

System współzawodnictwa, klasyfikacji sportowych oraz zasady przeprowadzania rankingów i klasyfikacji Polskiego Związku Kulturystryki, Fitness i Trójboju Siłowego

Obowiązujący od dnia 1-go stycznia 2009r.

Dla przejrzystości przepisów zastosowano w nich jednolitą formę w rodzaju męskim, o ile kontekst zapisu nie wymagał obu form. Wszelkie stwierdzenia w niniejszych przepisach odnoszące się do mężczyzn odnoszą się również do kobiet, o ile nie uszczegółowiono konkretnego zapisu. Również dla uproszczenia zapisów dotyczących członków PZKFITS – kluby sportowe i stowarzyszenia kultury fizycznej nazwano klubami.

I. System współzawodnictwa PZKFITS

1. System współzawodnictwa PZKFITS w zakresie trójboju siłowego i wyciskania leżąc obejmuje następujące zawody:
 - a. mistrzostwa Polski kobiet i mężczyzn – seniorów;
 - b. puchary Polski kobiet i mężczyzn – seniorów;
 - c. mistrzostwa Polski junierek i juniorów do lat 23, zwanych dalej juniorami;
 - d. mistrzostwa Polski junierek i juniorów do lat 20, zwanych dalej juniorami młodszymi;
 - e. mistrzostwa Polski junierek i juniorów do lat 18;
 - f. mistrzostwa Polski weteranek i weteranów w kategoriach wiekowych określonych przepisami IPF;
 - g. zawody regionalne oraz inne umieszczone w kalendarzu imprez PZKFITS.
2. System współzawodnictwa PZKFITS obejmuje również system rywalizacji dzieci i młodzieży prowadzony na mistrzostwach Polski junierek i juniorów do lat 18 w dwóch grupach wiekowych:
 - a. 17-18 lat, zwanych dalej kadetami;
 - b. 14-16 lat, zwanych dalej młodzikami.Eliminacjami do mistrzostw Polski kadetów i młodzików są mistrzostwa makroregionów. Eliminacjami do mistrzostw makroregionów są mistrzostwa klubów.
3. W zawodach wyszczególnionych w pkt. 1 i 2 uczestniczyć mogą kluby-członkowie PZKFITS posiadające licencję oraz mający opłacone składki członkowskie na dany rok najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy zawodników startujących w danych zawodach.
4. W zawodach wyszczególnionych w pkt. 1 i 2 uczestniczyć mogą zawodnicy :
 - a. posiadający obywatelstwo polskie lub kartę stałego pobytu;
 - b. posiadający ważną i opłaconą licencję zawodnika wydaną przez PZKFITS, uprawniającą do uczestnictwa we współzawodnictwie sportowym;
 - c. posiadający ważne badania lekarskie;
 - d. nie mających aktualnej kary zawieszenia w prawach zawodnika lub cięższej nałożonej przez Komisję Dyscyplinarną PZKFITS.
5. W zgłoszeniu do zawodów należy podać:
 - a. pełną nazwę klubu, zgodną ze statutem i wpisem do rejestru lub ewidencji stowarzyszeń – zwaną w dalszej części dokumentu nazwą klubu;
 - b. imię i nazwisko trenera lub instruktora trójboju siłowego lub podnoszenia ciężarów z licencją trenerską lub instruktorską PZKFITS, będącego członkiem danego klubu;
 - c. imię i nazwisko zawodnika;
 - d. datę urodzenia zawodnika;
 - e. planowaną kategorię wagową zawodnika;
 - f. kategorię wiekową zawodnika w przypadku zawodów łączących różne kategorie wiekowe.

6. Rozgrywane są według przepisów IPF i PZKFITS w klasyfikacjach indywidualnych i drużynowych.
7. Zawody rozgrywane w różnych kategoriach wiekowych mogą być łączone. Klasyfikacja indywidualna i drużynowa na takich zawodach prowadzona jest oddzielnie dla różnych kategorii wiekowych, tak jakby zawody dla tych kategorii wiekowych odbywały się oddzielnie.
8. Zawodnik klasyfikowany jest, gdy uzyska wynik co najmniej na poziomie:
 - a. minimum klasy III na zawodach seniorów;
 - b. minimum klasy A na zawodach juniorów do 23 lat;
 - c. minimum klasy B na zawodach juniorów do 20 lat.W zawodach do lat 18 oraz weteranów nie stosuje się limitów wynikowych.
9. Klasyfikacje indywidualne odbywają się w:
 - a. kategoriach wagowych – według przepisów IPF i PZKFITS;
 - b. kategoriach wiekowych – według przepisów IPF i PZKFITS;
 - c. kategorii open – według formuły Wilks’a.
10. W klasyfikacji drużynowej uczestniczą kluby posiadające trenera lub instruktora trójboju siłowego lub podnoszenia ciężarów z licencją trenerską lub instruktorską PZKFITS opłaconą na dany rok najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na danych zawodach.
11. Klasyfikacje drużynowe na zawodach z kalendarza imprez PZKFITS odbywają się według przepisów IPF i PZKFITS, ponadto:
 - a. W mistrzostwach Polski sumowane są punkty drużynowe według przepisów IPF. W przypadku równej ilości punktów i takich samych miejsc zajętych przez zawodników u dwóch lub więcej drużyn nagrodę odbiera drużyna posiadająca największą sumę punktów Wilks’a.
 - b. W pucharach Polski sumowane są punkty Wilks’a sześciu osób w drużynie o najwyższych wynikach według formuły Wilks’a. W przypadku równej ilości punktów u dwóch lub więcej drużyn nagrodę odbiera drużyna posiadająca najlepszego zawodnika wg formuły Wilks’a.
 - c. Minimalna wysokość punktów drużynowych wynosi zero.
12. Klasyfikacje indywidualne i drużynowe odbywają się oddzielnie dla każdej z płci.
13. Wszyscy sędziowie sędziujący w zawodach objętych systemem współzawodnictwa PZKFITS w zakresie trójboju siłowego i wyciskania leżąc muszą posiadać ważne licencje sędziego trójboju siłowego przyznane przez PZKFITS.
14. Każdy przypadek zawieszenia zawodnika w wyniku kontroli antydopingowej pomniejsza punkty drużynowe klubu o wartość 12 punktów, bez względu na to, czy osoba zdyskwalifikowana punktowała do klasyfikacji drużynowej.
15. Każdy komunikat po zawodach wyszczególnionych w pkt. 1 i 2 winien zawierać szczegółowe wyniki zawodów oraz pełne klasyfikacje zgodne z regulaminem zawodów, a w szczególności:
 - a. ostateczną kolejność;
 - b. imię i nazwisko zawodnika;
 - c. rok urodzenia;
 - d. nazwę klubu;
 - e. numer losowy zawodnika;
 - f. wagę ciała w kilogramach;
 - g. wszystkie podejścia wszystkich bojów w kilogramach z oznakowanym werdyktem sędziowskim każdego z nich,
 - h. wynik w trójboju lub wyciskaniu leżąc w kilogramach, jeśli są to zawody wyłącznie wyciskania leżąc, oraz punkty Wilks’a.
 - i. wynik drużynowy w punktach drużynowych lub Wilks’a w zależności od rodzaju zawodów,
 - j. zaznaczenie zawodników poddanych badaniom antydopingowym.Ponadto każde zestawienie wyników lub klasyfikacji zawiera datę sporządzenia, imię i nazwisko sędziego głównego zawodów oraz imię i nazwisko sporządzającego zestawienie.
16. Współczynniki Wilks’a dla kobiet do przeliczania wyniku na punkty Wilks’a w zależności od ciężaru ciała podano w Załączniku nr 1.
17. Współczynniki Wilks’a dla mężczyzn do przeliczania wyniku na punkty Wilks’a w zależności od ciężaru ciała podano w Załączniku nr 2.
18. Zasady przeliczania wyniku w kilogramach na punkty Wilks’a podano w Załączniku nr 3.

II. System klasyfikacji sportowej PZKFITS

1. W zakresie trójboju siłowego i wyciskania leżąc klasyfikacja sportowa odbywa się w oparciu o uzyskane klasy sportowe.
2. Klasyfikacji podlegają zawodnicy i kluby sportowe zrzeszone w PZKFITS.
3. Nadaje się następujące klasy sportowe:
 - a. seniorskie: trzecia (III), druga (II), pierwsza (I), mistrzowska krajowa (M), mistrzowska międzynarodowa (MM);
 - b. juniorskie: B i A.
4. Zawodnikowi nadaje się odpowiednią klasę sportową po uzyskaniu wyniku równego lub wyższego niż wynosi minimum wynikowe dla danej klasy sportowej podane w tabeli klas krajowych (Załącznik nr 4, tabele nr 2-5) lub – w przypadku klasy mistrzowskiej międzynarodowej – po zajęciu wymaganego miejsca w kategorii wagowej na zawodach wymienionych w pkt. 10.a. - według tabeli klas mistrzowskich międzynarodowych (Załącznik nr 4, tabela nr 1).
5. Minimalne wyniki dla klas sportowych krajowych i zakresy miejsc do uzyskania dla klas mistrzowskich międzynarodowych podano w Załączniku nr 4 do niniejszych przepisów.
6. W przypadku juniorów startujących w najniższej kategorii wagowej juniorów warunkiem zdobycia klasy sportowej seniorskiej (III, II, I, M) jest uzyskanie wyniku równego lub wyższego niż wynosi minimum wynikowe dla danej klasy sportowej w najniższej kategorii seniorów.
7. Klasa sportowa krajowa obowiązuje od dnia uzyskania do końca następnego roku kalendarzowego.
8. Klasa sportowa międzynarodowa obowiązuje od dnia uzyskania przez kolejne dwa lata.
9. Zawodnik może mieć dwie różne klasy sportowe – klasa w trójboju siłowym może być różna od klasy w wyciskaniu leżąc.
10. Klasy sportowe uzyskuje się na następujących zawodach:
 - a. klasę mistrzowską międzynarodową można uzyskać jedynie na:
 - i. mistrzostwach świata,
 - ii. mistrzostwach Europy,
 - iii. World Games;
 - b. klasy pierwszą i mistrzowską krajową można uzyskać na:
 - i. mistrzostwach Polski,
 - ii. pucharach Polski,
 - iii. zawodach międzynarodowych z kalendarza IPF, EPF lub PZKFITS uzyskując odpowiedni dla danej klasy wynik w kilogramach;
 - c. klasy sportowe młodzieżową B i A oraz trzecią i drugą można uzyskiwać na imprezach z kalendarza imprez PZKFITS i OZTS uzyskując odpowiedni dla danej klasy wynik w kilogramach.
11. Zestawienia klas sportowych zawierają co najmniej następujące informacje:
 - a. imię i nazwisko zawodnika;
 - b. rok urodzenia;
 - c. nazwę klubu lub jej skrót;
 - d. zdobyta klasa sportowa;
 - e. data zdobycia klasy sportowej;
 - f. data ostatniego dnia obowiązywania klasy sportowej;
 - g. dane zawodów, na których uzyskano klasę sportową:
 - i. nazwa zawodów lub jej skrót,
 - ii. miejsce rozegrania zawodów,
 - iii. podstawa uzyskanej klasy sportowej – wynik w kilogramach na zawodach krajowych, zajęte miejsce w kategorii wagowej na zawodach międzynarodowych.

Ponadto każde zestawienie klas sportowych zawiera datę sporządzenia oraz imię i nazwisko sporządzającego zestawienie.

III. Zasady przeprowadzania rankingów i klasyfikacji

2. Rankingi dzielą się na:
 - a. klubowe - sumujące punkty rankingowe uzyskane z zawodów sportowych;
 - b. indywidualne, z podziałem na klasyfikacje:
 - i. w kategoriach wagowych - wynik podawany jest w kilogramach;
 - ii. w punktach Wilks'a – wynik w kilogramach przeliczany jest na punkty Wilks'a (Załącznik nr 3);
 - c. w systemie system rywalizacji dzieci i młodzieży prowadzone są rankingi miast i województw na zasadach podanych w pkt. 1a.
3. Rankingi prowadzone są na bieżąco; obejmują jeden rok kalendarzowy – od 1-go stycznia do 31 grudnia danego roku.
4. Do rankingów brane są wyniki zawodów przeprowadzonych zgodnie z przepisami IPF, PZKFITS oraz zapisami regulaminów danych zawodów, po uprzedniej weryfikacji wyników zawodów.
5. Do rankingu bierze się pod uwagę następujące zawody:
 - a. mistrzostwa Europy i świata,
 - b. mistrzostwa Polski,
 - c. puchary Polski.
6. Do rankingu nie bierze się zawodów ograniczających możliwość startu od przynależności do konkretnej organizacji, tzw. zawody branżowe w rodzaju: akademickie mistrzostwa Polski, mistrzostwa Polski politechnik itp., lub zawody ograniczające startujących do zaproszonych osób.
7. Rankingi prowadzone są oddzielnie w podziale na:
 - a. kategorie wiekowe:
 - i. młodzicy 14-16 lat,
 - ii. kadeci 17-18 lat,
 - iii. juniorzy do lat 18,
 - iv. juniorzy do lat 20,
 - v. juniorzy do lat 23,
 - vi. seniorzy;
 - b. płeć startujących:
 - i. kobiety,
 - ii. mężczyźni;
 - c. rodzaj konkurencji:
 - i. trójboj siłowy,
 - ii. wyciskanie leżąc.
8. Rankingi mogą być łączone w zależności od potrzeb, gdy występują w nich punkty tego samego rodzaju lub sumowane są punkty rankingowe uzyskane według zasad podanych w pkt. 9.c.
9. Zasady przeprowadzania rankingów klubowych.
 - a. W rankingu klubowym klasyfikowane są wyłącznie kluby-członkowie PZKFITS spełniający warunki uczestnictwa w „Systemie współzawodnictwa PZKFITS” oraz:
 - i. posiadający trenera lub instruktora trójboju siłowego lub podnoszenia ciężarów z licencją trenerską lub instruktorską PZKFITS opłaconą na dany rok nie później niż przed planowym startem pierwszej grupy startujących w danych zawodach;
 - ii. kluby sportowe nie podlegają rankingom w okresie pozostawania w zawieszeniu w rozgrywkach krajowych i/lub międzynarodowych.
 - b. W przypadku zmiany barw klubowych w ciągu roku kalendarzowego punkty należne z tytułu startu zawodnika przyznawane są dla klubu, którego barwy zawodnik reprezentował w dniu startu.
 - c. Zasady punktacji do rankingów klubowych:
 - i. Punkty z poszczególnych zawodów sumują się do danego rankingu całorocznego.
 - ii. Punkty do rankingu zespołowego w trójboju siłowym i/lub wyciskaniu leżąc uzyskuje się mnożąc punkty z zawodów przez wartość współczynnika zależną od rangi zawodów według poniższego klucza:
 1. mistrzostwa świata seniorów – współczynnik równy 3,0;
 2. mistrzostwa Europy seniorów – współczynnik równy 2,0;

3. mistrzostwa świata juniorów – współczynnik równy 2,0;
 4. mistrzostwa świata subjuniorów – współczynnik równy 1,5;
 5. mistrzostwa Europy juniorów – współczynnik równy 1,0;
 6. mistrzostwa Polski i puchary Polski seniorów – współczynnik równy 1,0;
 7. mistrzostwa Polski juniorów do lat 23 – współczynnik równy 0,8
 8. mistrzostwa Polski juniorów do lat 20 – współczynnik równy 0,6;
 9. mistrzostwa Polski juniorów do lat 18 (w tym grupy kadetów i młodzików) – współczynnik równy 0,4.
- iii. Za poprawienie rekordu świata lub Europy klub otrzymuje dodatkowo równowartość:
1. za rekord w pojedynczym boju - 4 punktów pomnożonych przez odpowiedni dla rangi tego rekordu współczynnik podany w pkt. 9.c.ii;
 2. za rekord w trójboju lub wyciskaniu leżąc, gdy są to zawody wyciskania leżąc - 8 punktów pomnożonych przez odpowiedni dla rangi tego rekordu współczynnik podany w pkt. 9.c.ii;
 3. punkty za kolejne rekordy sumują się.
- iv. W przypadku równej ilości punktów drużynowych, przeliczeniowych lub Wilks'a u dwóch lub więcej podmiotów rankingów po wyczerpaniu omówionych w odpowiednich miejscach niniejszych przepisów innych kryteriów różnicujących te podmioty, jako zawody o większym znaczeniu traktuje się zawody trójboju siłowego.
- v. W klasyfikacjach klubowych sumuje się punkty drużynowe z sześciu najlepiej punktujących miejsc zajętych przez zawodników danego klubu na danych zawodach; w przypadku równej sumy punktów u dwóch lub większej ilości klubów o wyższym miejscu decyduje wyższa ilość punktów za zawody wyższej rangi podanych w pkt. 9.c.ii.
- vi. Klub, którego zawodnik poddany został badaniu antydopingowemu będzie odpowiednio oznaczony w rankingu lub klasyfikacji, jeśli zawody te weszły do rankingu lub klasyfikacji, a jego miejsce i punkty zostaną uznane za tymczasowe .
- vii. Każdy przypadek zawieszenia zawodnika w wyniku kontroli antydopingowej pomniejsza zdobyte w rankingu punkty klubu o wartość 12 pomnożoną przez współczynnik stosowny do rangi zawodów podanej w pkt. 9.c.ii, na których kontrolowano zawodnika, bez względu na to czy osoba zdyskwalifikowana punktowała do rankingu.
- d. Rankingi klubowe zawierają co najmniej następujące informacje:
- i. zajęte miejsce w rankingu,
 - ii. nazwę klubu,
 - iii. ilość punktów rankingowych.
10. Prowadzony jest ranking Najlepszego Klubu Roku sumujący wszystkie punkty drużynowe uzyskane na zawodach wymienionych w pkt. 2.a., po przeliczeniu ich na punkty rankingowe na zasadach podanych w pkt. 9. Do rankingu sumują się jako równouprawnione punkty z zawodów kobiet i mężczyzn.
- Klub z największą sumą punktów rankingowych otrzymuje tytuł Najlepszego Klubu Roku. W przypadku równej sumy punktów u dwóch lub większej ilości klubów o wyższym miejscu decyduje większa ilość punktów uzyskana za zawody wyższej rangi według stopniowania podanego w pkt. 9.c.ii.
11. Zasady przeprowadzania rankingów indywidualnych.
- a. W rankingu indywidualnym klasyfikowani są wyłącznie zawodnicy będący zrzeszeni w klubów-członkach PZKFITS spełniający warunki uczestnictwa w „Systemie współzawodnictwa PZKFITS” oraz:
- i. warunki zawarte w regulaminie danych zawodów;
 - ii. w przypadku opłacania licencji zawodniczej w trakcie sezonu startowego do rankingu brane są pod uwagę zawody, na których zawodnik opłacił licencję najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących w danych zawodach;
 - iii. sklasyfikowani w danych zawodach;

- iv. nie będący zawieszony w prawach zawodnika.
 - b. Do klasyfikacji wlicza się najlepszy wynik uzyskany w okresie obowiązywania rankingów:
 - i. w kilogramach w danej kategorii wagowej,
 - ii. w punktach Wilks'a bez względu na kategorię wagową.Zawodnik wykazywany jest tylko raz w pojedynczej kategorii wagowej.
Zawodnik wykazywany jest tylko raz w klasyfikacji w punktach Wilks'a.
 - c. W klasyfikacjach indywidualnych w punktach Wilks'a w przypadku równej ilości tych punktów u dwóch lub więcej zawodników rozstrzygnięcie o wyższym miejscu w rankingu następuje według sposobu podanego w pkt. 9.
 - d. W klasyfikacjach indywidualnych w kategoriach wagowych wykazuje się najwyższy wynik w kilogramach uzyskany przez zawodnika w danej kategorii wagowej w ciągu roku kalendarzowego obowiązującego dla danego rankingu, przy czym zawodnik może figurować w różnych kategoriach wagowych stosownie do swojej wagi ciała.
 - e. Zawodnik, który został poddany badaniu antydopingowemu, wyszczególniony imiennie w dowolnym zestawieniu rankingów i klasyfikacji, będzie odpowiednio oznaczony w rankingu lub klasyfikacji, jeśli zawody te weszły do rankingu lub klasyfikacji. Punkty i miejsce zawodnika uznane są wówczas za tymczasowe.
 - i. Po negatywnym wyniku badań antydopingowych lub korzystnym wyniku procesu odwoławczego wynikłego z tych badań zawodnik traci wcześniejsze oznakowanie w rankingach, a w ich miejsce wprowadzone zostaje oznakowanie oznaczające pozytywną weryfikację.
 - ii. Po pozytywnym wyniku badań antydopingowych lub niekorzystnym wyniku procesu odwoławczego wynikłego z tych badań, zawodnik zostaje usunięty z rankingów generowanych podczas bieżącego okresu zawieszona.Zawieszenie zawodnika powoduje usunięcie jego nazwiska z rankingu wygenerowanego w okresie zawieszona zawodnika.
 - f. Rankingi indywidualne zawierają co najmniej następujące informacje:
 - i. zajęte miejsce w rankingu;
 - ii. wynik wzięty do rankingu, w zależności od rankingu:
 - 1. w kategoriach wagowych - wynik w kilogramach,
 - 2. w punktach Wilks'a - wynik w punktach Wilks'a;
 - iii. imię i nazwisko zawodnika;
 - iv. rok urodzenia;
 - v. nazwę klubu lub jej skrót;
 - vi. dane zawodów, na których wynik uzyskano:
 - 1. nazwa zawodów lub jej skrót,
 - 2. miejsce rozegrania zawodów,
 - 3. data uzyskania wyniku.
12. Prowadzony jest ranking Najlepszego Zawodnika Roku sumujący wszystkie punkty drużynowe uzyskane na zawodach wymienionych w pkt. 2.a., po przeliczeniu ich na punkty rankingowe na zasadach podanych w pkt. 9. Zawodnik z największą sumą punktów rankingowych otrzymuje tytuł Najlepszego Zawodnika Roku. W przypadku równej sumy punktów u dwóch lub większej ilości osób o wyższym miejscu decyduje większa ilość punktów uzyskana za zawody wyższej rangi według stopniowania podanego w pkt. 9.c.ii.
13. Prowadzony jest ranking Najlepszej Zawodniczki Roku na zasadach podanych w pkt. 12.
14. Rankingi publikowane są według następujących zasad:
- a. Rankingi uaktualniane są na bieżąco po każdym zawodach i publikowane w terminie 14 dni licząc od pierwszego dnia po ostatnim dniu zawodów.
 - b. Rankingi muszą być zmieniane każdorazowo po jakiegokolwiek oficjalnej zmianie wyników zawodów, w szczególności wskutek wyników postępowania dyscyplinarnego wobec zawodników i klubów.
 - c. Minimalna wartość punktów w rankingu nie może być niższa niż zero.
 - d. Każde zestawienie wyników lub klasyfikacji zawiera datę sporządzenia oraz imię i nazwisko sporządzającego zestawienie.
15. Rankingi prowadzi wyznaczona przez PZKFITS osoba i ona jest odpowiedzialna za terminowe wykonanie rankingów, aktualizacji i poprawianie błędów w tych zestawieniach.

16. Po zakończeniu sezonu przyznaje się nagrody za wysokie miejsca w rankingach:
 - a. Najlepszy Klub Roku:
 - i. miejsce 1 – 3 puchar PZKFITS,
 - ii. miejsca od 1 do 10 – dyplomy;
 - b. Najlepsza Zawodniczka Roku i Najlepszy Zawodnik Roku:
 - i. miejsce 1 puchar PZKFITS,
 - ii. miejsca od 1 do 10 – dyplomy.
17. Wszystkie wątpliwości i odwołania odnośnie prowadzonej klasyfikacji i rankingów należy zgłaszać na piśmie do osoby prowadzącej rankingi, podając pismo do wiadomości biura PZKFITS.
18. Wszystkie wątpliwości oraz przypadki nieujęte w regulaminie rozstrzyga prowadzący ranking po ewentualnej konsultacji z Szefem Wyszkożenia PZKFITS i/lub Przewodniczącym Komisji Sportowej Trójboju Siłowego PZKFITS i/lub Przewodniczącym Kolegium Sędziów Trójboju Siłowego PZKFITS.

Załącznik nr 1

Współczynniki Wilks'a dla kobiet

kg	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
40	1,4936	1,4915	1,4894	1,4872	1,4851	1,4830	1,4809	1,4788	1,4766	1,4745
41	1,4724	1,4702	1,4681	1,4660	1,4638	1,4617	1,4595	1,4574	1,4552	1,4531
42	1,4510	1,4488	1,4467	1,4445	1,4424	1,4402	1,4381	1,4359	1,4338	1,4316
43	1,4295	1,4273	1,4252	1,4231	1,4209	1,4188	1,4166	1,4145	1,4123	1,4102
44	1,4081	1,4059	1,4038	1,4017	1,3995	1,3974	1,3953	1,3932	1,3910	1,3889
45	1,3868	1,3847	1,3825	1,3804	1,3783	1,3762	1,3741	1,3720	1,3699	1,3678
46	1,3657	1,3636	1,3615	1,3594	1,3573	1,3553	1,3532	1,3511	1,3490	1,3470
47	1,3449	1,3428	1,3408	1,3387	1,3367	1,3346	1,3326	1,3305	1,3285	1,3265
48	1,3244	1,3224	1,3204	1,3183	1,3163	1,3143	1,3123	1,3103	1,3083	1,3063
49	1,3043	1,3023	1,3004	1,2984	1,2964	1,2944	1,2925	1,2905	1,2885	1,2866
50	1,2846	1,2827	1,2808	1,2788	1,2769	1,2750	1,2730	1,2711	1,2692	1,2673
51	1,2654	1,2635	1,2616	1,2597	1,2578	1,2560	1,2541	1,2522	1,2504	1,2485
52	1,2466	1,2448	1,2429	1,2411	1,2393	1,2374	1,2356	1,2338	1,2320	1,2302
53	1,2284	1,2266	1,2248	1,2230	1,2212	1,2194	1,2176	1,2159	1,2141	1,2123
54	1,2106	1,2088	1,2071	1,2054	1,2036	1,2019	1,2002	1,1985	1,1967	1,1950
55	1,1933	1,1916	1,1900	1,1883	1,1866	1,1849	1,1832	1,1816	1,1799	1,1783
56	1,1766	1,1750	1,1733	1,1717	1,1701	1,1684	1,1668	1,1652	1,1636	1,1620
57	1,1604	1,1588	1,1572	1,1556	1,1541	1,1525	1,1509	1,1494	1,1478	1,1463
58	1,1447	1,1432	1,1416	1,1401	1,1386	1,1371	1,1355	1,1340	1,1325	1,1310
59	1,1295	1,1281	1,1266	1,1251	1,1236	1,1221	1,1207	1,1192	1,1178	1,1163
60	1,1149	1,1134	1,1120	1,1106	1,1092	1,1078	1,1063	1,1049	1,1035	1,1021
61	1,1007	1,0994	1,0980	1,0966	1,0952	1,0939	1,0925	1,0911	1,0898	1,0884
62	1,0871	1,0858	1,0844	1,0831	1,0818	1,0805	1,0792	1,0779	1,0765	1,0753
63	1,0740	1,0727	1,0714	1,0701	1,0688	1,0676	1,0663	1,0650	1,0638	1,0625
64	1,0613	1,0601	1,0588	1,0576	1,0564	1,0551	1,0539	1,0527	1,0515	1,0503
65	1,0491	1,0479	1,0467	1,0455	1,0444	1,0432	1,0420	1,0408	1,0397	1,0385
66	1,0374	1,0362	1,0351	1,0339	1,0328	1,0317	1,0306	1,0294	1,0283	1,0272
67	1,0261	1,0250	1,0239	1,0228	1,0217	1,0206	1,0195	1,0185	1,0174	1,0163
68	1,0153	1,0142	1,0131	1,0121	1,0110	1,0100	1,0090	1,0079	1,0069	1,0059
69	1,0048	1,0038	1,0028	1,0018	1,0008	0,9998	0,9988	0,9978	0,9968	0,9958
70	0,9948	0,9939	0,9929	0,9919	0,9910	0,9900	0,9890	0,9881	0,9871	0,9862
71	0,9852	0,9843	0,9834	0,9824	0,9815	0,9806	0,9797	0,9788	0,9779	0,9769
72	0,9760	0,9751	0,9742	0,9734	0,9725	0,9716	0,9707	0,9698	0,9689	0,9681
73	0,9672	0,9663	0,9655	0,9646	0,9638	0,9629	0,9621	0,9613	0,9604	0,9596
74	0,9587	0,9579	0,9571	0,9563	0,9555	0,9547	0,9538	0,9530	0,9522	0,9514
75	0,9506	0,9498	0,9491	0,9483	0,9475	0,9467	0,9459	0,9452	0,9444	0,9436
76	0,9429	0,9421	0,9414	0,9406	0,9399	0,9391	0,9384	0,9376	0,9369	0,9362
77	0,9354	0,9347	0,9340	0,9333	0,9326	0,9318	0,9311	0,9304	0,9297	0,9290
78	0,9283	0,9276	0,9269	0,9263	0,9256	0,9249	0,9242	0,9235	0,9229	0,9222
79	0,9215	0,9209	0,9202	0,9195	0,9189	0,9182	0,9176	0,9169	0,9163	0,9156
80	0,9150	0,9144	0,9137	0,9131	0,9125	0,9119	0,9112	0,9106	0,9100	0,9094
81	0,9088	0,9082	0,9076	0,9070	0,9064	0,9058	0,9052	0,9046	0,9040	0,9034
82	0,9028	0,9023	0,9017	0,9011	0,9005	0,9000	0,8994	0,8988	0,8983	0,8977
83	0,8972	0,8966	0,8961	0,8955	0,8950	0,8944	0,8939	0,8933	0,8928	0,8923
84	0,8917	0,8912	0,8907	0,8902	0,8896	0,8891	0,8886	0,8881	0,8876	0,8871
85	0,8866	0,8861	0,8856	0,8851	0,8846	0,8841	0,8836	0,8831	0,8826	0,8821
86	0,8816	0,8811	0,8807	0,8802	0,8797	0,8792	0,8788	0,8783	0,8778	0,8774
87	0,8769	0,8765	0,8760	0,8755	0,8751	0,8746	0,8742	0,8737	0,8733	0,8729
88	0,8724	0,8720	0,8716	0,8711	0,8707	0,8703	0,8698	0,8694	0,8690	0,8686
89	0,8681	0,8677	0,8673	0,8669	0,8665	0,8661	0,8657	0,8653	0,8649	0,8645
90	0,8641	0,8637	0,8633	0,8629	0,8625	0,8621	0,8617	0,8613	0,8609	0,8606
91	0,8602	0,8598	0,8594	0,8590	0,8587	0,8583	0,8579	0,8576	0,8572	0,8568
92	0,8565	0,8561	0,8558	0,8554	0,8550	0,8547	0,8543	0,8540	0,8536	0,8533
93	0,8530	0,8526	0,8523	0,8519	0,8516	0,8513	0,8509	0,8506	0,8503	0,8499
94	0,8496	0,8493	0,8489	0,8486	0,8483	0,8480	0,8477	0,8473	0,8470	0,8467

kg	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
95	0,8464	0,8461	0,8458	0,8455	0,8452	0,8449	0,8446	0,8443	0,8440	0,8437
96	0,8434	0,8431	0,8428	0,8425	0,8422	0,8419	0,8416	0,8413	0,8410	0,8407
97	0,8405	0,8402	0,8399	0,8396	0,8393	0,8391	0,8388	0,8385	0,8382	0,8380
98	0,8377	0,8374	0,8372	0,8369	0,8366	0,8364	0,8361	0,8359	0,8356	0,8353
99	0,8351	0,8348	0,8346	0,8343	0,8341	0,8338	0,8336	0,8333	0,8331	0,8328
100	0,8326	0,8323	0,8321	0,8319	0,8316	0,8314	0,8311	0,8309	0,8307	0,8304
101	0,8302	0,8300	0,8297	0,8295	0,8293	0,8291	0,8288	0,8286	0,8284	0,8282
102	0,8279	0,8277	0,8275	0,8273	0,8271	0,8268	0,8266	0,8264	0,8262	0,8260
103	0,8258	0,8256	0,8253	0,8251	0,8249	0,8247	0,8245	0,8243	0,8241	0,8239
104	0,8237	0,8235	0,8233	0,8231	0,8229	0,8227	0,8225	0,8223	0,8221	0,8219
105	0,8217	0,8215	0,8214	0,8212	0,8210	0,8208	0,8206	0,8204	0,8202	0,8200
106	0,8198	0,8197	0,8195	0,8193	0,8191	0,8189	0,8188	0,8186	0,8184	0,8182
107	0,8180	0,8179	0,8177	0,8175	0,8173	0,8172	0,8170	0,8168	0,8167	0,8165
108	0,8163	0,8161	0,8160	0,8158	0,8156	0,8155	0,8153	0,8152	0,8150	0,8148
109	0,8147	0,8145	0,8143	0,8142	0,8140	0,8139	0,8137	0,8135	0,8134	0,8132
110	0,8131	0,8129	0,8128	0,8126	0,8124	0,8123	0,8121	0,8120	0,8118	0,8117
111	0,8115	0,8114	0,8112	0,8111	0,8109	0,8108	0,8106	0,8105	0,8103	0,8102
112	0,8101	0,8099	0,8098	0,8096	0,8095	0,8093	0,8092	0,8090	0,8089	0,8088
113	0,8086	0,8085	0,8083	0,8082	0,8081	0,8079	0,8078	0,8077	0,8075	0,8074
114	0,8072	0,8071	0,8070	0,8068	0,8067	0,8066	0,8064	0,8063	0,8062	0,8060
115	0,8059	0,8058	0,8056	0,8055	0,8054	0,8052	0,8051	0,8050	0,8049	0,8047
116	0,8046	0,8045	0,8043	0,8042	0,8041	0,8040	0,8038	0,8037	0,8036	0,8034
117	0,8033	0,8032	0,8031	0,8029	0,8028	0,8027	0,8026	0,8024	0,8023	0,8022
118	0,8021	0,8020	0,8018	0,8017	0,8016	0,8015	0,8013	0,8012	0,8011	0,8010
119	0,8009	0,8007	0,8006	0,8005	0,8004	0,8003	0,8001	0,8000	0,7999	0,7998
120	0,7997	0,7995	0,7994	0,7993	0,7992	0,7991	0,7989	0,7988	0,7987	0,7986
121	0,7985	0,7984	0,7982	0,7981	0,7980	0,7979	0,7978	0,7977	0,7975	0,7974
122	0,7973	0,7972	0,7971	0,7970	0,7969	0,7967	0,7966	0,7965	0,7964	0,7963
123	0,7962	0,7960	0,7959	0,7958	0,7957	0,7956	0,7955	0,7954	0,7953	0,7951
124	0,7950	0,7949	0,7948	0,7947	0,7946	0,7945	0,7943	0,7942	0,7941	0,7940
125	0,7939	0,7938	0,7937	0,7936	0,7934	0,7933	0,7932	0,7931	0,7930	0,7929
126	0,7928	0,7927	0,7926	0,7924	0,7923	0,7922	0,7921	0,7920	0,7919	0,7918
127	0,7917	0,7915	0,7914	0,7913	0,7912	0,7911	0,7910	0,7909	0,7908	0,7907
128	0,7905	0,7904	0,7903	0,7902	0,7901	0,7900	0,7899	0,7898	0,7897	0,7895
129	0,7894	0,7893	0,7892	0,7891	0,7890	0,7889	0,7888	0,7887	0,7886	0,7884
130	0,7883	0,7882	0,7881	0,7880	0,7879	0,7878	0,7877	0,7876	0,7875	0,7873
131	0,7872	0,7871	0,7870	0,7869	0,7868	0,7867	0,7866	0,7865	0,7864	0,7862
132	0,7861	0,7860	0,7859	0,7858	0,7857	0,7856	0,7855	0,7854	0,7853	0,7852
133	0,7850	0,7849	0,7848	0,7847	0,7846	0,7845	0,7844	0,7843	0,7842	0,7841
134	0,7840	0,7838	0,7837	0,7836	0,7835	0,7834	0,7833	0,7832	0,7831	0,7830
135	0,7829	0,7828	0,7827	0,7825	0,7824	0,7823	0,7822	0,7821	0,7820	0,7819
136	0,7818	0,7817	0,7816	0,7815	0,7814	0,7813	0,7812	0,7811	0,7809	0,7808
137	0,7807	0,7806	0,7805	0,7804	0,7803	0,7802	0,7801	0,7800	0,7799	0,7798
138	0,7797	0,7796	0,7795	0,7794	0,7793	0,7792	0,7791	0,7790	0,7789	0,7787
139	0,7786	0,7785	0,7784	0,7783	0,7782	0,7781	0,7780	0,7779	0,7778	0,7777
140	0,7776	0,7775	0,7774	0,7773	0,7772	0,7771	0,7770	0,7769	0,7768	0,7767
141	0,7766	0,7765	0,7764	0,7763	0,7762	0,7761	0,7760	0,7759	0,7759	0,7758
142	0,7757	0,7756	0,7755	0,7754	0,7753	0,7752	0,7751	0,7750	0,7749	0,7748
143	0,7747	0,7746	0,7745	0,7744	0,7744	0,7743	0,7742	0,7741	0,7740	0,7739
144	0,7738	0,7737	0,7736	0,7736	0,7735	0,7734	0,7733	0,7732	0,7731	0,7730
145	0,7730	0,7729	0,7728	0,7727	0,7726	0,7725	0,7725	0,7724	0,7723	0,7722
146	0,7721	0,7721	0,7720	0,7719	0,7718	0,7717	0,7717	0,7716	0,7715	0,7714
147	0,7714	0,7713	0,7712	0,7712	0,7711	0,7710	0,7709	0,7709	0,7708	0,7707
148	0,7707	0,7706	0,7705	0,7705	0,7704	0,7703	0,7703	0,7702	0,7702	0,7701
149	0,7700	0,7700	0,7699	0,7699	0,7698	0,7698	0,7697	0,7696	0,7696	0,7695
150	0,7695	0,7694	0,7694	0,7693	0,7693	0,7692	0,7692	0,7691	0,7691	0,7691

Załącznik nr 2

Współczynniki Wilks'a dla mężczyzn

kg	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
40	1,3354	1,3311	1,3268	1,3225	1,3182	1,3140	1,3098	1,3057	1,3016	1,2975
41	1,2934	1,2894	1,2854	1,2814	1,2775	1,2736	1,2697	1,2658	1,2620	1,2582
42	1,2545	1,2507	1,2470	1,2433	1,2397	1,2360	1,2324	1,2289	1,2253	1,2218
43	1,2183	1,2148	1,2113	1,2079	1,2045	1,2011	1,1978	1,1944	1,1911	1,1878
44	1,1846	1,1813	1,1781	1,1749	1,1717	1,1686	1,1654	1,1623	1,1592	1,1562
45	1,1531	1,1501	1,1471	1,1441	1,1411	1,1382	1,1352	1,1323	1,1294	1,1266
46	1,1237	1,1209	1,1181	1,1153	1,1125	1,1097	1,1070	1,1042	1,1015	1,0988
47	1,0962	1,0935	1,0909	1,0882	1,0856	1,0830	1,0805	1,0779	1,0754	1,0728
48	1,0703	1,0678	1,0653	1,0629	1,0604	1,0580	1,0556	1,0532	1,0508	1,0484
49	1,0460	1,0437	1,0413	1,0390	1,0367	1,0344	1,0321	1,0299	1,0276	1,0254
50	1,0232	1,0210	1,0188	1,0166	1,0144	1,0122	1,0101	1,0079	1,0058	1,0037
51	1,0016	0,9995	0,9975	0,9954	0,9933	0,9913	0,9893	0,9873	0,9853	0,9833
52	0,9813	0,9793	0,9773	0,9754	0,9735	0,9715	0,9696	0,9677	0,9658	0,9639
53	0,9621	0,9602	0,9583	0,9565	0,9547	0,9528	0,9510	0,9492	0,9474	0,9457
54	0,9439	0,9421	0,9404	0,9386	0,9369	0,9352	0,9334	0,9317	0,9300	0,9283
55	0,9267	0,9250	0,9233	0,9217	0,9200	0,9184	0,9168	0,9152	0,9135	0,9119
56	0,9103	0,9088	0,9072	0,9056	0,9041	0,9025	0,9010	0,8994	0,8979	0,8964
57	0,8949	0,8934	0,8919	0,8904	0,8889	0,8874	0,8859	0,8845	0,8830	0,8816
58	0,8802	0,8787	0,8773	0,8759	0,8745	0,8731	0,8717	0,8703	0,8689	0,8675
59	0,8662	0,8648	0,8635	0,8621	0,8608	0,8594	0,8581	0,8568	0,8555	0,8542
60	0,8529	0,8516	0,8503	0,8490	0,8477	0,8465	0,8452	0,8439	0,8427	0,8415
61	0,8402	0,8390	0,8378	0,8365	0,8353	0,8341	0,8329	0,8317	0,8305	0,8293
62	0,8281	0,8270	0,8258	0,8246	0,8235	0,8223	0,8212	0,8200	0,8189	0,8178
63	0,8166	0,8155	0,8144	0,8133	0,8122	0,8111	0,8100	0,8089	0,8078	0,8067
64	0,8057	0,8046	0,8035	0,8025	0,8014	0,8004	0,7993	0,7983	0,7973	0,7962
65	0,7952	0,7942	0,7932	0,7922	0,7911	0,7901	0,7891	0,7881	0,7872	0,7862
66	0,7852	0,7842	0,7832	0,7823	0,7813	0,7804	0,7794	0,7785	0,7775	0,7766
67	0,7756	0,7747	0,7738	0,7729	0,7719	0,7710	0,7701	0,7692	0,7683	0,7674
68	0,7665	0,7656	0,7647	0,7638	0,7630	0,7621	0,7612	0,7603	0,7595	0,7586
69	0,7578	0,7569	0,7561	0,7552	0,7544	0,7535	0,7527	0,7519	0,7510	0,7502
70	0,7494	0,7486	0,7478	0,7469	0,7461	0,7453	0,7445	0,7437	0,7430	0,7422
71	0,7414	0,7406	0,7398	0,7390	0,7383	0,7375	0,7367	0,7360	0,7352	0,7345
72	0,7337	0,7330	0,7322	0,7315	0,7307	0,7300	0,7293	0,7285	0,7278	0,7271
73	0,7264	0,7256	0,7249	0,7242	0,7235	0,7228	0,7221	0,7214	0,7207	0,7200
74	0,7193	0,7186	0,7179	0,7173	0,7166	0,7159	0,7152	0,7146	0,7139	0,7132
75	0,7126	0,7119	0,7112	0,7106	0,7099	0,7093	0,7086	0,7080	0,7074	0,7067
76	0,7061	0,7055	0,7048	0,7042	0,7036	0,7029	0,7023	0,7017	0,7011	0,7005
77	0,6999	0,6993	0,6987	0,6981	0,6975	0,6969	0,6963	0,6957	0,6951	0,6945
78	0,6939	0,6933	0,6927	0,6922	0,6916	0,6910	0,6905	0,6899	0,6893	0,6888
79	0,6882	0,6876	0,6871	0,6865	0,6860	0,6854	0,6849	0,6843	0,6838	0,6832
80	0,6827	0,6822	0,6816	0,6811	0,6806	0,6800	0,6795	0,6790	0,6785	0,6779
81	0,6774	0,6769	0,6764	0,6759	0,6754	0,6749	0,6744	0,6739	0,6734	0,6729
82	0,6724	0,6719	0,6714	0,6709	0,6704	0,6699	0,6694	0,6689	0,6685	0,6680
83	0,6675	0,6670	0,6665	0,6661	0,6656	0,6651	0,6647	0,6642	0,6637	0,6633
84	0,6628	0,6624	0,6619	0,6615	0,6610	0,6606	0,6601	0,6597	0,6592	0,6588
85	0,6583	0,6579	0,6575	0,6570	0,6566	0,6562	0,6557	0,6553	0,6549	0,6545
86	0,6540	0,6536	0,6532	0,6528	0,6523	0,6519	0,6515	0,6511	0,6507	0,6503
87	0,6499	0,6495	0,6491	0,6487	0,6483	0,6479	0,6475	0,6471	0,6467	0,6463
88	0,6459	0,6455	0,6451	0,6447	0,6444	0,6440	0,6436	0,6432	0,6428	0,6424
89	0,6421	0,6417	0,6413	0,6410	0,6406	0,6402	0,6398	0,6395	0,6391	0,6388
90	0,6384	0,6380	0,6377	0,6373	0,6370	0,6366	0,6363	0,6359	0,6356	0,6352
91	0,6349	0,6345	0,6342	0,6338	0,6335	0,6331	0,6328	0,6325	0,6321	0,6318
92	0,6315	0,6311	0,6308	0,6305	0,6301	0,6298	0,6295	0,6292	0,6288	0,6285
93	0,6282	0,6279	0,6276	0,6272	0,6269	0,6266	0,6263	0,6260	0,6257	0,6254
94	0,6250	0,6247	0,6244	0,6241	0,6238	0,6235	0,6232	0,6229	0,6226	0,6223

kg	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
95	0,6220	0,6217	0,6214	0,6211	0,6209	0,6206	0,6203	0,6200	0,6197	0,6194
96	0,6191	0,6188	0,6186	0,6183	0,6180	0,6177	0,6174	0,6172	0,6169	0,6166
97	0,6163	0,6161	0,6158	0,6155	0,6152	0,6150	0,6147	0,6144	0,6142	0,6139
98	0,6136	0,6134	0,6131	0,6129	0,6126	0,6123	0,6121	0,6118	0,6116	0,6113
99	0,6111	0,6108	0,6106	0,6103	0,6101	0,6098	0,6096	0,6093	0,6091	0,6088
100	0,6086	0,6083	0,6081	0,6079	0,6076	0,6074	0,6071	0,6069	0,6067	0,6064
101	0,6062	0,6060	0,6057	0,6055	0,6053	0,6050	0,6048	0,6046	0,6044	0,6041
102	0,6039	0,6037	0,6035	0,6032	0,6030	0,6028	0,6026	0,6024	0,6021	0,6019
103	0,6017	0,6015	0,6013	0,6011	0,6009	0,6006	0,6004	0,6002	0,6000	0,5998
104	0,5996	0,5994	0,5992	0,5990	0,5988	0,5986	0,5984	0,5982	0,5980	0,5978
105	0,5976	0,5974	0,5972	0,5970	0,5968	0,5966	0,5964	0,5962	0,5960	0,5958
106	0,5956	0,5954	0,5952	0,5950	0,5948	0,5946	0,5945	0,5943	0,5941	0,5939
107	0,5937	0,5935	0,5933	0,5932	0,5930	0,5928	0,5926	0,5924	0,5923	0,5921
108	0,5919	0,5917	0,5916	0,5914	0,5912	0,5910	0,5909	0,5907	0,5905	0,5903
109	0,5902	0,5900	0,5898	0,5897	0,5895	0,5893	0,5892	0,5890	0,5888	0,5887
110	0,5885	0,5883	0,5882	0,5880	0,5878	0,5877	0,5875	0,5874	0,5872	0,5870
111	0,5869	0,5867	0,5866	0,5864	0,5863	0,5861	0,5860	0,5858	0,5856	0,5855
112	0,5853	0,5852	0,5850	0,5849	0,5847	0,5846	0,5844	0,5843	0,5841	0,5840
113	0,5839	0,5837	0,5836	0,5834	0,5833	0,5831	0,5830	0,5828	0,5827	0,5826
114	0,5824	0,5823	0,5821	0,5820	0,5819	0,5817	0,5816	0,5815	0,5813	0,5812
115	0,5811	0,5809	0,5808	0,5806	0,5805	0,5804	0,5803	0,5801	0,5800	0,5799
116	0,5797	0,5796	0,5795	0,5793	0,5792	0,5791	0,5790	0,5788	0,5787	0,5786
117	0,5785	0,5783	0,5782	0,5781	0,5780	0,5778	0,5777	0,5776	0,5775	0,5774
118	0,5772	0,5771	0,5770	0,5769	0,5768	0,5766	0,5765	0,5764	0,5763	0,5762
119	0,5761	0,5759	0,5758	0,5757	0,5756	0,5755	0,5754	0,5753	0,5751	0,5750
120	0,5749	0,5748	0,5747	0,5746	0,5745	0,5744	0,5743	0,5742	0,5740	0,5739
121	0,5738	0,5737	0,5736	0,5735	0,5734	0,5733	0,5732	0,5731	0,5730	0,5729
122	0,5728	0,5727	0,5726	0,5725	0,5724	0,5723	0,5722	0,5721	0,5720	0,5719
123	0,5718	0,5717	0,5716	0,5715	0,5714	0,5713	0,5712	0,5711	0,5710	0,5709
124	0,5708	0,5707	0,5706	0,5705	0,5704	0,5703	0,5702	0,5701	0,5700	0,5699
125	0,5698	0,5698	0,5697	0,5696	0,5695	0,5694	0,5693	0,5692	0,5691	0,5690
126	0,5689	0,5688	0,5688	0,5687	0,5686	0,5685	0,5684	0,5683	0,5682	0,5681
127	0,5681	0,5680	0,5679	0,5678	0,5677	0,5676	0,5675	0,5675	0,5674	0,5673
128	0,5672	0,5671	0,5670	0,5670	0,5669	0,5668	0,5667	0,5666	0,5665	0,5665
129	0,5664	0,5663	0,5662	0,5661	0,5661	0,5660	0,5659	0,5658	0,5658	0,5657
130	0,5656	0,5655	0,5654	0,5654	0,5653	0,5652	0,5651	0,5651	0,5650	0,5649
131	0,5648	0,5647	0,5647	0,5646	0,5645	0,5644	0,5644	0,5643	0,5642	0,5642
132	0,5641	0,5640	0,5639	0,5639	0,5638	0,5637	0,5636	0,5636	0,5635	0,5634
133	0,5634	0,5633	0,5632	0,5631	0,5631	0,5630	0,5629	0,5629	0,5628	0,5627
134	0,5627	0,5626	0,5625	0,5624	0,5624	0,5623	0,5622	0,5622	0,5621	0,5620
135	0,5620	0,5619	0,5618	0,5618	0,5617	0,5616	0,5616	0,5615	0,5614	0,5614
136	0,5613	0,5612	0,5612	0,5611	0,5610	0,5610	0,5609	0,5609	0,5608	0,5607
137	0,5607	0,5606	0,5605	0,5605	0,5604	0,5603	0,5603	0,5602	0,5602	0,5601
138	0,5600	0,5600	0,5599	0,5598	0,5598	0,5597	0,5597	0,5596	0,5595	0,5595
139	0,5594	0,5593	0,5593	0,5592	0,5592	0,5591	0,5590	0,5590	0,5589	0,5589
140	0,5588	0,5587	0,5587	0,5586	0,5586	0,5585	0,5584	0,5584	0,5583	0,5583
141	0,5582	0,5582	0,5581	0,5580	0,5580	0,5579	0,5579	0,5578	0,5578	0,5577
142	0,5576	0,5576	0,5575	0,5575	0,5574	0,5573	0,5573	0,5572	0,5572	0,5571
143	0,5571	0,5570	0,5570	0,5569	0,5568	0,5568	0,5567	0,5567	0,5566	0,5566
144	0,5565	0,5564	0,5564	0,5563	0,5563	0,5562	0,5562	0,5561	0,5561	0,5560
145	0,5560	0,5559	0,5558	0,5558	0,5557	0,5557	0,5556	0,5556	0,5555	0,5555
146	0,5554	0,5554	0,5553	0,5552	0,5552	0,5551	0,5551	0,5550	0,5550	0,5549
147	0,5549	0,5548	0,5548	0,5547	0,5547	0,5546	0,5546	0,5545	0,5544	0,5544
148	0,5543	0,5543	0,5542	0,5542	0,5541	0,5541	0,5540	0,5540	0,5539	0,5539
149	0,5538	0,5538	0,5537	0,5537	0,5536	0,5536	0,5535	0,5535	0,5534	0,5533
150	0,5533	0,5532	0,5532	0,5531	0,5531	0,5530	0,5530	0,5529	0,5529	0,5528
151	0,5528	0,5527	0,5527	0,5526	0,5526	0,5525	0,5525	0,5524	0,5524	0,5523
152	0,5523	0,5522	0,5522	0,5521	0,5521	0,5520	0,5520	0,5519	0,5519	0,5518
153	0,5518	0,5517	0,5516	0,5516	0,5515	0,5515	0,5514	0,5514	0,5513	0,5513
154	0,5512	0,5512	0,5511	0,5511	0,5510	0,5510	0,5509	0,5509	0,5508	0,5508
155	0,5507	0,5507	0,5506	0,5506	0,5505	0,5505	0,5504	0,5504	0,5503	0,5503
156	0,5502	0,5502	0,5501	0,5501	0,5500	0,5500	0,5499	0,5499	0,5498	0,5498

kg	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
157	0,5497	0,5497	0,5496	0,5496	0,5495	0,5495	0,5494	0,5494	0,5493	0,5493
158	0,5492	0,5492	0,5491	0,5491	0,5490	0,5490	0,5489	0,5489	0,5488	0,5488
159	0,5487	0,5487	0,5486	0,5486	0,5485	0,5485	0,5484	0,5484	0,5483	0,5483
160	0,5482	0,5482	0,5481	0,5481	0,5480	0,5480	0,5479	0,5479	0,5478	0,5478
161	0,5477	0,5477	0,5476	0,5476	0,5475	0,5475	0,5474	0,5474	0,5473	0,5472
162	0,5472	0,5471	0,5471	0,5470	0,5470	0,5469	0,5469	0,5468	0,5468	0,5467
163	0,5467	0,5466	0,5466	0,5465	0,5465	0,5464	0,5464	0,5463	0,5463	0,5462
164	0,5462	0,5461	0,5461	0,5460	0,5460	0,5459	0,5459	0,5458	0,5458	0,5457
165	0,5457	0,5456	0,5456	0,5455	0,5455	0,5454	0,5454	0,5453	0,5453	0,5452
166	0,5452	0,5451	0,5451	0,5450	0,5450	0,5449	0,5449	0,5448	0,5448	0,5447
167	0,5447	0,5446	0,5446	0,5445	0,5445	0,5444	0,5444	0,5443	0,5443	0,5442
168	0,5442	0,5441	0,5441	0,5440	0,5440	0,5439	0,5439	0,5438	0,5438	0,5437
169	0,5436	0,5436	0,5435	0,5435	0,5434	0,5434	0,5433	0,5433	0,5432	0,5432
170	0,5431	0,5431	0,5430	0,5430	0,5429	0,5429	0,5428	0,5428	0,5427	0,5427
171	0,5426	0,5426	0,5425	0,5425	0,5424	0,5424	0,5423	0,5423	0,5422	0,5422
172	0,5421	0,5421	0,5420	0,5420	0,5419	0,5419	0,5418	0,5418	0,5417	0,5417
173	0,5416	0,5416	0,5415	0,5415	0,5414	0,5414	0,5413	0,5413	0,5412	0,5412
174	0,5411	0,5411	0,5410	0,5410	0,5409	0,5409	0,5408	0,5408	0,5407	0,5407
175	0,5406	0,5406	0,5405	0,5405	0,5404	0,5404	0,5403	0,5403	0,5402	0,5402
176	0,5401	0,5401	0,5400	0,5400	0,5399	0,5399	0,5398	0,5398	0,5397	0,5397
177	0,5396	0,5396	0,5395	0,5395	0,5394	0,5394	0,5393	0,5393	0,5392	0,5392
178	0,5391	0,5391	0,5390	0,5390	0,5389	0,5389	0,5388	0,5388	0,5387	0,5387
179	0,5387	0,5386	0,5386	0,5385	0,5385	0,5384	0,5384	0,5383	0,5383	0,5382
180	0,5382	0,5381	0,5381	0,5380	0,5380	0,5379	0,5379	0,5378	0,5378	0,5377
181	0,5377	0,5377	0,5376	0,5376	0,5375	0,5375	0,5374	0,5374	0,5373	0,5373
182	0,5372	0,5372	0,5371	0,5371	0,5371	0,5370	0,5370	0,5369	0,5369	0,5368
183	0,5368	0,5367	0,5367	0,5366	0,5366	0,5366	0,5365	0,5365	0,5364	0,5364
184	0,5363	0,5363	0,5362	0,5362	0,5362	0,5361	0,5361	0,5360	0,5360	0,5359
185	0,5359	0,5359	0,5358	0,5358	0,5357	0,5357	0,5356	0,5356	0,5355	0,5355
186	0,5355	0,5354	0,5354	0,5353	0,5353	0,5352	0,5352	0,5351	0,5351	0,5351
187	0,5351	0,5350	0,5350	0,5349	0,5349	0,5348	0,5348	0,5347	0,5347	0,5347
188	0,5347	0,5346	0,5346	0,5345	0,5345	0,5344	0,5344	0,5344	0,5344	0,5343
189	0,5343	0,5342	0,5342	0,5342	0,5341	0,5341	0,5340	0,5340	0,5340	0,5340
190	0,5339	0,5339	0,5338	0,5338	0,5338	0,5337	0,5337	0,5337	0,5336	0,5336
191	0,5336	0,5335	0,5335	0,5335	0,5334	0,5334	0,5334	0,5333	0,5333	0,5333
192	0,5332	0,5332	0,5332	0,5332	0,5331	0,5331	0,5331	0,5330	0,5330	0,5330
193	0,5329	0,5329	0,5329	0,5329	0,5328	0,5328	0,5328	0,5327	0,5327	0,5327
194	0,5327	0,5326	0,5326	0,5326	0,5326	0,5325	0,5325	0,5325	0,5325	0,5324
195	0,5324	0,5324	0,5324	0,5323	0,5323	0,5323	0,5323	0,5322	0,5322	0,5322
196	0,5322	0,5322	0,5321	0,5321	0,5321	0,5321	0,5321	0,5320	0,5320	0,5320
197	0,5320	0,5320	0,5319	0,5319	0,5319	0,5319	0,5319	0,5319	0,5318	0,5318
198	0,5318	0,5318	0,5318	0,5318	0,5318	0,5317	0,5317	0,5317	0,5317	0,5317
199	0,5317	0,5317	0,5317	0,5317	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316
200	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315
201	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315
202	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315
203	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5315	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316
204	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5316	0,5317	0,5317	0,5317
205	0,5317	0,5317	0,5317	0,5317	0,5318	0,5318	0,5318	0,5318	0,5318	0,5318

Załącznik nr 3

Zasady przeliczania wyniku w kilogramach na punkty Wilks'a

1. Punkty według formuły Wilks'a dla zakresu wag ciała podanych w Załączniku nr 1 w przypadku kobiet i Załącznika nr 2 w przypadku mężczyzn, uzyskuje się według następującego wzoru:

$$\text{Pkt} = \text{wynik} \times \text{współczynnik}$$

gdzie:

Pkt – punkty Wilks'a,
wynik – wynik w kilogramach,
współczynnik – współczynnik z tabeli.

2. Dla wagi ciała niższej niż 40 kg współczynnik obliczamy przy pomocy uproszczonych wzorów:

dla mężczyzn: **współczynnik = $1,3354 + 0,043 \times (40 - w_{\text{rzeczywista}}$)**

dla kobiet: **współczynnik = $1,4936 + 0,021 \times (40 - w_{\text{rzeczywista}}$)**

gdzie:

$w_{\text{rzeczywista}}$ – rzeczywista waga ciała

3. Dla wagi ciała wyższej niż największa waga ciała podana w Załączniku nr 1 w przypadku kobiet i w Załączniku nr 2 w przypadku mężczyzn używa się współczynnika z odpowiedniego załącznika dla najwyższej wagi ciała podanej w załączniku. Wynosi on:

dla mężczyzn: **współczynnik = 0,5318**

dla kobiet: **współczynnik = 0,7691**

4. Dla wagi ciała podawanej z dokładnością większą niż 100 g (0,1 kg) i pozostającej w zakresie wag z Załącznika nr 1 dla kobiet oraz Załącznika nr 2 dla mężczyzn, współczynnik należy wyliczyć metodą interpolacji liniowej z dwóch najbliższych dla danej wagi ciała współczynników.

Załącznik nr 4

Tabela nr 1

Miejsca zajęte w kategorii wagowej konieczne do uzyskania klasy mistrzowskiej międzynarodowej

Nazwa zawodów	Zajęte miejsce w kategorii wagowej*
mistrzostwa świata seniorów i World Games	1 – 8
mistrzostwa Europy seniorów	1 – 6
mistrzostwa świata juniorów (wszystkie kategorie wiekowe)	1 – 3
mistrzostwa Europy juniorów (wszystkie kategorie wiekowe)	1 – 3
mistrzostwa świata weteranów (wszystkie kategorie wiekowe)	1
mistrzostwa Europy weteranów (wszystkie kategorie wiekowe)	1

*W przypadku weteranek grupy III i weteranów grupy IV miejsce w kategorii open

Tabela nr 2

Minima wynikowe w kg klas sportowych krajowych w trójboju siłowym mężczyzn

Klasa/waga	52*	56	60	67,5	75	82,5	90	100	110	125	125
M	-	470	520	580	620	660	700	740	800	830	850
I	-	425	470	520	550	590	630	680	710	750	770
II	-	375	420	480	490	530	570	600	630	660	690
III	-	310	350	400	420	450	510	530	560	575	590
Młodzieżowa											
A	260	275	300	340	380	400	420	445	465	485	500
B	230	250	270	300	350	370	390	410	425	450	470

* kategoria juniorów

Tabela nr 3

Minima wynikowe w kg klas sportowych krajowych w trójboju siłowym kobiet

Klasa/waga	44*	48	52	56	60	67,5	75	82,5	90	90
M	-	295	310	335	350	385	415	440	465	490
I	-	260	280	305	325	355	380	405	425	440
II	-	230	245	265	280	310	330	350	370	390
III	-	195	215	235	255	280	305	320	330	340
Młodzieżowa										
A	150	170	185	200	220	240	265	275	285	295
B	140	155	170	185	205	225	245	255	265	270

*kategoria junierek

Tabela nr 4

Minima wynikowe w kg klas sportowych krajowych w wyciskaniu leżąc mężczyzn

Klasa/waga	52*	56	60	67,5	75	82,5	90	100d	110	125	125
M	-	120	130	150	170	180	195	210	220	230	240
I	-	105	120	135	150	160	175	190	200	210	220
II	-	90	105	115	130	140	160	170	180	190	200
III	-	80	90	100	110	120	135	145	160	170	180
Młodzieżowa											
A	55	70	80	85	95	100	110	115	125	135	140
B	50	60	65	70	80	85	95	100	110	120	125

* kategoria juniorów

Tabela nr 5

Minima wynikowe w kg klas sportowych krajowych w wyciskaniu leżąc kobiet

Klasa/waga	44*	48	52	56	60	67,5	75	82,5	90	90
M	-	60	62,5	67,5	72,5	80	87,5	95	100	105
I	-	55	57,5	62,5	67,5	75	82,5	87,5	92,5	97,5
II	-	47,5	50	55	60	67,5	75	80	85	90
III	-	37,5	40	45	50	57,5	65	70	75	80
Młodzieżowa										
A	30	32,5	35	37,5	42,5	50	57,5	62,5	65	70
B	27,5	30	32,5	35	37,5	42,5	50	55	57,5	60

*kategoria junierek