

## Schlag nach

### Maße für die Hürdenläufe (Freiluft)

Strecke	Markierung	Altersklasse	Hürdenhöhe	Anzahl	Anlauf	Abstand	Auslauf
110 m	blau —	Männer, MJ U23, M30	1,067 m	10	13,72 m	9,14 m	14,02 m
110 m	blau —	MJ U20, M35-45	0,991 m	10	13,72 m	9,14 m	14,02 m
110 m	rot •	MJ U18	0,914 m	10	13,72 m	8,90 m	16,18 m
100 m	gelb —	M50, M55	0,914 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
100 m	schwarz •	M60, M65	0,838 m	10	12,00 m	8,00 m	16,00 m
100 m	gelb —	Frauen, WJ U23, WJ U20, W30/35	0,838 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
100 m	gelb —	WJ U18	0,762 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
80 m	gelb •	M15, M14	0,838 m	7	13,50 m	8,60 m	14,90 m
80 m	schwarz •	W15, W14, W40/45	0,762 m	8	12,00 m	8,00 m	12,00 m
80 m	rot +	M70/75, W50/55	0,762 m	8	12,00 m	7,00 m	19,00 m
80 m	rot +	M80 u.ä., W60 u.ä.	0,686 m	8	12,00 m	7,00 m	19,00 m
60 m	schwarz +	M13/12, W13/12	0,762 m	6	11,50 m	7,50 m	11,00 m
300 m	grün —	M15/14	0,838 m	7	50,00 m	35,00 m	40,00 m
300 m	grün —	M60/65, W15/14, W50/55	0,762 m	7	50,00 m	35,00 m	40,00 m
300 m	grün —	M70 u.ä., W60 u.ä.	0,686 m	7	50,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	grün —	Männer, MJ U23, MJ U20, M30-45	0,914 m	10	45,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	grün —	Frauen, WJ U23/U20/U18, W30-45	0,762 m	10	45,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	grün —	MJ U18, M50/55	0,838 m	10	45,00 m	35,00 m	40,00 m

### Maße für die Hürdenläufe (Halle)

Strecke	Markierung	Altersklasse	Hürdenhöhe	Anzahl	Anlauf	Abstand	Auslauf
60 m	blau —	Männer, MJ U23, M30	1,067 m	5	13,72 m	9,14 m	9,72 m
60 m	blau —	MJ U20, M35-45	0,991 m	5	13,72 m	9,14 m	9,72 m
60 m	rot +	MJ U18	0,914 m	5	13,72 m	8,90 m	10,68 m
60 m	gelb —	M50/55	0,914 m	5	13,00 m	8,50 m	13,00 m
60 m	schwarz •	M60/65	0,838 m	5	12,00 m	8,00 m	16,00 m
60 m	rot +	M70/75, W50/55	0,762 m	5	12,00 m	7,00 m	20,00 m
60 m	rot +	M80 u.ä., W60 u.ä.	0,686 m	5	12,00 m	7,00 m	20,00 m
60 m	gelb •	M15/14	0,838 m	5	13,50 m	8,60 m	12,10 m
60 m	schwarz +	M13/12, W13/12	0,762 m	6	11,50 m	7,50 m	11,00 m
60 m	gelb —	Frauen, WJ U23/U20, W30/35	0,838 m	5	13,00 m	8,50 m	13,00 m
60 m	gelb —	WJ U18	0,762 m	5	13,00 m	8,50 m	13,00 m
60 m	rot —	W15/14, W40/45	0,762 m	5	12,00 m	8,00 m	16,00 m

## Maße für den Hindernislauf

Strecke	Markierung	Altersklasse	Hindernishöhe	Anzahl freistehender Hindernisse	Anzahl am Wassergraben
3.000 m Hi	blau ■	Männer, MJ U23, M30–55	0,914 m	28	7
3.000 m Hi		Frauen, WJ U23, W30	0,762 m	28	7
2.000 m Hi		MJ U20, M60 u. ä.	0,914 m	18	5
2.000 m Hi		MJ U18	0,838 m	18	5
2.000 m Hi		WJ U20, WJ U18, W35 u. ä.	0,762 m	18	5
1.500 m Hi		MJ U16, WJ U16	0,762 m	12	3

### Erläuterungen:

Im 2.000-m-Wettbewerb (Wassergraben innen) darf die Strecke vom Start bis eingangs der Gegengeraden keine Hindernisse enthalten. Die Hindernisse 3, 4 und 5 sind zu überqueren und dann sind noch 4 Hindernisrunden zu laufen. Im 1.500-m-Wettbewerb darf die Strecke vom Start bis zum erstmaligen Passieren der Ziellinie keine Hindernisse enthalten. (Weitere Erklärungen – z. B. Wassergraben außen – sind unter Regel 169 IWR zu finden.)

## Gewichte der Wurf- und Stoßgeräte

Altersklassen	Kugel	Diskus	Hammer	Speer	Ball	Schlagball	Gewicht
Männer, MJ U23	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800 g	-	-	-
MJ U20	6,00 kg	1,75 kg	6,00 kg	800 g	-	-	-
MJ U18	5,00 kg	1,50 kg	5,00 kg	700 g	-	-	-
MJ U16	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600 g	200 g	-	-
MJ U14	3,00 kg	0,75 kg	3,00 kg	400 g	200 g	-	-
MK U12 und U10	-	-	-	-	-	80 g	-
Frauen, WJ U23/U20	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600 g	-	-	-
WJ U18	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	500 g	-	-	-
WJ U16	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	500 g	200 g	-	-
WJ U14	3,00 kg	0,75 kg	2,00 kg	400 g	200 g	-	-
WK U12 und U10	-	-	-	-	-	80 g	-
M30-45	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800 g	-	-	15,88 kg
M50/55	6,00 kg	1,50 kg	6,00 kg	700 g	-	-	11,34 kg
M60/65	5,00 kg	1,00 kg	5,00 kg	600 g	-	-	9,08 kg
M70/75	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	500 g	-	-	7,26 kg
M80 u. ä.	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	400 g	-	-	5,45 kg
W30-45	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600 g	-	-	9,08 kg
W50/55	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	500 g	-	-	7,26 kg
W60/65	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	500 g	-	-	5,45 kg
W70	3,00 kg	0,75 kg	3,00 kg	500 g	-	-	4,00 kg
W75 u. ä.	2,00 kg	0,75 kg	2,00 kg	400 g	-	-	4,00 kg

## Zeichenerklärungen in den Zeitplänen

<b>F</b>	= Finale	<b>V</b>	= Vorlauf
<b>F (A+B)</b>	= Finalläufe (nicht gleichberechtigt)	<b>ZV</b>	= Zeitvorlauf (Qualif. ausschließlich über Zeit)
<b>ZF</b>	= Zeitfinals (Platzierung ausschließlich nach Zeit)	<b>Z</b>	= Zwischenlauf