







Нормы ГТО

Возраст	Мужчины	Женщины	Дети
10-12 лет	100 м - 1:40	100 м - 1:50	100 м - 2:00
13-15 лет	100 м - 1:30	100 м - 1:40	100 м - 1:50
16-18 лет	100 м - 1:20	100 м - 1:30	100 м - 1:40
19-21 лет	100 м - 1:10	100 м - 1:20	100 м - 1:30
22-24 лет	100 м - 1:05	100 м - 1:15	100 м - 1:25
25-27 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
28-30 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
31-33 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
34-36 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
37-39 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
40-42 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
43-45 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
46-48 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
49-51 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
52-54 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
55-57 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
58-60 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
61-63 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
64-66 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
67-69 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
70-72 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
73-75 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
76-78 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
79-81 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
82-84 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
85-87 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20
88-90 лет	100 м - 1:00	100 м - 1:10	100 м - 1:20





