2:32.0	2:41.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s			1:36.74	1:50.74	1:59.24	2:09.24	2:20.24	2:32.24	2:41.24
		Қўл хронометражи (3 айлана)	min, s				1:51.7	2:00.2	2:10.2	2:21.2	2:33.2	2:42.0
		Автохронометраж (3 айлана)	min, s			1:37.94	1:51.94	2:00.44	2:10.44	2:21.44	2:33.44	2:42.24

77	800 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				2:36.0	2:48.0	3:01.0	3:16.0	3:35.0	3:48.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	2:02.24	2:08.24	2:16.24	2:36.24	2:48.24	3:01.24	3:16.24	3:35.24	3:48.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				2:37.5	2:49.5	3:02.5	3:17.5	3:36.5	3:49.5
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	2:03.74	2:09.24	2:17.24	2:37.74	2:49.74	3:02.74	3:17.74	3:36.74	3:49.74
78	1000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				3:21.0	3:40.0	3:56.0	4:18.0	4:45.0	5:14.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s			2:56.24	3:21.24	3:40.24	3:56.24	4:18.24	4:45.24	5:14.24
		Қўл хронометражи (5 айлана)	min, s				3:23.0	3:39.0	3:56.0	4:20.0	4:47.0	5:16.0
		Автохронометраж (5 айлана)	min, s			2:58.24	3:23.24	3:39.24	3:56.24	4:20.24	4:47.24	5:16.24
79	1500 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				5:19.0	5:45.0	6:16.0	6:50.0	7:30.0	8:05.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	4:10.00	4:20.00	4:36.24	5:19.24	5:45.24	6:16.24	6:50.24	7:30.24	8:05.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				5:21.5	5:47.5	6:18.5	6:52.5	7:32.5	8:07.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	4:12.74	4:22.74	4:38.74	5:21.74	5:47.74	6:18.74	6:52.74	7:32.74	8:07.24
80	1 мил (1609м 34см)	Қўл хронометражи	min, s				5:44.0	6:13.0	6:44.0			
		Автохронометраж	min, s		4:45.00	5:03.00	5:44.24	6:13.24	6:44.24			
81	2000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				7:22	7:54	8:34	9:24	10:09	11:24
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s				7:22.24	7:54.24	8:34.24	9:24.24	10:09.24	11:24.24

		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				7:24	7:56	8:36	9:26	10:11	11:26
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s				7:24.24	7:56.24	8:36.24	9:26.24	10:11.24	11:26.24
82	3000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				11:40.0	12:45.0	13:50.0	14:55.0	16:10.0	17:10.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	9:00.00	9:28.00	10:00.24	11:40.24	12:45.24	13:50.24	14:55.24	16:10.24	17:10.24
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				11:42.0	12:47.0	13:52.0	14:57.0	16:12.0	17:12.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	9:05.00	9:33.00	10:05.24	11:42.24	12:47.24	13:52.24	14:57.24	16:12.24	17:12.24
83	5000 м	Айлана 400 м (қўл хронометражи)	min, s				19:50.0	21:20.0	23:00.0	24:45.0	26:00.0	
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	15:30.00	16:25.00	17:10.00	19:50.24	21:20.24	23:00.24	24:45.24	26:00.24	
		Айлана 200 м (қўл хронометражи)	min, s				19:55.0	21:25.0	23:05.0	24:50.0	26:05.0	
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s		16:30.00	17:17.00	19:55.24	21:25.24	23:05.24	24:50.24	26:05.24	
84	10000 м	Қўл хронометражи	min, s				43:00.0	46:30.0	49:40.0			
		Автохронометраж	min, s	33:20.00	35:20.00	37:00.00	43:00.24	46:30.24	49:40.24			
85	3 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			10:07	11:26	12:42	13:46	14:52	16:06	
86	5 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			17:20	19:58	21:28	23:08	24:53	26:10	
87	10 км шосседа югуриш	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s		35:35	38:00	43:15	46:45	49:10			

88	15 км шосседә югуриш	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s			56:00	1:05:00	1:11:00	1:15:00			
89	Ярим марафон 21,0975 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	1:14:00	1:19:00	1:25:00	1:38:00	1:49:00	2:00:00			
90	Марафон 42,195 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	2:44:00	2:53:00	3:10:00	3:38:00	3:58:00	Масофани тугатиш			
91	100 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	7:50:00	8:20:00	9:05:00	Масофани тугатиш					
92	1 соат	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	19	17	16	14	13	12			
93	24 соат	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	km	220	205	175						
94	Эстафета 4 x 100 м	Кўл хронометражи	min, s				54.5	58.5	1:02.5	1:07.2	1:11.0	1:16.0
		Автохронометраж	min, s	44.00	45.74	48.24	54.74	58.74	1:02.74	1:07.44	1:11.24	1:16.24
95	Эстафета 4 x 200 м	Айлана 400 м (кўл хронометражи)	min, s				1:52.0	2:03.0	2:12.0	2:14.0	2:22.0	2:28.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s		1:36.00	1:40.00	1:52.24	2:03.24	2:12.24	2:14.24	2:22.24	2:28.24
		Айлана 200 м (кўл хронометражи)	min, s				1:54.0	2:05.0	2:10.0	2:16.0	2:24.0	2:30.0
		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s			1:42.00	1:54.24	2:05.24	2:10.24	2:16.24	2:24.24	2:30.24
96	Эстафета 4 x 400 м	Айлана 400 м (кўл хронометражи)	min, s				4:16.0	4:40.0	5:00.0	5:20.0	5:40.0	6:00.0
		Айлана 400 м (автохронометраж)	min, s	3:30.00	3:38.00	3:51.00	4:16.24	4:40.24	5:00.24	5:20.24	5:40.24	6:00.24
		Айлана 200 м (кўл хронометражи)	min, s				4:18.0	4:42.0	5:02.0	5:22.0	5:42.0	6:02.0

		Айлана 200 м (автохронометраж)	min, s	3:32.00	3:40.00	3:53.00	4:18.24	4:42.24	5:02.24	5:22.24	5:42.24	6:02.24
97	Эстафета 4 x 800 м	Қўл хронометражи	min, s				10:24.0	11:12.0	12:04.0	13:04.0	14:10.0	15:10.0
		Автохронометраж	min, s			9:00.24	10:24.24	11:12.24	12:04.24	13:04.24	14:10.24	15:10.24
98	Эстафета 400 м + 300 м + 200 м + 100 м	Қўл хронометражи	min, s				2:32.0	2:46.0	2:58.0	3:10.0	3:25.0	3:35.0
		Автохронометраж	min, s			2:15.24	2:32.24	2:46.24	2:58.24	3:10.24	3:25.24	3:35.24
99	Эстафета 800 м + 400 м + 300 м + 100 м	Қўл хронометражи	min, s				4:20.0	4:35.0	4:50.0	5:00.0	5:10.0	5:20.0
		Автохронометраж	min, s			3:50.00	4:20.24	4:35.24	4:50.24	5:00.24	5:10.24	5:20.24
100	Ғовлар оша югуриш 60 м	Ғовлар баландлиги: аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 0,838 м (қўл хронометражи)	s				10.2	11.0	11.6			
		Ғовлар баландлиги: аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 0,838 м (автохронометраж)	s	8.15	8.54	9.04	10.44	11.24	11.84			
		Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762 м (қўл хронометражи)	s				10.0	10.8	11.7	12.7	13.7	14.2
		Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762 м (автохронометраж)	s			8.74	10.24	11.04	11.94	12.94	13.94	14.44
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U16) - 0,762м, (қўл хронометражи)	s				9.6	10.7	11.6	12.6	13.4	14.0
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U16) - 0,762м, (автохронометраж)	s				9.84	10.94	11.84	12.84	13.64	14.24

		Ғовлар баландлиги: қизлар (U14) - 0,762м (қўл хронометражи)	s				9.7	10.8	11.7	12.8	13.5	14.2
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U14) - 0,762м (автохронометраж)	s				9.94	11.04	11.94	13.04	13.74	14.44
101	Ғовлар оша югуриш 100 м	Ғовлар баландлиги: аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 0,838м (қўл хронометражи)	s				17.2	18.5	19.0	19.5		
		Ғовлар баландлиги: аёллар, аёллар (U23), ёшлар (20 ёшгача) - 0,838 м (автохронометраж)	s	13.25	14.24	15.24	17.44	18.74	19.24	19.74		
		Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762м (қўл хронометражи)	s				16.9	18.7	19.8	21.4	23.2	25.2
		Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762м (автохронометраж)	s			14.80	17.14	18.94	20.04	21.64	23.44	25.44
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U16) - 0,762 м (қўл хронометражи)	s				16.7	18.5	19.8	20.8	22.8	24.8
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U16) - 0,762 м (автохронометраж)	s				16.94	18.74	20.04	21.04	23.04	25.04
		Ғовлар баландлиги: қизлар (U14) - 0,762м (қўл хронометражи)	s				16.9	18.7	20.0	21.0	23.0	25.0

		Ғовлар баландлиги: қизлар (U14) - 0,762м (автохронометраж)	s				17.14	18.94	20.24	21.24	23.24	25.24
102	Ғовлар оша югуриш 300 м	Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762 м (қўл хронометражи)	min, s				50.5	55.0	1:00.0	1:05.5	1:08.5	1:12.0
		Ғовлар баландлиги: ўсмир қизлар (U18) - 0,762 м (автохронометраж)	min, s				50.74	55.24	1:00.24	1:05.74	1:08.74	1:12.24
103	Ғовлар оша югуриш 400 м	Ғовлар баландлиги: 0,762 м (қўл хронометражи)	min, s				1:13.0	1:21.0	1:27.0	1:30.0	1:35.0	1:40.0
		Ғовлар баландлиги: 0,762 м (автохронометраж)	min, s	56.50	1:00.24	1:04.24	1:13.24	1:21.24	1:27.74	1:30.24	1:35.24	1:40.24
104	Тўсиқлар оша югуриш 2000 м	Қўл хронометражи (сувли чуқур)	min, s				7:55.0	8:15.0	8:25.0	8:35.0	8:40.0	8:55.0
		Автохронометраж (сувли чуқур)	min, s		6:45.00	7:15.00	7:55.24	8:15.24	8:25.24	8:35.24	8:40.24	8:55.24
		Қўл хронометражи (чуқурсиз)	min, s				7:50.0	8:10.0	8:20.0	8:30.0	8:35.0	8:50.0
		Автохронометраж (чуқурсиз)	min, s		6:25.00	7:00.00	7:50.24	8:10.24	8:20.24	8:30.24	8:35.24	8:50.24
105	Тўсиқлар оша югуриш 3000 м	Қўл хронометражи	min, s			11:14.7	12:35.0	13:45.0	14:50.0			
		Автохронометраж	min, s	9:50.00	10:35.00	11:15.00	12:35.24	13:45.24	14:50.24			
		Қўл хронометражи (чуқурсиз)	min, s			11:00.0	12:20.0	13:30.0	14:35.0			
		Автохронометраж (чуқурсиз)	min, s			11:00.24	12:20.24	13:30.24	14:35.24			
106	Кросс 1 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s				3:26	3:48	4:08	4:29	4:53	5:20

107	Кросс 2 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s				7:38	8:10	8:50	9:40	10:25	11:40
108	Кросс 3 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			10:10	11:52	12:56	14:00	15:05	16:20	17:30
109	Кросс 5 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			17:30	20:00	21:00	23:55	25:30	27:50	
110	Кросс 6 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s				24:35	26:35	28:50			
111	Спортча юриш 1000 м	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s				4:55.0	5:20.0	5:50.0	6:20.0	6:55.0	7:20.0
	Спортча юриш 2000 м	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s				10:25.0	11:20.0	12:20.0	13:25.0	14:35.0	15:10.0
	Спортча юриш 3000 м	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	min, s			14:20.0	16:20.0	17:35.0	19:00.0	20:30.0	22:30.0	24:10.0
	Спортча юриш 3 км	Шосседа	min, s			14:10.0	16:10.0	17:25.0	18:50.0	20:20.0	22:20.0	24:10.0
112	Спортча юриш 5000 м	Стадионда	min, s			25:30.0	29:00.0	32:00.0	34:00.0	36:20.0	38:30.0	40:10.0
	Спортча юриш 5 км	Шосседа	min, s			25:20	28:50	31:50	33:50	36:10	38:20	40:00
113	Спортча юриш 10000 м	Стадионда	soat(h), min, s	46:30.00	48:50.00	53:00.00	1:00:00	1:08:30.0	1:10:00.0	1:12:00.0		
	Спортча юриш 10 км	Шосседа	soat(h), min, s	46:20	48:40	52:30	59:50	1:08:20	1:09:50	1:11:50		
114	Спортча юриш 20 км	Автохронометраж ёки қўл хронометражи	soat(h), min, s	1:36:00	1:46:30	1:52:00	2:12:00	Масофани тугатиш				

115	Спортча юриш 20000м	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	1:36:30	1:47:00	1:52:30	2:12:30	Масофани тугатиш				
116	Спортча юриш 35 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	3:00:00	3:15:00	3:30:00	3:40:00	Масофани тугатиш				
117	Спортча юриш 50 км	Автохронометраж ёки кўл хронометражи	soat(h), min, s	4:40:00	5:10:00	5:45:00	Масофани тугатиш					
118	Баландликка сакраш		m	1.90	1.80	1.70	1.50	1.40	1.30	1.20	1.15	1.10
119	Лангарчўп билан сакраш		m	4.00	3.70	3.35	2.80	2.40	2.20	2.00	1.90	1.80
120	Узунликка сакраш		m	6.60	6.20	5.65	5.00	4.60	4.20	4.00	3.60	3.20
121	Уч хатлаб сакраш		m	14.00	13.40	12.50	11.40	10.50	10.00	9.00	8.00	7.50
122	Диск улоқтириш	Аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20), ўсмир қизлар (U18)-1,0 кг	m	59.00	52.00	45.00	33.00	28.00	24.00	21.00	18.00	16.00
		Қизлар (U14) - 0,75 кг	m				35.00	31.00	27.00	24.00	21.00	19.00
123	Боскон улоқтириш	Аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 4,0 кг	m	67.00	56.00	46.00	36.00	33.00	28.00	22.00	20.00	18.00
		Ўсмир қизлар (U18) - 3,0 кг	m			50.00	37.00	31.00	28.00	24.00	21.00	19.00
124	Найза улоқтириш	Аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 600 гр	m	61.00	55.00	45.00	33.00	28.00	24.00	22.00	20.00	18.00
		Ўсмир қизлар (U18) - 500гр	m			48.00	36.00	30.00	25.00	23.00	20.00	18.00
		Қизлар (U14) - 400гр	m				37.00	29.00	26.00	23.00	20.00	18.00
125	Граната улоқтириш	500гр	m				40.00	35.00	30.00	26.00	22.00	20.00

126	Тўп улоқтириш	150гр	m				55.00	46.00	39.00	32.00	25.00	22.00
127	Ядро итқитиш	Аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20) - 4,0 кг	m	18.50	16.00	13.00	10.00	8.50	7.80	6.50	5.50	5.00
		Ўсмир қизлар (U18) - 3,0 кг	m			14.00	11.50	10.00	9.00	8.00	7.00	6.00
128	7-кураш	Аёллар, аёллар (U23), ёшлар (U20)	Балл	5900	5100	4200	3200	2500	2200			
		Ўсмир қизлар (U18)	Балл			4300	3250	2450	2100	1700	1300	1100
129	5-кураш	Аёллар, аёллар (U23) айлана 200 м	Балл	4300	3800	3200	2400	1900				
		Ўсмир қизлар (U18), айлана 200 м	Балл			3300	2500	2000	1400	1200	1000	800
130	4-кураш	Қизлар (U16)	Балл				330	260	220	180	150	120
131	3-кураш	Қизлар (U18)	Балл				1450	1200	1000	800	600	450
АРАЛАШ ЭСТАФЕТА (эркаклар, аёллар <i>mix</i>)												
132	Аралаш эстафета 4x400 м - (2 аёл +2 эркак)	Қўл хронометражи (айлана 400 м)	min, s				4:02.5	4:22.0	4:42.0	5:05.5		
		Автохронометраж (айлана 400 м)	min, s	3:22.00	3:29.00	3:35.00	4:02.74	4:22.24	4:42.24	5:05.74	5:31.24	5:50.24
		Қўл хронометражи (айлана 200 м)	min, s				4:04.0	4:24.0	4:44.0	5:07.0		
		Автохронометраж (айлана 200 м)	min, s		3:31.00	3:37.00	4:04.24	4:24.24	4:44.24	5:07.24		