

Редакция от 1 марта 2022

Приказ Минтруда России от 14.09.2021 № 629н

Об утверждении предельно допустимых норм нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную

В соответствии со [статьей 253 Трудового кодекса Российской Федерации](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2002, № 1, ст.3; 2021, № 27, ст.5139) и [подпунктом 5.2.22 пункта 5 Положения о Министерстве труда и социальной защиты Российской Федерации](#), утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 610](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст.3528; 2021, № 42, ст.7120),

приказываю:

1. Утвердить предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную согласно [приложению](#).
2. Установить, что настоящий приказ вступает в силу с 1 марта 2022 г. и действует до 1 марта 2028 года.

Министр
А.О.Котяков

Зарегистрировано

в Министерстве

юстиции

Российской

Федерации

25

ноября

2021

года,

регистрационный № 65973

Приложение
к приказу Министерства труда
и социальной защиты
Российской Федерации
от 14 сентября 2021 года № 629н

Приложение. Предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную

Характер работы	Предельно допустимая масса груза (включая массу тары и упаковки)
Подъем и перемещение тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час)	10 кг
Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены	7 кг
Суммарная масса грузов, перемещаемых в течение каждого часа рабочего дня (смены), не должна превышать:	
с рабочей поверхности	350 кг
с пола	175 кг

Разовый подъем тяжестей (без перемещения)	15 кг
При перемещении грузов на тележках или в контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать 10 кгс.	

© Материал из Справочной системы «Охрана труда»
<https://1otruda.ru>
Дата копирования: 07.08.2025