

Tabella Schwartz maschile

kg.	coeff.	kg.	coeff.	kg.	coeff.	kg.	coeff.	kg.	coeff.	kg.	coeff.	kg.	coeff.
40,8	1,2803	57,6	0,8483	74,4	0,6688	91,2	0,5809	108,0	0,5391	124,7	0,5214	141,5	0,5017
41,3	1,2627	58,1	0,8412	74,8	0,6656	91,6	0,5792	108,4	0,5385	125,2	0,5208	142,0	0,5013
41,7	1,2455	58,5	0,8343	75,3	0,6624	92,1	0,5776	108,9	0,5379	125,6	0,5203	142,4	0,5007
42,2	1,2287	59,0	0,8276	75,7	0,6593	92,5	0,5760	109,3	0,5373	126,1	0,5197	142,9	0,5002
42,6	1,2124	59,4	0,8210	76,2	0,6563	93,0	0,5744	109,8	0,5367	126,6	0,5192	143,3	0,4998
43,1	1,1965	59,9	0,8146	76,7	0,6533	93,4	0,5729	110,2	0,5362	127,0	0,5186	143,8	0,4992
43,5	1,1809	60,3	0,8083	77,1	0,6504	93,9	0,5714	110,7	0,5357	127,5	0,5180	144,2	0,4988
44,0	1,1657	60,8	0,8022	77,6	0,6475	94,3	0,5700	111,1	0,5352	127,9	0,5175	144,7	0,4982
44,5	1,1509	61,2	0,7961	78,0	0,6447	94,8	0,5685	111,6	0,5347	128,4	0,5169	145,1	0,4978
44,9	1,1365	61,7	0,7903	78,5	0,6420	95,3	0,5670	112,0	0,5342	128,8	0,5164	145,6	0,4973
45,4	1,1223	62,1	0,7846	78,9	0,6392	95,7	0,5657	112,5	0,5337	129,3	0,5158	146,1	0,4968
45,8	1,1086	62,6	0,7790	79,4	0,6365	96,2	0,5643	112,9	0,5333	129,7	0,5154	146,5	0,4964
46,3	1,0952	63,0	0,7735	79,8	0,6339	96,6	0,5630	113,4	0,5328	130,2	0,5147	147,0	0,4959
46,7	1,0821	63,5	0,7682	80,3	0,6313	97,1	0,5617	113,9	0,5325	130,6	0,5142	147,4	0,4955
47,2	1,0693	64,0	0,7630	80,7	0,6288	97,5	0,5604	114,3	0,5320	131,1	0,5137	147,9	0,4950
47,6	1,0569	64,4	0,7579	81,2	0,6262	98,0	0,5592	114,8	0,5316	131,5	0,5132	148,3	0,4946
48,1	1,0448	64,9	0,7528	81,6	0,6238	98,4	0,5580	115,2	0,5312	132,0	0,5126	148,8	0,4941
48,5	1,0329	65,3	0,7479	82,1	0,6214	98,9	0,5568	115,7	0,5308	132,4	0,5121	149,2	0,4937
49,0	1,0214	65,8	0,7432	82,6	0,6190	99,3	0,5556	116,1	0,5304	132,9	0,5115	149,7	0,4932
49,4	1,0101	66,2	0,7385	83,0	0,6167	99,8	0,5545	116,6	0,5300	133,4	0,5109	150,1	0,4928
49,9	0,9991	66,7	0,7339	83,5	0,6144	100,2	0,5535	117,0	0,5296	133,8	0,5104	150,6	0,4924
50,3	0,9884	67,1	0,7294	83,9	0,6121	100,7	0,5524	117,5	0,5292	134,3	0,5098		
50,8	0,9779	67,6	0,7250	84,4	0,6099	101,2	0,5514	117,9	0,5289	134,7	0,5094		
51,3	0,9677	68,0	0,7207	84,8	0,6077	101,6	0,5504	118,4	0,5284	135,2	0,5088		
51,7	0,9578	68,5	0,7165	85,3	0,6056	102,1	0,5494	118,8	0,5281	135,6	0,5083		
52,2	0,9481	68,9	0,7124	85,7	0,6036	102,5	0,5485	119,3	0,5276	136,1	0,5077		
52,6	0,9385	69,4	0,7083	86,2	0,6014	103,0	0,5476	119,7	0,5273	136,5	0,5072		
53,1	0,9293	69,9	0,7044	86,6	0,5994	103,4	0,5467	120,2	0,5268	137,0	0,5067		
53,5	0,9203	70,3	0,7004	87,1	0,5878	103,9	0,5458	120,7	0,5263	137,4	0,5062		
54,0	0,9115	70,8	0,6967	87,5	0,5954	104,3	0,5449	121,1	0,5259	137,9	0,5057		
54,4	0,9029	71,2	0,6930	88,0	0,5935	104,8	0,5441	121,6	0,5254	138,3	0,5053		
54,9	0,8946	71,7	0,6893	88,5	0,5916	105,2	0,5433	122,0	0,5248	138,8	0,5047		
55,3	0,8863	72,1	0,6857	88,9	0,5897	105,7	0,5426	122,5	0,5243	139,3	0,5043		
55,8	0,8783	72,6	0,6822	89,4	0,5879	106,1	0,5418	122,9	0,5239	139,7	0,5037		
56,2	0,8706	73,0	0,6787	89,8	0,5861	106,6	0,5411	123,4	0,5232	140,2	0,5032		
56,7	0,8630	73,5	0,6753	90,3	0,5843	107,0	0,5405	123,8	0,5227	140,6	0,5027		
57,2	0,8556	73,9	0,6720	90,7	0,5826	107,5	0,5398	124,3	0,5220	141,1	0,5022		

Utilizzo: si prende il coefficiente rispetto al peso corporeo e lo si calcola per il carico sollevato.

Inoltre si prende sempre il peso corporeo in difetto qualora vi fosse un valore leggermente più alto (es. se si pesa 86 Kg si prende il peso corporeo in difetto di 85,7 Kg come da tabella)

Es di calcolo: Il pesista ha sollevato 150 Kg con un peso di 86 Kg

$$\text{Punteggio: } 0,6036 \times 150 = 90,54$$