

85. DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN U20  
12. DEUTSCHE JUGENDMEISTERSCHAFTEN U16  
10.-12. JULI 2026 IN BOCHUM

## 1 BEACHTETE

[„Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2026“](#)

## 2 AUSRICHTER/ÖRTLICHER AUSRICHTER

- › Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen

## 3 TELEFON

In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise, für Vorabmeldungen am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 06151-770856

## 4 AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Lohrheidestadion – Bochum-Wattenscheid, Lohrheidestraße 82, 44866 Bochum

## 5 MELDESCHLUSS

- › Sonntag, 28. Juni 2026 beim eigenen Landesverband über das Meldeportal LADV
- › Nachmeldungen sind bis 72 Stunden vor der Veranstaltung (Dienstag, 07. Juli 2026, 12:00 Uhr) möglich.

## 6 TEILNAHMEBERECHTIGUNG

- › In der gleichen Disziplin darf nur für eine Altersklasse gemeldet werden
- Für DM U20 startberechtigt:
  - männliche und weibliche Jugend U20 (Jahrgang 2007, 2008, 2009, 2010)
- Für DM U16 startberechtigt:
  - W15, M15 (Jahrgang 2011) in den Einzeldisziplinen
  - Jugendliche U16 (Jahrgang 2011 und 2012) in den Staffeln
  - Meldebeschränkung M15/W15: 2 Disziplinen + Staffel, außerdem wird auf die DLO § 8.3. hingewiesen.
- › Kader-Athlet:innen (NK 1) sowie Perspektiv-Athlet:innen zur Bildung der Nationalmannschaft können gem. Punkt 5c der Allg. Ausschreibungsbestimmungen ein Sonderteilnahmerecht **bis spätestens 7 Tage vor Meldeschluss (21. Juni 2026)** beantragen. Entsprechende Athlet:innen mit genehmigtem Sonderteilnahmerecht werden berücksichtigt.

## 7 WETTBEWERBE/MINDESTLEISTUNGEN

- › Es gelten nachfolgende Mindestleistungen, die in der Freiluftsaison 2026 bis zum Meldeschlusstermin erzielt worden sein müssen (**gilt auch für Nachmeldungen**).
- › Voraussetzung für die Teilnahme ist eine ordnungsgemäße Meldung bis zum Meldeschlusstermin.
- › Das Bahngeschehen der U20 findet im Rahmen der DM U18/U23 statt.

WETTBEWERB	M U20	MJ U16	W U20	WJ U16
100 m	11,05 sec.	11,80 sec.	12,40 sec.	12,75 sec.
200 m	22,40 sec.	-	25,40 sec.	-
300 m	-	38,50 sec.	-	42,70 sec.
400 m	50,50 sec.		58,70 sec.	-
800 m	1:56,70 min.	2:06,00 min.	2:17,20 min.	2:22,20 min.
1.500 m	4:03,20 min.	-	4:48,20 min.	-
3.000 m	8:57,00 min.	9:55,00 min.	10:20,00 min.	11:15,00 min.
80 m Hürden	-	11,40 sec.	-	12,20 sec.
100 m Hürden	-	-	15,20 sec.	-
110 m Hürden	15,50 sec.	-	-	-
300 m Hürden	-	44,00 sec.	-	48,00 sec.
400 m Hürden	57,50 sec.	-	65,20 min.	-
1.500 m Hindernis	-	5:05,00 min.	-	5:40,00 min.
3.000 m Hindernis	10:20,00 min. (3.000 mH.) 6:15,20 min. (2.000 mH.)	-	12:30,00 min. (3.000 mH.) 7:25,00 min. (2.000 mH.)	-
3.000 m BG & 3km	-	19:00,00 min	-	20:00,00 min
4x100 m	43,80 sec.	48,00 sec.	49,50 sec.	51,20 sec.
Hochsprung	1,96 m	1,78 m	1,71 m	1,65 m
Stabhochsprung	4,60 m	3,60 m	3,60 m	3,00
Weitsprung	7,00 m	6,20 m	5,80 m	5,45 m
Dreisprung	13,70 m	11,60 m	11,80 m	10,80 m
Kugelstoß	15,00m (6 kg)	14,00 m (4 kg)	12,50 (4 kg)	11,90 m (3 kg)
Diskuswurf	47,00 m (1,75 kg)	45,00 m (1 kg)	43,00 m (1 kg)	33,00 m (1 kg)
Hammerwurf	50,00m (6 kg)	40,00 m (4 kg)	47,00 m (4 kg)	38,00 m (3 kg)
Speerwurf	58,00 m (800 g)	49,00 m (600 g)	42,00 m (600 g)	39,00 m (500 g)

- Für die Altersklasse M15/W15 sind aus einem der unten aufgeführten Wettbewerbe folgende Zusatzleistungen zur Einzelnorm in der Freiluftsaison 2026 bis zum Meldeschlusstermin zu erbringen.
- Hinweis zur Meldeabgabe: In der Meldung muss die Zusatzleistung vermerkt werden. **Die Zusatzleistung wird nicht als eigene Meldung abgegeben, sondern bei der Online-Meldeabgabe im „Kommentar“-Feld angegeben. Das Datum (wann die Leistung erbracht wurde), die Disziplin, der Ort und die Leistung sind zwingend bei der Zusatzleistung anzugeben.**

WETTBEWERB	MJ U16	WJ U16
Blockwettkampf Sprint	2300 Punkte	2200 Punkte
Blockwettkampf Lauf	2000 Punkte	1950 Punkte
Blockwettkampf Wurf	2000 Punkte	1950 Punkte
Siebenkampf	-	3250 Punkte
Neunkampf	4300 Punkte	-

## 8 SPRUNGHÖHEN

### Männliche Jugend U20

Hochsprung: 1,85 m - 1,90 m - 1,95m - 1,99 m - 2,03 m - 2,06 m - 2,09 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 4,40 m - 4,55 m - 4,70 m - 4,80 m - 4,90 m - 5,00 m - 5,05 m - weiter je 5cm

### Weibliche Jugend U20

Hochsprung: 1,60 m - 1,64 m - 1,68 m - 1,72 m - 1,75 m - 1,78 m - 1,81 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 3,30 m - 3,45 m - 3,60 m - 3,70 m - 3,80 m - 3,90 m - 4,00 m - 4,05 m - weiter je 5cm

### Männliche Jugend M15

Hochsprung: 1,70 m - 1,75 m - 1,79 m - 1,83 m - 1,86 m - 1,89 m - 1,92 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 3,30 m - 3,50 m - 3,65 m - 3,80 m - 3,90 m - 4,00 m - 4,10 m - weiter je 5cm

### Weibliche Jugend W15

Hochsprung: 1,52 m - 1,57 m - 1,61 m - 1,65 m - 1,68 m - 1,70 m - 1,72 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 2,70 m - 2,90 m - 3,05 m - 3,20 m - 3,30 m - 3,40 m - 3,50 m - weiter je 5cm

## 9 MAX. SPIKESLÄNGE

Die maximale Spikeslänge in Bochum beträgt 9mm (12mm für Hochsprung und Speer).

## 10 HINWEISE

- > Training
  - Ein Training im Lohrheidestadion ist nicht möglich.
  - Informationen zur Nutzung des Warm-Up Bereichs folgen zeitnah
- > Betreuer:innen-Akkreditierungen
  - Ausgabe gemäß dem Schlüssel der allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen.
- > Stabhochsprungstäbe
  - genaue Informationen folgen zeitnah
- > Physiotherapie
  - Die Physiotherapeut:innen müssen über den allgemeinen Betreuungsschlüssel der jeweiligen Vereine abgedeckt werden.
- > Berichterstattung durch Medien
  - Über diese Veranstaltung wird medial berichtet. Dazu werden durch die Medien (TV, Presse) Film- und Fotoaufnahmen aus dem Wettkampfbereich produziert und entsprechend veröffentlicht.
  -

- > Tickets
  - genaue Informationen folgen zeitnah
- > Vereinszettel
  - genaue Informationen folgen zeitnah

## 11 STARTUNTERLAGENAUSGABE

- genaue Informationen folgen zeitnah

## 12 ANREISE

- genaue Informationen folgen zeitnah

## 13 ZEITPLAN\*

FREITAG, 10.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
14:00							Diskuswurf	F	14:00
14:20							Stabhochsprung	F	14:20
14:35	4x100 m	ZF							14:35
14:55					4x100 m	ZF			14:55
15:20			4x100 m	ZF					15:20
15:45							4x100 m	ZF	15:45
15:50			Diskuswurf	F					15:50
16:20	400 m	HF							16:20
16:45					400 m	HF			16:45
17:10			300 m	HF					17:10
17:25			Weitsprung	F					17:25
17:35							300 m	HF	17:35
17:35					Diskuswurf	F			17:35
18:05	1.500 m	HF							18:05
18:25					1.500 m	HF			18:25
18:45							1.500 m H	F	18:45
19:00			1.500 m H	F					19:00
19:10	Diskuswurf	F							19:10
19:10	Weitsprung	F							19:10
19:25					3.000 m H	F			19:25
19:45	3.000 m H	F							19:45
20:00			3.000 m BG	F			3.000 m BG	F	20:00

SAMSTAG, 11.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:00			800 m	HF					10:00
10:00							Kugelstoß	F	10:00
10:20							800 m	HF	10:20
10:30							Hochsprung	F	10:30

SAMSTAG, 11.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:40	800 m	HF							10:40
11:00							Dreisprung	F	11:00
11:00					800 m	HF			11:00
11:25			300 m H	HF					11:25
11:55							300 m H	HF	11:55
11:55	Kugelstoß	F							11:55
12:25			Hochsprung	F					12:25
12:25					400 m H	HF			12:25
12:30							Hammerwurf	F	12:30
12:50	400 m H	HF							12:50
13:00					Dreisprung	F			13:00
13:15	400 m	F							13:15
13:20					400 m	F			13:20
13:30									13:30
13:35							300 m	F	13:35
13:35					Kugelstoß	F			13:35
13:45					100 m	VL			13:45
14:15	Hammerwurf	F							14:15
14:25	100 m	VL							14:25
15:05			Kugelstoß	F					15:05
15:15			Dreisprung	F					15:15
15:20	Hochsprung	F							15:20
15:40			100 m	HF					15:40
16:10							100 m	HF	16:10
16:10					Hammerwurf	F			16:10
16:40					100 m	HF			16:40
16:45			Stabhochsprung	F					16:45
16:55	100 m	HF							16:55
17:15	1.500 m	F							17:15
17:20	Dreisprung	F							17:20
17:25					1.500 m	F			17:25
17:25					Hochsprung	F			17:25
17:40			100 m	F					17:40
17:45							100 m	F	17:45
17:50					100 m	F			17:50
17:55	100 m	F							17:55
18:00			Hammerwurf	F					18:00
18:05			3.000 m	F					18:05
18:20							3.000 m	F	18:20
18:35	3.000 m	F							18:35
18:50					3.000 m	F			18:50

SONNTAG, 12.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:00							Speerwurf	F	10:00
10:00							80 m H	HF	10:00
10:25			80 m H	HF					10:25
10:30					Stabhochsprung	F			10:30
10:45					100 m H	VL			10:45
11:15	110 m H	VL							11:15
11:45			Speerwurf	F					11:45
11:45							80 m H	F	11:45
11:55			80 m H	F					11:55
12:05					100 m H	HF			12:05
12:20	110 m H	HF							12:20
12:45							Weitsprung	F	12:45
13:10					100 m H	F			13:10
13:20	110 m H	F							13:20
13:30					Speerwurf	F			13:30
13:30	200 m	HF							13:30
14:00	Stabhochsprung	F							14:00
14:05					200 m	HF			14:05
14:35			300 m H	F					14:35
14:45					Weitsprung	F			14:45
14:45							300 m H	F	14:45
14:55					400 m H	F			14:55
15:05	Speerwurf	F							15:05
15:05	400 m H	F							15:05
15:15			800 m	F					15:15
15:25							800 m	F	15:25
15:35	800 m	F							15:35
15:45					800 m	F			15:45
15:55	200 m	F							15:55
16:05					200 m	F			16:05

\* Änderungen vorbehalten