

Hürdenlauf:

Klasse	Strecke	Markierung	Zahl	Höhe	Anlauf	Abstand	Auslauf
AK-M	60m	blau --	5	1,067m	13,72m	9,14m	9,72m
AK-M	110m	blau --	10	1,067m	13,72m	9,14m	14,02m
AK-M	400m	grün --	10	0,914m	45,00m	35,00m	40,00m
U23-M	110m	blau --	10	1,067m	13,72m	9,14m	14,02m
U23-M	400m	grün --	10	0,914m	45,00m	35,00m	40,00m
U20-M	60m	blau --	5	0,991m	13,72m	9,14m	9,72m
U20-M	110m	blau --	10	0,991m	13,72m	9,14m	14,02m
U20-M	400m	grün --	10	0,914m	45,00m	35,00m	40,00m
U18-M	60m	blau --	5	0,914m	13,72m	9,14m	9,72m
U18-M	110m	blau --	10	0,914m	13,72m	9,14m	14,02m
U18-M	400m	grün --	10	0,838m	45,00m	35,00m	40,00m
U16-M	100m	gelb --	10	0,838m	13,00m	8,50m	10,50m
U16-M	300m	grün --	7	0,762m	50,00m	35,00m	40,00m
U14-M	60m	schwarz ++	4	0,60m od. 0,64m	13,00m	11,50m	12,50m

AK-W	60m	gelb --	5	0,838m	13,00m	8,50m	13,00m
AK-W	100m	gelb --	10	0,838m	13,00m	8,50m	10,50m
AK-W	400m	grün --	10	0,762m	45,00m	35,00m	40,00m
U23-W	100m	gelb --	10	0,838m	13,00m	8,50m	10,50m
U23-W	400m	grün --	10	0,762m	45,00m	35,00m	40,00m
U20-W	60m	gelb --	5	0,838m	13,00m	8,50m	13,00m
U20-W	100m	gelb --	10	0,838m	13,00m	8,50m	10,50m
U20-W	400m	grün --	10	0,762m	45,00m	35,00m	40,00m
U18-W	60m	gelb --	5	0,762m	13,00m	8,50m	13,00m
U18-W	100m	gelb --	10	0,762m	13,00m	8,50m	10,50m
U18-W	400m	grün --	10	0,762m	45,00m	35,00m	40,00m
U16-W	80m	schwarz **	8	0,762m	12,00m	8,00m	12,00m
U16-W	300m	grün --	7	0,762m	50,00m	35,00m	40,00m
U14-W	60m	schwarz ++	4	0,60m od. 0,64m	13,00m	11,50m	12,50m

alle Klassen	50m	jeweils wie 60m, jedoch 1 Hürde weniger, Auslauf = Reststrecke					
--------------	-----	--	--	--	--	--	--

Hindernislauf:

Klasse	Strecke	Markierung	Runden	Höhe	Zahl der Hindernisse	
					freistehend	Wassergraben
AK-M	3000m	blau ■	7 ½	0,914m	28 (7x4)	7 (7x1)
U23-M	3000m	blau ■	7 ½	0,914m	28 (7x4)	7 (7x1)
U20-M	3000m	blau ■	7 ½	0,914m	28 (7x4)	7 (7x1)
U18-M	2000m	blau ■	5	0,914m	18 (2+(4x4))	5 (5x1)

AK-W	3000m	blau ■	7 ½	0,762m	28 (7x4)	7 (7x1)
U23-W	3000m	blau ■	7 ½	0,762m	28 (7x4)	7 (7x1)
U20-W	3000m	blau ■	7 ½	0,762m	28 (7x4)	7 (7x1)
U18-W	2000m	blau ■	5	0,762m	18 (2+(4x4))	5 (5x1)

Hochsprung (ÖSTM, ÖM und BLC – Einzelwettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	ab	Steigerung	ab	Steigerung
AK-M	1,78	+ 5cm	1,88	+ 3cm	2,18	+ 2cm
U23-M	1,75	+ 5cm	1,85	+ 3cm	2,12	+ 2cm
U20-M	1,70	+ 5cm	1,80	+ 3cm	1,98	+ 2cm
U18-M	1,60	+ 5cm	1,80	+ 3cm	1,98	+ 2cm
U16-M	1,50	+ 5cm	1,70	+ 3cm		

AK-W	1,53	+ 5cm	1,68	+ 3cm	1,89	+ 2cm
U23-W	1,50	+ 5cm	1,60	+ 3cm	1,81	+ 2cm
U20-W	1,50	+ 5cm	1,60	+ 3cm	1,78	+ 2cm
U18-W	1,45	+ 5cm	1,55	+ 3cm	1,70	+ 2cm
U16-W	1,40	+ 5cm	1,50	+ 3cm		

Hochsprung (ÖM der Vereine – Einzelwettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	ab	Steigerung	ab	Steigerung
AK-M	1,60	+ 5cm	1,90	+ 3cm		
U16-M	1,40	+ 5cm	1,65	+ 3cm		

AK-W	1,40	+ 5cm	1,65	+ 3cm		
U16-W	1,30	+ 5cm	1,45	+ 3cm		

Stabhochsprung (ÖSTM, ÖM und BLC – Einzelwettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	ab	Steigerung	ab	Steigerung
AK-M	4,05	+ 20cm	4,45	+ 10cm	5,25	+ 5cm
U23-M	3,80	+ 20cm	4,20	+ 10cm	4,90	+ 5cm
U20-M	3,50	+ 20cm	4,10	+ 10cm	4,90	+ 5cm
U18-M	3,10	+ 20cm	3,70	+ 10cm	4,60	+ 5cm
U16-M	2,40	+ 20cm	3,00	+ 10cm		

AK-W	3,00	+ 20cm	3,40	+ 10cm	4,00	+ 5cm
U23-W	2,80	+ 20cm	3,40	+ 10cm	3,90	+ 5cm
U20-W	2,60	+ 20cm	3,20	+ 10cm	3,90	+ 5cm
U18-W	2,40	+ 20cm	2,80	+ 10cm		
U16-W	2,00	+ 20cm	2,40	+ 10cm		

Stabhochsprung (ÖM der Vereine – Einzelwettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	ab	Steigerung	ab	Steigerung
AK-M	3,20	+ 20cm	4,40	+ 10cm		
U16-M	2,40	+ 20cm	3,00	+ 10cm		

AK-W	2,60	+ 20cm	3,40	+ 10cm		
U16-W	2,00	+ 20cm	2,40	+ 10cm		

Hochsprung (ÖSTM und ÖM – Mehrkampf Wettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	Ab	Steigerung
AK-M	1,55	+ 5cm	1,70	+ 3cm
U23-M	1,55	+ 5cm	1,70	+ 3cm
U20-M	1,45	+ 5cm	1,70	+ 3cm
U18-M	1,40	+ 5cm	1,65	+ 3cm
U16-M	1,25	+ 5cm	1,55	+ 3cm
U14-M	1,04	+ 4cm		

AK-W	1,30	+ 5cm	1,45	+ 3cm
U23-W	1,30	+ 5cm	1,45	+ 3cm
U20-W	1,25	+ 5cm	1,45	+ 3cm
U18-W	1,20	+ 5cm	1,40	+ 3cm
U16-W	1,10	+ 5cm	1,35	+ 3cm
U14-W	1,04	+ 4cm		

Finden mehrere Altersklassen in einem Bewerb/Gruppe statt, ist eine Angleichung der Sprunghöhen möglich und wird in der Ausschreibung bekannt gegeben.

Stabhochsprung (ÖSTM und ÖM – Mehrkampf Wettbewerbe):

Klasse	ab	Steigerung	ab	Steigerung
AK-M	3,00	+ 20cm	3,40	+ 10cm
U23-M	3,00	+ 20cm	3,40	+ 10cm
U20-M	2,60	+ 20cm	3,20	+ 10cm
U18-M	2,40	+ 20cm	3,00	+ 10cm

Stoß-/Wurfbewerbe:

Klasse	Kugel	Diskus	Hammer	Speer	Vortex
AK-M	7,26kg	2,00kg	7,26kg	800g	
U23-M	7,26kg	2,00kg	7,26kg	800g	
U20-M	6,00kg	1,75kg	6,00kg	800g	
U18-M	5,00kg	1,50kg	5,00kg	700g	
U16-M	4,00kg	1,00kg	4,00kg	600g	
U14-M	3,00kg	0,75kg	3,00kg	400g	135g

AK-W	4,00kg	1,00kg	4,00kg	600g	
U23-W	4,00kg	1,00kg	4,00kg	600g	
U20-W	4,00kg	1,00kg	4,00kg	600g	
U18-W	3,00kg	1,00kg	3,00kg	500g	
U16-W	3,00kg	0,75kg	3,00kg	400g	
U14-W	2,00kg	0,75kg	2,00kg	400g	135g

Dreisprung (ÖSTM, ÖM):

Klasse	Balken
Männlich	13m / 11m
Weiblich	11m / 9m

Dreisprung (BLC):

Klasse	Balken
Männlich	11m / 9m
Weiblich	11m / 9m

Dreisprung (ÖM der Vereine):

Klasse	Balken
Männlich	13m / 11m / 9m
Weiblich	11m / 9m

Mehrkampf:

AK-M	Zehnkampf	1. Tag: 100m, Weit, Kugel (7,26), Hoch, 400m 2. Tag: 110m Hü (1,067), Diskus (2,0), Stabhoch, Speer (800), 1500m
U23-M	Zehnkampf	1. Tag: 100m, Weit, Kugel (7,26), Hoch, 400m 2. Tag: 110m Hü (1,067), Diskus (2,0), Stabhoch, Speer (800), 1500m
U20-M	Zehnkampf	1. Tag: 100m, Weit, Kugel (6,0), Hoch, 400m 2. Tag: 110m Hü (0,991), Diskus (1,75), Stabhoch, Speer (800), 1500m
U18-M	Zehnkampf	1. Tag: 100m, Weit, Kugel (5,0), Hoch, 400m 2. Tag: 110m Hü (0,914), Diskus (1,5), Stabhoch, Speer (700), 1500m
U16-M	Siebenkampf	1. Tag: 100m, Weit, Kugel (4,0), Hoch 2. Tag: 100m Hü (0,838), Speer (600), 1000m
U14-M	Fünfkampf	60m Hü (0,60 od. 0,64), Hoch, 60m, Vortex (135), 1200m Cross

AK-W	Siebenkampf	1. Tag: 100m Hü (0,838), Hoch, Kugel (4,0), 200m 2. Tag: Weit, Speer (600), 800m
U23-W	Siebenkampf	1. Tag: 100m Hü (0,838), Hoch, Kugel (4,0), 200m 2. Tag: Weit, Speer (600), 800m
U20-W	Siebenkampf	1. Tag: 100m Hü (0,838), Hoch, Kugel (4,0), 200m 2. Tag: Weit, Speer (600), 800m
U18-W	Siebenkampf	1. Tag: 100m Hü (0,762), Hoch, Kugel (3,0), 200m 2. Tag: Weit, Speer (500), 800m
U16-W	Siebenkampf	1. Tag: 80m Hü (0,762), Hoch, Kugel (3,0), 100m 2. Tag: Weit, Speer (400), 800m
U14-W	Fünfkampf	60m Hü (0,60 od. 0,64), Hoch, 60m, Vortex (135), 1200m Cross

Mehrkampf Halle:

AK-M	Siebenkampf	1. Tag: 60m, Weit, Kugel (7,26), Hoch 2. Tag: 60m Hü (1,067), Stabhoch, 1000m
U20-M	Siebenkampf	1. Tag: 60m, Weit, Kugel (6,00), Hoch, 2. Tag: 60m Hü (0,991), Stabhoch, 1000m
U18-M	Siebenkampf	1. Tag: 60m, Weit, Kugel (5,00), Hoch, 2. Tag: 60m Hü (0,914), Stabhoch, 1000m

AK-W	Fünfkampf	60m Hü (0,838), Hoch, Kugel (4,0), Weit, 800m
U20-W	Fünfkampf	60m Hü (0,838), Hoch, Kugel (4,0), Weit, 800m
U18-W	Fünfkampf	60m Hü (0,762), Hoch, Kugel (3,0), Weit, 800m