

Gerätegewichte (Stand 01.01.2026)

Altersklassen		Kugel	Diskus	Hammer	Speer	Gewicht / Ball
Senioren	M80 +	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	400 g	5,450 kg
Senioren	M70 + M75	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	500 g	7,260 kg
Senioren	M60 + M65	5,000 kg	1,000 kg	5,000 kg	600 g	9,080 kg
Senioren	M50 + M55	6,000 kg	1,500 kg	6,000 kg	700 g	11,340 kg
Senioren	M30 - M45	7,260 kg	2,000 kg	7,260 kg	800 g	15,880 kg
Männer, M U 23	M20 u.ä.	7,260 kg	2,000 kg	7,260 kg	800 g	-----
Männl. Jugend U 20	M19/18	6,000 kg	1,750 kg	6,000 kg	800 g	-----
Männl. Jugend U 18	M17/16	5,000 kg	1,500 kg	5,000 kg	700 g	-----
Männl. Jugend U 16	M15/14	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	200 g
Männl. Jugend U 14	M13/12	3,000 kg	0,750 kg	3,000 kg	400 g	200 g
Seniorinnen	W75 +	2,000 kg	0,750 kg	2,000 kg	400 g	4,000 kg
Seniorinnen	W60 - W70	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	5,450 kg
Seniorinnen	W50 + W55	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	7,260 kg
Seniorinnen	W30 - W45	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	9,080 kg
Frauen, W U 23	W20 u.ä.	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	-----
Weibl. Jugend U 20	W19/18	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	-----
Weibl. Jugend U 18	W17/16	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	-----
Weibl. Jugend U 16	W15/14	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	200 g
Weibl. Jugend U 14	W13/12	3,000 kg	0,750 kg	2,000 kg	400 g	200 g

ab 1.1.26: nur noch neuer Schwerpunkt zugelassen

Hürdenstrecken/Hürdenmaße (Stand 01.01.2026)

Altersklassen	Strecke	Anzahl	Höhe	Anlauf	Abstand	Auslauf
Männer, M30	110 m	10	1,067 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
MJ U 20, M35 - M45	110 m	10	0,991 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
MJ U 18	110 m	10	0,914 m	13,72 m	8,90 m	16,18 m
M50, M55	100 m	10	0,914 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
M60, M65	100 m	10	0,838 m	12,00 m	8,00 m	16,00 m
Frauen, WJ U20, W30, W35	100 m	10	0,838 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
WJ U 18	100 m	10	0,762 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
W40, W45, WJ U 16	80 m	8	0,762 m	12,00 m	8,00 m	12,00 m
M70, M75, W50, W55	80 m	8	0,762 m	12,00 m	7,00 m	19,00 m
W60, W65	80 m	8	0,686 m	12,00 m	7,00 m	19,00 m
M80 u.ä., W70 u.ä.	80 m	8	0,686 m	11,00 m	6,00 m	27,00 m
MJ U 16	80 m	7	0,838 m	13,50 m	8,60 m	14,90 m
U 14	60 m	6	0,762 m	11,50 m	7,50 m	11,00 m
Männer, MJ U 20, M30 -45	400 m	10	0,914 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
MJ U 18, M50, M55	400 m	10	0,838 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
Frauen, WJ U 20 + U 18, W30-45	400 m	10	0,762 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
MJ U 16	300 m	7	0,838 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
WJ U 16	300 m	7	0,762 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
M60, M65, W50, W55	300 m	7	0,762 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
M70, M75, W60, W65	300 m	7	0,686 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
M80 u.ä., W70 u.ä.	200 m	5	0,686 m	20,00 m	35,00 m	40,00 m

Hindernisstrecken

(Stand 01.01.2026)

Männer, MJ U20, M30	3000 m		0,914 m	
M35-55	3000 m		0,838 m	
MJ U18	2000 m		0,838 m	
Frauen, WJ U20, W30	3000 m		0,762 m	
WJ U18, W35+, M60+	2000 m		0,762 m	

M15, W15	1500 m		0,762 m	
----------	--------	--	---------	--