# Allgemeine weitere Informationen

## Für alle Nordrhein-Meisterschaftsausschreibungen

### 1 Altersklasseneinteilung 2026

| Altersklasse | Abkürzung | | Jahrgang |
|---|---|---|---|
| Männer / Frauen | **M** | **F** | **1997 – 2006** |
| Junioren und Juniorinnen U23 | **MU 23** | **WU 23** | **2004 – 2006** |
| Männliche und Weibliche Jugend U20 | **MJ U20** | **WJ U20** | **2007 – 2008** |
| Männliche und Weibliche Jugend U18 | **MJ U18** | **WJ U18** | **2009 – 2010** |
| Männliche und Weibliche Jugend U16 | **MJ U16** | **WJ U16** | **2011 – 2012** |
| | **M15** | **W15** | **2011** |
| | **M14** | **W14** | **2012** |
| Männliche und Weibliche Jugend U14 | **MJ U14** | **WJ U14** | **2013 – 2014** |
| | **M13** | **W13** | **2013** |
| | **M12** | **W12** | **2014** |
| Männliche und Weibliche Kinder U12 | **MK U12** | **WJ U12** | **2015 – 2016** |
| | **M11** | **W11** | **2015** |
| | **M10** | **W10** | **2016** |
| Masters | **M30** | **W30** | **1996 – 1992** |
| | **M35** | **W35** | **1991 – 1987** |
| | **M40** | **W40** | **1986 – 1982** |
| | **M45** | **W45** | **1981 – 1977** |
| | **M50** | **W50** | **1976 – 1972** |
| | **M55** | **W55** | **1971 – 1967** |
| | **M60** | **W60** | **1966 – 1962** |
| | **M65** | **W65** | **1961 – 1957** |
| | **M70** | **W70** | **1956 – 1952** |
| | **M75** | **W75** | **1951 – 1947** |
| | **M80** | **W80** | **1946 – 1942** |
| | **M85** | **W85** | **1941 – 1937** |
| | **M90** | **W90** | **1936 – 1932** |

## 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 | M15 | •• gelb | 5 | 0,838 | 13,50 | 8,60 | 12,10 |
| | M14 | | 5 | 0,838 | 13,00 | 8,20 | 14,20 |
| 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 | Abkürzung | Jahrgang | Gewichte | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Kugel(kg) | Diskus(kg) | Hammer(kg) | Speer(g) |
| Männer | M | 1997-2006 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Junioren U23 | M U23 | 2004-2006 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Männliche Jugend U20 | MJ U20 | 2007-2008 | 6,00 | 1,75 | 6,00 | 800 |
| Männliche Jugend U18 | MJ U18 | 2009-2010 | 5,00 | 1,50 | 5,00 | 700 |
| Männliche Jugend U16 | MJ U16 | 2011-2012 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Männliche Jugend U14 | M13 | 2013 | 3,00 | 0,75 | 3,00 | 400 |
| | M12 | 2014 | 2,00 | 0,75 | 3,00 | 400 |
| Frauen | W | 1997-2006 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Juniorinnen U23 | W U23 | 2004-2006 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Weibliche Jugend U20 | WJ U20 | 2007-2008 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Weibliche Jugend U18 | WJ U18 | 2009-2010 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Weibliche Jugend U16 | WJ U16 | 2011-2012 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Weibliche Jugend U14 | W13 | 2013 | 3,00 | 0,75 | 2,00 | 400 |
| | W12 | 2014 | 2,00 | 0,75 | 2,00 | 400 |

| AK Bezeichnung | Abkürzung | Jahrgang | Gewichte | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Kugel(kg) | Diskus(kg) | Hammer(kg) | Speer(g) |
| Masters M30 | M30 | 1992-1996 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Masters M35 | M35 | 1987-1991 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Masters M40 | M40 | 1982-1986 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Masters M45 | M45 | 1977-1981 | 7,26 | 2,00 | 7,26 | 800 |
| Masters M50 | M50 | 1972-1976 | 6,00 | 1,50 | 6,00 | 700 |
| Masters M55 | M55 | 1967-1971 | 6,00 | 1,50 | 6,00 | 700 |
| Masters M60 | M60 | 1962-1966 | 5,00 | 1,00 | 5,00 | 600 |
| Masters M65 | M65 | 1957-1961 | 5,00 | 1,00 | 5,00 | 600 |
| Masters M70 | M70 | 1952-1956 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 500 |
| Masters M75 | M75 | 1947-1951 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 500 |
| Masters M80 | M80 | 1942-1946 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 400 |
| Masters M85 u. ä. | M85 u.ä. | 1941 u ä. | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 400 |
| Masters W30 | W30 | 1992-1996 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Masters W35 | W35 | 1987-1991 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Masters W40 | W40 | 1982-1986 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Masters W45 | W45 | 1977-1981 | 4,00 | 1,00 | 4,00 | 600 |
| Masters W50 | W50 | 1972-1976 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Masters W55 | W55 | 1967-1971 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Masters W60 | W60 | 1962-1966 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Masters W65 | W65 | 1957-1961 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Masters W70 | W70 | 1952-1956 | 3,00 | 1,00 | 3,00 | 500 |
| Masters W75 u. ä. | W75 u.ä. | 1951 u. ä. | 2,00 | 0,75 | 2,00 | 400 |