



## Süddeutsche Meisterschaften Qualifikationsleistungen

### Aktive (Halle)

Wettbewerbe	Männer	Frauen
60 m	7,30	8,30
Ersatzleistung 100 m	11,10	12,50
200 m	22,40	26,10
400 m	50,50	60,50
800 m	1:55,50	2:20,00
1500 m	4:00,00	4:50,00
3000 m	8:40,00	11:00,00
60 m Hürden	8,60	9,20
Ersatzl. 100mH/110mH	15,40	15,50
4 x 200 m	ohne	
4 x 400 m	ohne	
3 x 1000 m	ohne	
Hochsprung	AH 1,90	AH 1,60
Stabhochspr.	AH 4,20	AH 2,80
Weitsprung	7,00	5,60
Dreisprung	13,20	11,20
Kugelstoß	14,40	12,20

### U18 (Halle)

Wettbewerbe	MU18	WU18
60 m	7,60	8,45
Ersatzleistung 100 m	11,65	12,90
200 m	23,50	26,50
800 m	2:05,00	2:28,00
1500 m	4:28,00	5:20,00
60 m Hürden	9,30	9,50
Ersatz 80mH	11,70	12,50
Ersatzl. 100mH/110mH	15,90	16,10
4 x 200 m	ohne	
Hochsprung	AH 1,71	AH 1,51
Stabhochspr.	AH 3,50	AH 2,60
Weitsprung	6,20	5,35
Dreisprung	12,00	10,30
Kugelstoß	13,00	11,30
	4kg Kugel14,00	

### Höhensteigerungen (Halle)

Männer	Hoch 1,90-1,95-2,00-2,04-2,08-2,11 weiter alle 2cm	Stab 4,20-4,40-4,50-4,60*)
Frauen	Hoch 1,60-1,65-1,70-1,73-1,76-1,79 weiter alle 2cm	Stab 2,80-3,00-3,10-3,20*)
MU18	Hoch 1,71-1,76-1,81-1,87-1,90- 1,93-1,96-1,99-2,02-2,04 weiter alle 2cm	Stab 3,50-3,70-3,80-3,90*)
WU18	Hoch 1,51-1,56-1,61-1,64-1,67- 1,70-1,73-1,76-1,78 weiter alle 2cm	Stab 2,60-2,80-2,90-3,00*)

Info bzgl. Hoch: Die Anfangshöhen sowie die Steigerungen wurden in Absprache mit den Bundestrainern vereinbart

\*) weitere Höhen werden vor Beginn des Wettkampfes festgelegt

Aktive (Freiluft)

Wettbewerbe	Männer	Frauen
100 m	11,10 60m: 7,30	12,50 60m: 8,30
200 m	22,30	26,00
400 m	50,00	60,20
800 m	1:55,00	2:18,00
1500 m	3:58,00	4:50,00
5000 m	15:15,00	19:15,00
100/110m Hürden	15,40 60mH: 8,60	15,50 60mH: 9,20
400m Hürden	57,00	65,00
3000m Hindernis	9:45,00	11:30,00
4x100m	43,00	52,00
4 x 400 m	ohne	
3 x 1000 m	ohne	
Hochsprung	AH 1,90	AH 1,60
Stabhochspr.	AH 4,40	AH 3,00
Weitsprung	7,00	5,60
Dreisprung	13,20	11,20
Kugelstoß	14,50	12,50
Diskuswurf	44,00	37,00
Hammerwurf	50,00	41,00
Speerwurf	58,00	40,00

U23 (Freiluft)

Wettbewerbe	MU23	WU23
100 m	11,40 60m: 7,40	12,70 60m: 8,40
200 m	22,90	26,25
400 m	51,10	60,80
800 m	1:59,20	2:24,00
1500 m	4:10,20	4:58,00
5000 m	15:55,20	Ohne
100/110 m Hürden	16,50 60mH: 9,20	16,00 60mH: 9,40
400m Hürden	60,00	68,00
4 x 100 m	ohne	
4 x 400 m	ohne	
Hochsprung	AH 1,80	AH 1,55
Stabhochspr.	AH 4,00	AH 3,00
Weitsprung	6,75	5,40
Dreisprung	12,80	10,50
Kugelstoß	13,30	11,30
Diskuswurf	40,00	35,00
Hammerwurf	40,00	38,00
Speerwurf	52,00	37,00

## U18 (Freiluft)

Wettbewerbe	MU18	WU18
100 m	11,60 60m: 7,60	12,90 60m: 8,45
200 m	23,40	26,40
400 m	53,00	61,00
800 m	2:04,00	2:25,00
1500 m	4:25,00	5:10,00
3000 m	9:50,00	12:00,00
100/110mH	16,00 60mH: 9,30	16,20 60mH: 9,50
400mH	61,00	69,00
2000mH/ 1500mH	7:00,00	ohne
4 x 100m	48,00	53,00
3 x 1000m/2x800m*)	ohne	
Hochsprung	AH 1,71	AH 1,51
Stabhochspr.	AH 3,50	AH 2,60
Weitsprung	6,40	5,35
Dreisprung	12,00	10,30
Kugelstoß	14,00	11,50
Diskuswurf	40,00	32,00
Hammerwurf	42,00	38,00
Speerwurf	51,00	37,00

## U16 (Freiluft)

Wettbewerbe	MJ M15	MJ M14	WJ W15	WJ W14
100 m	12,50	12,80	13,50	13,70
300 m	300m = 39,00 300m H = 46,30	- Kein Höherstart möglich	300m = 43,30 300m H = 48,30	- Kein Höherstart möglich
800 m	800m = 2:10,00 1000m = 2:56,00 2000m = 6:26,00	800m = 2:18,00 1000m = 3:08,00 2000m = 6:49,00	800m = 2:30,00 2000m = 8:10,00	800m = 2:36,00 2000m = 8:20,00
3000 m/ 2000m	800m = 2:10,00 1000m = 2:56,00 2000m = 6:26,00 3000m = 10:30,00	800 = 2:18,00 1000m = 3:08,00 2000m = 6:49,00 3000m = 11:10,00	800m = 2:30,00 2000m = 8:10,00	800m = 2:35,00 2000m = 8:20,00
80 m Hürden	80m H = 12,00	80m H = 12,60	80m H = 13,20	80m H = 13,50
300 m Hürden	300m H = 46,30	- Kein Höherstart möglich	300m H = 48,30	- Kein Höherstart möglich
4 x 100 m	ohne		ohne	
Bahngehen	3000m - ohne	- Kein Höherstart möglich	3000m - ohne	- Kein Höherstart möglich
Hochsprung	AH 1,65	AH 1,55	AH 1,45	AH 1,35
Stabhochspr.	AH 2,60	AH 2,40	AH 2,40	AH 2,20
Weitsprung	5,80	5,40	5,20	5,00
Dreisprung	11,70 Balken 9,00/11,00	- Kein Höherstart möglich	9,70m Balken 8,00/9,00	- Kein Höherstart möglich
Kugelstoß	4kg = 13,50	4kg = 11,60	3kg = 10,80	3kg = 10,00
Diskuswurf	1kg = 38,00	1kg = 32,00	1kg = 29,00	1kg = 25,00
Hammerwurf	4kg = 32,00	4kg = 26,00	3kg = 30,00	3kg = 25,00
Speerwurf	600g = 40,00	600g = 36,00	500g = 32,00	500g = 30,00