

**Нормы,  
требования и условия их выполнения по виду спорта «Метание гранаты»**

1. Для присвоения первого спортивного разряда спортсмену необходимо выполнить метание гранаты на дальность 55 метров.
2. Для присвоения второго спортивного разряда спортсмену необходимо выполнить метание гранаты на дальность 50 метров.
3. Для присвоения третьего спортивного разряда спортсмену необходимо выполнить метание гранаты на дальность 45 метров.
4. Условия, выполнение которых необходимо для присвоения спортивных разрядов:
  - а) спортивные разряды присваиваются за выполнение норматива на официальных соревнованиях, проводимых силовыми ведомствами Приднестровской Молдавской Республики;
  - б) в соревнованиях используется макет гранаты Ф-1 без предохранительного рычага;
  - в) масса гранаты - 600 г.