

Allgemeine weitere Informationen

Für alle Nordrhein-Meisterschaftsausschreibungen

1. Altersklasseneinteilung 2025

Altersklasse	Jahrgang
Männer / Frauen	1994 – 2002
Junioren U 23 Juniorinnen U 23	2003 – 2005
	M / W 30 1991 – 1995
	M / W 35 1986 – 1990
	M / W 40 1981 – 1985
	M / W 45 1976 – 1980
	M / W 50 1971 – 1975
Senioren / Seniorinnen	M / W 55 1966 – 1970
	M / W 60 1961 – 1965
	M / W 65 1956 – 1960
	M / W 70 1951 – 1955
	M / W 75 1946 – 1950
	M / W 80 1945 und älter
Männliche und Weibliche Jugend U 20	2006 / 2007
Männliche und Weibliche Jugend U 18	2008 / 2009
Männliche und Weibliche Jugend U 16	M / W 15 2010 M / W 14 2011
Männliche und Weibliche Jugend U 14	M / W 13 2012 M / W 12 2013
Männliche und Weibliche U 12	M / W 11 2014 M / W 10 2015

2. Aufstellung der Hürden

Freiluft

Strecke	Altersklassen	Markierung	Anzahl	Höhe	Anlauf	Abstand	Auslauf
400m	M/ MJ U20 / M30-M45	-- grün	10	0,914	45,00	35,00	40,00
400m	MJ U18 / M50+M55	-- grün	10	0,838	45,00	35,00	40,00
400m	F/ WJ U20+U18 / W30-W45	-- grün	10	0,762	45,00	35,00	40,00
300m	M15	-- grün	7	0,88	50,00	35,00	40,00
300m	W15/M60+65 / W50/55	-- grün	7	0,762	50,00	35,00	40,00
300m	M70 u. ä. / W60 u. ä.	-- grün	7	0,686	50,00	35,00	40,00
110m	M/ M30	-- blau	10	1,067	13,72	9,14	14,02
110m	MJ U20/M35-45	-- blau	10	0,991	13,72	9,14	14,02
110m	MJ U18	•• rot	10	0,914	13,72	8,90	16,18
100m	M50+55	- gelb	10	0,914	13,00	8,50	10,50
100m	M60+65	- schwarz	10	0,838	12,00	8,00	16,00
100m	F / WJ U20 / W30+35	- gelb	10	0,838	13,00	8,50	10,50
100m	WJ U18	- gelb	10	0,762	13,00	8,50	10,50
80m	M14/15	•• gelb	7	0,838	13,50	8,60	14,90
80m	W14/15 / W40+45	•• schwarz	8	0,762	12,00	8,00	12,00
80m	W50+55 / M70+75	++ rot	8	0,762	12,00	7,00	19,00
80m	M80 u. ä. / W70 u. ä.	++ rot	8	0,686	12,00	7,00	19,00
60m	M13 / W13	++ schwarz	6	0,762	11,50	7,50	11,00
60m	M12 / W12		6	0,686	11,00	7,00	14,00

Halle

60m	M / M30	-- blau	5	1,067	13,72	9,14	9,72
60m	MJ U20/M35-45	-- blau	5	0,991	13,72	9,14	9,72
60m	M50+55	-- gelb	5	0,914	13,00	8,50	13,00
60m	MJ U18	•• rot	5	0,914	13,72	8,90	10,68
60m	M60+65	•• schwarz	5	0,838	12,00	8,00	16,00
60m	M70+75 W50+55	++ rot	5	0,762	12,00	7,00	20,00
60m	M80 u. ä./ W60 u. ä.	++ rot	5	0,686	12,00	7,00	20,00
60m	M14/15	•• gelb	5	0,838	13,50	8,60	12,10
60m	M13 / W13	++ schwarz	6	0,762	11,50	7,50	11,00
60m	M12 / W12		6	0,686	11,00	7,00	14,00
60m	F/ W30+35 WJ U20	-- gelb	5	0,838	13,00	8,50	13,00
60m	WJ U18	-- gelb	5	0,762	13,00	8,50	13,00
60m	W40+45 / W14/15	•• schwarz	5	0,762	12,00	8,00	16,00

3. Wurfgewichte

AK Bezeichnung	Altersklassen		Jahrgang	Gewichte			
	Abkürzung			Kugel(kg)	Diskus(kg)	Hammer(kg)	Speer(g)
Männer	M		1994-2005	7,26	2,00	7,26	800
Junioren U23	M U23		2003-2005	7,26	2,00	7,26	800
Männliche Jugend U20	MJ U20		2006-2007	6,00	1,75	6,00	800
Männliche Jugend U18	MJ U20		2008-2009	5,00	1,50	5,00	700
Männliche Jugend U16	MJ U20		2010-2011	4,00	1,00	4,00	600
Männliche Jugend U14	MJ U20		2012-2013	3,00	0,75	3,00	400
Frauen	W		1994-2005	4,00	1,00	4,00	600
Juniorinnen U23	W U23		2003-2005	4,00	1,00	4,00	600
Weibliche Jugend U20	WJ U20		2006-2007	4,00	1,00	4,00	600
Weibliche Jugend U18	WJ U18		2008-2009	3,00	1,00	3,00	500
Weibliche Jugend U16	WJ U16		2010-2011	3,00	1,00	3,00	500
Weibliche Jugend U14	WJ U14		2012-2013	3,00	0,75	2,00	400

AK Bezeichnung	Altersklassen		Jahrgang	Gewichte			
	Abkürzung			Kugel(kg)	Diskus(kg)	Hammer(kg)	Speer(g)
Senioren M30	M30		1991-1995	7,26	2,00	7,26	800
Senioren M35	M35		1986-1990	7,26	2,00	7,26	800
Senioren M40	M40		1981-1985	7,26	2,00	7,26	800
Senioren M45	M45		1976-1980	7,26	2,00	7,26	800
Senioren M50	M50		1971-1975	6,00	1,50	6,00	700
Senioren M55	M55		1966-1970	6,00	1,50	6,00	700
Senioren M60	M60		1961-1965	5,00	1,00	5,00	600
Senioren M65	M65		1956-1960	5,00	1,00	5,00	600
Senioren M70	M70		1951-1955	4,00	1,00	4,00	500
Senioren M75	M75		1946-1950	4,00	1,00	4,00	500
Senioren M80	M80		1941-1945	3,00	1,00	3,00	400
Senioren M85 u. ä.	M85 u.ä.		1940 u. ä.	3,00	1,00	3,00	400
Seniorinnen W30	W30		1991-1995	4,00	1,00	4,00	600
Seniorinnen W35	W35		1986-1990	4,00	1,00	4,00	600
Seniorinnen W40	W40		1981-1985	4,00	1,00	4,00	600
Seniorinnen W45	W45		1976-1980	4,00	1,00	4,00	600
Seniorinnen W50	W50		1971-1975	3,00	1,00	3,00	500
Seniorinnen W55	W55		1966-1970	3,00	1,00	3,00	500
Seniorinnen W60	W60		1961-1965	3,00	1,00	3,00	500
Seniorinnen W65	W65		1956-1960	3,00	1,00	3,00	500
Seniorinnen W70	W70		1951-1955	3,00	1,00	3,00	500
Seniorinnen W75 u. ä.	W75 u.ä.		1950 u. ä.	2,00	0,75	2,00	400