

# Hamburger und Schleswig-Holsteinische Hallen-Mehrkampf-Meisterschaften Männer, Frauen M/W Jugend U20, U18, U16 (M/W 15)

~~inkl. LM Langstaffeln (3x1.000m, 3x800m und 4x400m)~~



**07./08.02.2026 – Leichtathletikhalle Hamburg (Krochmannstraße 55, 22297 Hamburg)**

**Stand: 12.01.2026 – Achtung neuer Termin ! Termin-Änderung bedingt durch Ausfall der LHM Einzel M/F, Jugend U18 Veranstalter , LHM Langstaffeln am XX ?**

**Ausrichter:** Hamburger und Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband

**Meldungen:** Bis zum **Dienstag, 27.01.2026** Online-Meldungen über [www.ladv.de](http://www.ladv.de).

**Nachmeldungen** sind in Ausnahmefällen bis 72 Stunden vor Wettkampfbeginn (04.02.; 11:00 Uhr) möglich. Am Veranstaltungstag sind keine Nachmeldungen möglich.

Mit **Vereinskampfrichtern** für SHLV: Jeder teilnehmende Verein hat einen Vereinskampfrichter zu stellen und namentlich mit Abgabe der Meldung über das Kommentarfeld bei einem Athleten auf LADV oder per Mail zu benennen.

**Telefon:** Am Veranstaltungstag steht für Notfälle (z.B. Stau etc.) zur Vorabmeldung am Stellplatz folgende Rufnummer zur Verfügung: **wird noch bekannt gegeben.**

## **Wettbewerbe:**

### **Mehrkampf:**

**Männer, MJ U20, U18, U16 (M15):** Siebenkampf

**Frauen, WJ U20, U18, U16 (W15):** Fünfkampf

### ~~Langstaffeln:~~

~~**Männer, Jugend U20:** 3x1.000m, 4x400m~~

~~**Frauen, Jugend U20:** 3x800m, 4x400m~~

~~**Mixed (Männer/Frauen):** 4x400m~~

**Gemeinsame Wertung der Landesverbände. Das gilt nicht für M/W JU16. Hier erfolgt eine getrennte Wertung nach Landesverbänden.**

Aus organisatorischen Gründen gelten folgende **Teilnahmebeschränkungen:**

M/W/JU20/JU18/JU16: **20 TN (bei M/W JU16 je LV)**

Die Teilnahmeberechtigung wird über die anzugebende Bestleistung geregelt. **Mit der Meldung sind die Bestleistungen (2024/2025) anzugeben.**

Bei weniger als drei Teilnehmer\*innen kann in einem Wettbewerb der Meistertitel auch vergeben werden, wenn die Meisterschaftsstandards erreicht werden.

## **Vorläufiger Zeitplan:**

Die angegebenen Anfangszeiten können sich nach Abgabe der Meldungen noch ändern. Ein Rahmenzeitplan wird nach Eingang der Meldungen erarbeitet und ins Internet unter [www.hhlv.de](http://www.hhlv.de) veröffentlicht.

## **Vorläufige Anfangszeiten:**

**Sonabend, 07.02.2026, 11:00 Uhr:**

Männer, MJ U20, U18, U16 (M15): Siebenkampf (1. Tag)

Frauen, WJ U20, U18, U16 (W15): Fünfkampf

**Sonntag, 08.02.2026, 10:00 Uhr:**

Männer, MJ U20, U18, U16 (M15): Siebenkampf (2. Tag)

## **~~Vorläufige Anfangszeiten Langstaffeln:~~**

~~Die Langstaffeln (3x1.000m, 3x800m, 4x400m) werden am **Sonabendnachmittag (31.01.2026)** stattfinden. Die genauen Startzeiten werden nach Erstellung des Rahmenzeitplans für die LM-Mehrkampf veröffentlicht.~~

## **Sprunghöhen Hochsprung:**

M	1,44m	+4cm
MJ U20	1,40m	+4cm
MJ U18	1,28m	+4cm
MJ U16 (M15)	1,24m	+4cm
F / WJ U20	1,24m	+4cm
WJ U18 / U16 (W15)	1,20m	+4cm

## **Sprunghöhen Stabhochsprung:**

Anlage 1	1,80m	+10cm
Anlage 2	ca. 2,60m*	+10cm

\*Sowohl beim Hoch- als auch beim Stabhochsprung wird auf zwei Anlagen gesprungen. Eine Aufteilung erfolgt nach Abfrage der Anfangshöhen.

## **Hinweise:**

- Es gelten die Gebührenordnung des HLV und die Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb.
- M/W14 (Jg. 2013) ist für den Mehrkampf zugelassen. Die Wertung erfolgt in der M/W15.
- Es werden Stellplatzkarten ausgegeben. Die Stellplatzkarten sind **60 Minuten vor** Wettkampfbeginn am Stellplatz abzugeben. *Mit Abgabe der Stellplatzkarten sind die ungefähren Anfangshöhen für Hoch/Stab anzugeben.*
- Der Aushang der Ergebnisse und Laufeinteilungen erfolgt rein digital über die Live-Ergebnisse bei [leichtathletik.de](http://leichtathletik.de). Auf den digitalen Ergebnislisten werden die für die Einspruchsfrist relevanten Zeiten des Aushangs zu finden sein.
- Bei den Kugelstoßwettbewerben werden ausschließlich Stahlkugeln verwendet.
- **Die Halle darf nur mit Sportschuhen betreten werden.**
- Es dürfen nur Spikes mit max. 6 mm benutzt werden. Weitere Informationen zu erlaubten Schuhen sind dem Infoblatt des SHLV zu entnehmen.
- Sollte die Sporthalle Hamburg für eine andere Veranstaltungen parallel genutzt werden, so können Parkgebühren anfallen.

Die Melde-, Ergebnis- und Kampfrichter/Helferlisten sowie der Rahmenzeitplan werden im Internet unter [www.shlv.de](http://www.shlv.de) veröffentlicht.

## Wichtige Hinweise zu erlaubten Schuhen

Seit dem 1. November 2024 sind für alle Wettbewerbe der stadionnahen Leichtathletik seitens World Athletics nur noch Schuhe mit max. 20mm Sohlendicke zugelassen!



### Shoe Regulation – Book C.2.1A

#### Athletic Shoe Sole Thickness Table

*In force from 1<sup>st</sup> November 2024*

Event	Maximum thickness of the sole
Field Events (except Triple Jump)	20mm spike and non-spike shoe
Triple Jump	25mm
Track Events (up to but not including 800m)	20mm spike and non-spike shoe
Track Events from 800m and above	25mm
Cross-Country	20mm for spike shoe 40mm for non-spike shoe
Road Events (for running, road RW events and track RW events)	40mm
Mountain and trail running	Any thickness

Daher bitten die Wettkampfverantwortlichen der Hamburger und Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik Verbände um selbstständige Prüfung, ob die Schuhe, die beim Wettkampf getragen werden sollen, eine Zulassung durch World Athletics haben. Dies ist unter folgender URL möglich: <https://certcheck.worldathletics.org/FullList> - Diese Liste wird durch World Athletics regelmäßig auf dem neuesten Stand gehalten.

Schuhe, die vor dem 1.1.2016 am Markt verfügbar waren, brauchen kein Zertifikat/keine explizite Zulassung, müssen jedoch trotzdem die erlaubte Sohlendicke einhalten! Dieser Umstand führt dazu, dass die meisten Schuhe für den Straßenlauf bei Bahnwettbewerben (außer Bahngehen) nicht erlaubt sind. Im Zweifelsfall liegt die Nachweispflicht, dass der Schuh bereits vor 2016 verfügbar war, bei den Athlet:innen.

Anpassungen der Schuhe sind nur aus medizinischen oder Sicherheitsgründen erlaubt. Solche Veränderungen müssen dann aber von World Athletics genehmigt werden. Auch orthopädische Einlagen müssen genehmigt werden! Hierfür müssen die entsprechenden Athlet:innen eine schriftliche Genehmigung vorlegen können.

Bei allen (gemeinsamen) LM und World Ranking Veranstaltungen im Bereich des HLV und SHLV kann es vor oder nach dem Wettkampf zu Schuhkontrollen kommen. Hierbei sind die Schiedsrichter:innen und Technischen Delegierten befugt, die Schuhe genau in Augenschein zu nehmen. **Das Tragen von nicht zugelassenen Schuhen führt - auch nach Ende des Wettkampfes - zur Disqualifikation.**

Diese Regeln gelten für alle Teilnehmenden unabhängig von ihrer Leistungsklasse. Eine Teilnahme mit nicht regelkonformen Schuhen ist auch außer Wertung nicht gestattet. Gez. die Wettkampfverantwortlichen des HLV und SHLV

Kiel, 12. Juni 2025