

# Nordrhein Meisterschaften 2026

der weiblichen und männlichen Jugend U16 / U20 sowie Männer/Frauen

## LV AUSTRAGUNGSTERMIN

Freitag, 12. Juni 2026, Samstag, 13. Juni 2026 und Sonntag, 14. Juni 2026

## LV ÖRTLICHER AUSRICHTER

LAZ Mönchengladbach e.V.

## LV AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Grenzlandstadion, Jahnplatz 20, 47055 Mönchengladbach

## LV TELEFON

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise, für Voranmeldung am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: **0157 - 53659829** (ggf. Mailbox oder WhatsApp Nachricht)

## LV MELDUNGEN

**Online Meldungen:** Bis Montag, 1. Juni 2025, 23.59 Uhr über <https://lanet3.de>

<b>Organisationsbeiträge:</b>	Jugend:	Einzel: 8,00 €	Staffel: 11,00 €
	Erwachsene:	Einzel: 11,00 €	Staffel: 14,00€

Die Organisationsbeiträge werden im Nachgang der Veranstaltung über die Geschäftsstelle in Rechnung gestellt und eingezogen. Eine Meldung ist daher nur möglich, wenn bis zum Meldeschluss ein gültiges SEPA-Mandat des Vereines vorliegt.

## LV TEILNAHMEBERECHTIGUNG

Teilnahmeberechtigt sind alle Athleten, die eine bestenlistenfähige Leistung in der Freiluftsaison 2025 oder 2026 oder der Hallensaison 2025/2026 erbracht haben.

Im Hochsprung muss mindestens eine Leistung vorgewiesen werden, die 5 cm über der ausgeschriebenen Anfangshöhe liegt. Im Stabhochsprung muss mindestens eine Leistung vorgewiesen werden, die 10 cm über der ausgeschriebenen Anfangshöhe liegt

Die Leistungen im Kugelstoßen, Hammerwurf, Diskuswurf und Speerwurf können auch mit niedrigerem Gewicht des jeweiligen Geräts erzielt worden sein. Bitte bei der Meldung entsprechend angeben.

Alternativ können Meldeleistungen zu einer ausgeschriebenen Disziplin auch wie folgt nachgewiesen werden:

100m = 60m Halle oder 75m

80m/100m/110m Hürden = 60m Hürden Halle oder Freiluft,

3.000m/5.000m = 5km Straße oder 3.000m Halle

## LV MEISTERSCHAFTSWETTBEWERBE

Männer	100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 5.000m, 110m Hürden, 400m Hürden, 4x100m, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
Frauen	100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 5.000m, 100m Hürden, 400m Hürden, 4x100m, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
Männliche Jugend U20	100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m, 110m Hürden, 400m Hürden, 4x100m, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
Weibliche Jugend U20	100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m, 100m Hürden, 400m Hürden, 4x100m, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
Männliche Jugend U16	4x100m
M15	100m, 300m, 800m, 80m Hürden, 300m Hürden, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
M14	100m, 800m, 80m Hürden, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
Weibliche Jugend U16	4x100m
W15	100m, 300m, 800m, 80m Hürden, 300m Hürden, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Dreisprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf
W14	100m, 800m, 80m Hürden, Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Hammerwurf, Speerwurf

## LV HAMMERWURF

Weitere Meisterschaftswettbewerbe:

Hammerwurf	M12, M13, Männliche Jugend U18 W12, W13, Weibliche Jugend U18
------------	--

Für die Wettbewerbe im Hammerwurf gilt keine Teilnehmerhöchstgrenze. Es muss aber eine bestenlistenfähige Leistung vorgewiesen werden.

## LV TEILNEHMERHÖCHSTGRENZEN

	M14	M15	MJU20	Männer	W14	W15	WJU20	Frauen
100m	72	72	56	56	72	72	56	56
200m			40	40			40	40
300m		32				32		
400m			24	24			24	24
800m	36	36	24	24	36	36	24	24
1.500m			20	20			20	20
3.000m			20				20	
5.000m				20				20
80m Hürden	48	48			48	48		
100m Hürden							32	32
110m Hürden			32	32				
300m Hürden		32				32		
400m Hürden			32	32			32	32
4x100m	ohne		ohne	ohne	ohne		ohne	ohne
Hochsprung	20	20	15	15	20	20	15	15
Stabhochsprung	12	12	12	12	12	12	12	12
Weitsprung	40	25	20	20	40	25	20	20
Dreisprung		15	12	12		15	12	12
Kugelstoß	20	20	12	14	20	20	12	14
Diskuswurf	20	20	12	14	20	20	12	14
Speerwurf	20	20	12	14	20	20	12	14

## LV WETTKAMPFUNTERLAGEN / TIC

Die Startunterlagen werden am TIC vereinsweise ausgegeben. In den Startunterlagen befinden sich die Startnummern der Athleten sowie die Stellplatzkarten. Die Standorte von Wettkampfunterlagenausgabe und TIC sind entsprechend gekennzeichnet.

Öffnungszeiten Ausgabe Wettkampfunterlagen und TIC:

- **Freitag, 14:00 Uhr – 20:00 Uhr**
- **Samstag, 10:00 Uhr – 19:00 Uhr**
- **Sonntag, 9:00 Uhr – 17:30 Uhr.**

Abgabe Stellplatzkarten am TIC: **75 Minuten** (Stabhochsprung 90 Minuten) vor Beginn der jeweiligen Disziplin.

## LV WETTKAMPFSTÄTTEN

Max. Spikeslänge: 9mm

Dreisprung (verbindliche Angabe auf Stellplatzkarte)

Frauen und Weiblichen Jugend 9m und 11m (W15 auch 7m),

Männer und Männliche Jugend 11m und 13m (M15 auch 9m)

## LV SPRUNGHÖHEN

### Hochsprung

Männer:	1,65 – 1,70 – 1,75 – 1,80 – 1,83 – 1,86 – 1,89 – 1,92 – 1,95 – 1,98 – weiter alle 2cm
Frauen:	1,47 – 1,52 – 1,57 – 1,60 – 1,63 – 1,66 – 1,69 – 1,71 – weiter alle 2cm
Männliche Jugend U20:	1,65 – 1,70 – 1,75 – 1,80 – 1,83 – 1,86 – 1,89 – 1,92 – 1,95 – 1,98 – weiter alle 2cm
Weibliche Jugend U20:	1,42 – 1,47 – 1,52 – 1,57 – 1,60 – 1,63 – 1,66 – 1,69 – 1,71 – weiter alle 2cm
Jugend M15:	1,44 – 1,49 – 1,54 – 1,59 – 1,62 – weiter alle 3cm
Jugend M14:	1,38 – 1,43 – 1,48 – 1,53 – 1,56 – weiter alle 3cm
Jugend W15:	1,38 – 1,43 – 1,48 – 1,51 – 1,54 – weiter alle 3cm
Jugend W14:	1,33 – 1,38 – 1,43 – 1,46 – 1,49 – weiter alle 3cm

### Stabhochsprung

Männer:	3,90 – 4,10 – 4,30 – 4,40 – 4,50 – 4,60 – 4,70 – 4,80 – 4,90 – 5,00 – weiter alle 5cm
Frauen:	2,60 – 2,80 – 3,00 – 3,10 – weiter alle 10cm
Männliche Jugend U20:	3,00 – 3,20 – 3,30 – weiter alle 10cm
Weibliche Jugend U20:	2,30 – 2,50 – 2,60 – weiter alle 10cm
Jugend M15:	2,60 – 2,75 – 2,90 – 3,00 – weiter alle 10cm
Jugend M14:	2,60 – 2,75 – 2,90 – 3,00 – weiter alle 10cm
Jugend W15:	2,20 – 2,40 – 2,50 – weiter alle 10cm
Jugend W14:	2,20 – 2,40 – 2,50 – weiter alle 10cm

## LV ZEITPLAN / TEILNEHMERINFOS

Der Zeitplan und alle relevanten Informationen zur Veranstaltung, werden ebenfalls im [Veranstaltungskalender](#) veröffentlicht.

### LV Anmerkungen

- Innenraumzutritt:
  - Der Innenraum und die Funktionsräume sind während der Wettkämpfe den Athleten und Organisationsmitarbeitern vorbehalten.
- Stabhochsprungstäbe:
  - Die Stabhochsprungstäbe können im Stadion gelagert werden.
- Callroom/Aufruf:
  - Für alle Disziplinen wird ein Callroom eingerichtet
  - Die entsprechenden Zeiten sind dem separaten Plan zu entnehmen.

Bitte auch die [Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2026](#) beachten.