

22. DEUTSCHE HALLENMEISTERSCHAFTEN MASTERS DEUTSCHE WINTERWURFMEISTERSCHAFTEN MASTERS 06. - 08. MÄRZ 2025 IN DÜSSELDORF

1 BEACHT E

[„Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2026“](#)

2 AUSRICHTER / ÖRTLICHER AUSRICHTER

- Leichtathletik-Verband Nordrhein
- ASC Düsseldorf

3 TELEFON

In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise, für Vorabmeldungen am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0151-58802255

4 AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Arena-Sportpark-Düsseldorf, Im Staad 11, 40474 Düsseldorf

5 MELDESCHLUSS

- Sonntag, 22. Februar 2026 beim eigenen Landesverband über das Meldeportal LADV
- Nachmeldungen sind bis 72 Stunden vor der Veranstaltung (Dienstag 03. März 2026, 12:00 Uhr) mit einer Nachmeldegebühr von 100€ möglich.
 - Voraussetzung ist die Erbringung der Mindestleistung vor Meldeschluss
- Die Meldeportale zur DM Halle Masters und DM Winterwurf Masters sind in LADV separat angelegt und die Anmeldung ist entsprechend der ausgeschriebenen Disziplinen vorzunehmen.

6 TEILNAHMEBERECHTIGUNG

- Teilnahmeberechtigt sind Masters der Klassen M35-M90 sowie W35-W90, sofern sie in der Freiluftsaison 2025 oder der Hallensaison 2025/2026 (01.11.2025 bis Meldeschlusstermin) die geforderten Mindestleistungen erfüllt haben.
- Voraussetzung für die Teilnahme ist eine ordnungsgemäße Meldung bis zum Meldeschlusstermin.

7 WETTBEWERBE / MINDESTLEISTUNGEN

- Alle Läufe werden als Zeitendläufe durchgeführt.
- Bei Zusammenlegung der Altersklassen im Hoch- und Stabhochsprung können die Sieger:innen der einzelnen Altersklassen die nächste Sprunghöhe nur dann frei wählen, wenn durch die Höhe ein neuer Rekord/Deutsche Bestleistung erzielt werden kann. Ansonsten sind die Steigerungshöhen einzuhalten.
- Qualifikationsleistungen für die 1500m werden auch über die 3000m zugelassen.
- Ist in einer Altersklasse keine Mindestleistung hinterlegt, ist diese nicht ausgeschrieben, es kann aber in der nächstjüngeren Altersklasse gemeldet werden. Die Wertung erfolgt ausschließlich in der ausgeschriebenen Altersklasse.
- Mindestleistung Altersklassenwechsel: Wer die Mindestleistung in 2025 in seiner alten Altersklasse erreicht hat, darf diese Mindestleistung auch in der neuen Altersklasse nutzen.

Ausschreibung 2026

7.1 DEUTSCHE HALLENMEISTERSCHAFTEN MASTERS

WETTBEWERB	QUALIFIKATIONS- WETTBEWERB	M35	M40	M45	M50	M55	M60
60 m	60 m	8,10 sec	8,30 sec	8,35 sec	8,50 sec	8,55 sec	9,20 sec
	100 m	12,30 sec*	12,70 sec*	12,80 sec*	13,00 sec*	13,25 sec*	13,90 sec*
200 m	200 m	25,70 sec	26,40 sec	26,60 sec	27,25 sec	27,80 sec	29,10 sec
400 m	400 m	57,75 sec	59,00 sec	60,80 sec	62,50 sec	63,00 sec	69,20 sec
800 m	800 m	2:11,30 min	2:13,50 min	2:16,50 min	2:22,00 min	2:28,00 min	2:39,00 min
1.500 m	1.500 m	4:35,00 min	4:42,00 min	4:44,00 min	4:51,00 min	5:06,00 min	5:30,00 min
	3.000 m	9:25,00 min	9:45,00 min	9:55,00 min	10:25,00 min	10:40,00 min	11:30,00 min
60 m Hürden	60 m H	9,80 sec	10,50 sec	10,90 sec	11,40 sec	12,30 sec	12,80 sec
	110 m H	18,70 sec*	19,50 sec*	20,50 sec*	-	-	-
	100 m H	-	-	-	18,00 sec*	19,50 sec*	20,00 sec*
4x200 m	4x200 m	1:47,00 min	1:52,00 min	-	1:58,00 min	-	2:07,00 min
	4x100 m	51,00 sec*	52,00 sec*	-	53,80 sec*	-	58,00 sec*
Hochsprung	Hochsprung	1,67 m	1,60 m	1,58 m	1,52 m	1,50 m	1,35 m
Stabhochsprung	Stabhochsprung	3,20 m	3,00 m	2,80 m	2,70 m	2,40 m	2,25 m
Dreisprung	Dreisprung	11,00 m	10,60 m	10,30 m	10,00 m	9,30 m	8,50 m
Weitsprung	Weitsprung	5,60 m	5,35 m	5,25 m	5,10 m	4,95 m	4,45 m
Kugelstoß	7,26kg	11,70m	11,40m	11,30m	-	-	-
	6 kg	-	-	-	12,30 m	11,80 m	-
	5 kg	-	-	-	-	-	11,90 m

* Freiluftleistung

Ausschreibung 2026

WETTBEWERB	QUALIFIKATIONS- WETTBEWERB	M65	M70	M75	M80	M85	M90
60 m	60 m	9,60 sec	10,10 sec	10,60 sec	12,80 sec	13,50 sec	14,50 sec
	100 m	14,80 sec*	15,40 sec*	16,60 sec*	18,50 sec*	23,00 sec*	24,00 sec*
200 m	200 m	30,50 sec	33,00 sec	36,00 sec	44,00 sec	49,50 sec	54,50 sec
400 m	400 m	71,00 sec	81,00 sec	93,00 sec	96,00 sec	108,00 sec.	-
800 m	800 m	2:53,00 min	3:05,00 min	3:33,00 min	3:50,00 min	4:30,00 min	-
1500 m	1.500 m	6:00,00 min	6:30,00 min	7:35,00 min	8:30,00 min	9:50,00 min	-
	3.000 m	12:30,00 min	13:30,00 min	16:00,00 min	18:50,00 min	21:50,00 min	24:50,00 min
60 m Hü	60 m H	13,20 sec	13,50 sec	15,10 sec	19,00 sec	-	-
	100 m H	22,00 sec*	-	-	-	-	-
	80 m H	-	17,30 sec*	19,80 sec*	23,00 sec*	-	-
4x200 m	4x200 m	-	2:25,00 min	-	2:55,00 min	-	-
	4x100 m	-	66,00 sec*	-	79,00 sec*	-	-
Hochsprung	Hochsprung	1,30 m	1,25 m	1,12 m	1,00 m	0,95 m	-
Stabhochsprung	Stabhochsprung	2,20 m	2,10 m	2,00 m	2,00 m	-	-
Dreisprung	Dreisprung	8,00 m	7,50 m	7,00 m	6,20 m	5,90 m	-
Weitsprung	Weitsprung	4,15 m	3,90 m	3,40 m	2,90 m	2,60 m	2,30 m
Kugelstoß	5 kg	10,80 m	-	-	-	-	-
	4 kg	-	10,80 m	9,80 m	-	-	-
	3 kg	-	-	-	10,00 m	7,90 m	5,80 m

* Freiluftleistung