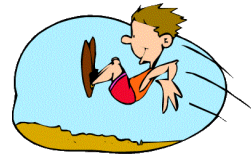


Leichtathletik

Einzelmeisterschaften

für alle Jahrgänge 2009 bis 2015 u. jünger
der Sportregion
Wandsbek-Süd



Zeit: Mittwoch, 10.06.2026

8.00 Uhr – ca. 15.00 Uhr (Zeitplan folgt nach dem Meldeschluss!)

Ort: Sportanlage Jahnkampfbahn (Stadtpark Hamburg)

Linnering 3, 22299 Hamburg (Winterhude)

Teilnehmer:

alle Schüler/innen der Jahrgänge 2009 bis 2015 u. jünger.

Disziplinen (max. 3 Disziplinen pro Teiln.):

Sprint: 50m (Jg. 2015/16), 75m (Jg. 2013/14), 100m (Jg. 2012 u. älter)

Da die Wettkämpfe entsprechend den Regeln des DLV durchgeführt werden, wird seit 2010 die Fehlstartregel 162.7 angewandt:

Sie besagt, dass jede(r) Schüler(in) M/W 14-15, der einen Fehlstart begeht, disqualifiziert werden muss.

In dieser Ausschreibung bezieht sich diese Regel dann auf die Jahrgänge ab 2012!

Ab Jahrgang 2014 muss der Tiefstart beherrscht werden, sonst ist eine Teilnahme an den Sprintwettbewerben nicht möglich!

Beachten:

Mittelstrecke: 800m (alle Jahrgänge Mädchen und Jungen)

Sprung: Weitsprung, Hochsprung

Schlagballwurf: 80g (Jg. 2015/16), 200g (Jg. 2013/14)

Kugelstoßen (Jungen): 4 kg (Jg. 2011/12), 5 kg (Jg. 2010/09)

Kugelstoßen (Mädchen): alle Jg. 2009-2012 stoßen 3 kg

Richtwerte und Normen *unbedingt beachten!!!*

Es wird dringend darum gebeten, sich an die unten aufgeführten Richtwerte bei der Meldung der SchülerInnen zu halten, die sich an die Normen für die Hamburger Meisterschaften anlehnen. Die Bundesjugendspiele sind für alle Schülerinnen und Schüler gedacht. Die Leistungstärksten nehmen an den Regionalen Meisterschaften teil und haben hier die Möglichkeit, sich für die Hamburger Meisterschaften auf der Jahnkampfbahn zu qualifizieren!

Qualifikation zur Hamburger Einzelmeisterschaft:

Die Regionalmeisterschaften sind eine Qualifikationsmöglichkeit für die **Hamburger Einzelmeisterschaften** am **02.09.2026** auf der Jahnkampfbahn. Hierfür müssen bestimmte Qualifikationsnormen erreicht werden. Die **Meldungen können nur durch den Regionalsportbeauftragten** Moritz Kröger (Sportregion Wandsbek-Süd) vorgenommen werden.

Siegerehrungen:

Die Plätze 1-3 aller Wettbewerbe erhalten Medaillen und Urkunden, die Platzierungen 4-8 erhalten Urkunden. Die Medaillen werden vor Ort ausgegeben, die Urkunden hoffentlich auch, ansonsten werden diese nach dem Wettkampf an die Schulen geschickt.

Kampfrichter/Helfer:

Jede teilnehmende Schule muss **einen erfahrenen Kampfrichter (Leichtathlet, Sportlehrer) stellen und zusätzlich pro 10 gemeldete Schüler einen Helfer** abstellen. Die Helfer können auch ältere (**bitte zuverlässige!**) Schüler oder Eltern sein. Der erfahrene Kampfrichter ausdrücklich nicht, er muss „vom Fach“ (Sport oder Leichtathletik) sein! Bitte beachten, dass die Teilnehmer betreut werden müssen, daher **keine Doppeleinsätze Betreuung + KR-Tätigkeit**. Die **Kampfrichter / Helfer** müssen unbedingt **pünktlich** zur Einweisung vor Ort sein, da ansonsten die zeitgemäße Durchführung der Veranstaltung gefährdet wäre.

Nutzung der Anlage:

Alle am Wettkampftag anwesenden Personen sind auf der Anlage zu Gast und für ein ordentliches Hinterlassen verantwortlich – bitte den Müll im erweiterten Großbereich des Sammelplatzes wegräumen und die Toiletten sauber / ordentlich hinterlassen! **Ansonsten werden die verantwortliche Schule oder alle Schulen gemeinsam für einen eventuellen Schaden aufkommen müssen!**

Abbau der Anlagen:

Die zuletzt an den Anlagen tätigen KR + Teiln. sorgen bitte für den Abbau!

Meldungen bitte auf anliegendem Meldebogen an:

Moritz Kröger, Email: moritz.kroeger@eule.hamburg.de, Tel. 0176 48884 106

- **Andere Meldeformulare werden nicht akzeptiert!**
- **Bitte keine Umlaute und „ß“ verwenden, sondern immer mit „e“ oder „ss“ schreiben (ä=ae, ö=oe, ü=ue, ß=ss). Ansonsten kommt es zu falschen oder unleserlichen Namen!!!**
- **Die von den Schulen eingetragenen Daten werden eins zu eins in das Programm eingelesen. Fehlerhafte Meldungen sind also ausschließlich auf die Schule zurückzuführen! Der Veranstalter behält sich vor, einzelne Fehler zu korrigieren oder eben nicht!**

Meldeform: **unbedingt beachten!!!**

Bitte das obere Feld ausfüllen, mit meldender Schule und Person, Handynummer und E-Mail-Adresse. Alle Schüler/innen bitte in die Excel-Tabelle eintragen. Die Disziplin/en erscheinen auf Mausklick in das Feld und können so markiert werden. **Auf keinen Fall in die Kästchen reinschreiben!** Jeder Teilnehmer taucht nur einmal auf und darf mit bis zu 3 Disziplinen gemeldet werden. Die Reihenfolge der Disziplinen spielt dabei keine Rolle. Die Spalte AK/MW muss bitte auch per Mausklick ausgefüllt werden. Dabei hilft die Liste mit den Richtwerten und Normen im Anhang!

Bitte die Zuordnung Disziplin/Jahrgang im Sprint, Weitwurf oder Kugelstoßen beachten!

Kontrolle der Wettkampfdaten:

Nach Meldeschluss bekommen die Schulen zur Kontrolle der Wettkampfdaten eine komplette Liste ihrer gemeldeten Schüler/innen, die als korrigierte Fassung bis zum **02.06.2026** an den Regionalbeauftragten zurückgeschickt werden muss!

Anschließend werde ich aus technischen Gründen keine Korrekturen mehr vornehmen.

Meldeschluss: (bitte unbedingt einhalten!!!)

Freitag, 22.05.2026

"Nachmeldungen am Veranstaltungstag werden nicht angenommen!"

Richtwerte und Normen 2026

*für die Leichtathletik-Einzelmeisterschaften der Schulen in der **Region Wandsbek-Süd** am **10.06.2026** (Jahnkampfbahn im Stadtpark) und den **Hamburger Meisterschaften** am **02.09.2026** (JKB)*

Die Richtwerte für die Bezirksmeisterschaften sind keine verbindlichen Normwerte, sondern **Orientierungswerte**. Schüler/innen mit diesem Leistungsvermögen können von den Schulen in Eigenverantwortung zu den Regionalmeisterschaften gemeldet werden. Zugelassen werden nur vorher gemeldete Schüler/innen, **Nachmeldungen am Veranstaltungstag werden grundsätzlich nicht angenommen, es sei denn nach vorheriger Absprache.**

Wenn Teilnehmer/innen **mehrere Wettbewerbe** bestreiten, kann es zu **Überschneidungen** kommen, wobei gilt, dass Läufe grundsätzlich vor Disziplinen gehen. Die Teilnehmer/innen müssen sich bei den Kampfrichtern der Disziplinen ab- und wieder anmelden. In Ausnahmefällen müssen sich die Teilnehmer/innen für Verzicht entscheiden.

Die Qualifikationsnormen für die Hamburger Meisterschaften sind **Mindestleistungen** und **MÜSSEN** bei den **Bezirks- bzw. Regionalmeisterschaften** in diesem Jahr erbracht worden sein. Ausnahmen werden nur gemacht, wenn **nachweislich eine entsprechende Leistung in einem Verbandswettkampf** oder beim Wettbewerb „**Jugend trainiert für Olympia**“ erbracht wurde. Bei Erkrankungen bzw. Verletzungen (Attest) kann im besonderen Ausnahmefall auch die Vorjahresleistung hinzugezogen werden. Auch ist in Ausnahmefällen eine Gast-Teilnahme in einem anderen Bezirk möglich, um die Qualifikationsleistungen zu erbringen. Die Meldungen laufen **nur über den Regionalbeauftragten**. Der Regionalbeauftragte kann darüber hinaus Regionalmeister/innen für die Hamburger Meisterschaften melden, auch wenn die Norm nicht ganz erfüllt wurde.

Alle Wertungen werden jahrgangsweise vorgenommen, gemeinsame Wertungen gibt es nur bei den Jüngsten (Jg. 2015/16) und Ältesten (Jg. 2010/09, Jugend B).

Jg. 2009 ist der älteste Jahrgang!

Achtung:

Für die Einteilung zählt nur das Geburtsjahr, nicht der genaue Geburtstag!!!

Hinweise zu den einzelnen Wettbewerben:

Grundsätzlich gelten die amtlichen Leichtathletik- und Jugendbestimmungen des DLV, sofern in dieser Ausschreibung nichts anderes genannt wird.

Sprint: Die Zeitschnellsten bestreiten das Finale. Bei großen Teilnehmerfeldern kann es auch ein A- und B-Finale geben.
Tiefstart ist Pflicht für alle Jahrgänge 2014 und älter.

Fehlstartregel 162.7 seit 2010:

Sie besagt, dass jede(r) Schüler(in) M/W 14-15, der/die einen Fehlstart begeht, disqualifiziert werden muss. In dieser Ausschreibung bezieht sich diese Regel dann auf die Jahrgänge ab 2012! Bei M/W 13 u. jünger führen 2 Fehlstarts derselben Person zur Disqualifizierung.

Weitsprung:

Der Absprung für die Jüngeren (Jg. 2013 und jünger) erfolgt aus dem 80-cm-Sprungraum und wird dort vom Abdruckpunkt ausgemessen. Die Älteren (Jg. 2012 und älter) springen vom Balken ab, von dort wird auch gemessen.

Alle Teilnehmer/innen haben zunächst drei Versuche. Die besten acht haben drei weitere Versuche. Der beste Versuch **aller** Durchgänge zählt.

Hochsprung:

Bei allen Wettbewerben beginnt der Wettkampf ca. 8 cm unter den angegebenen Normen/Richtwerten. Es scheidet aus, wer dreimal in Folge ungültige Sprünge hat, egal über welche Höhe. Bei gleicher Höhe entscheidet die Anzahl der Fehlversuche über die letzte Höhe. Bei erneutem Gleichstand wird die Anzahl aller Fehlversuche gewertet.

Wurf/Stoß:

Alle Teilnehmer/innen haben zunächst drei Versuche. Die besten acht haben drei weitere Versuche. Der beste Versuch **aller** Durchgänge zählt.

Qualifikationsnormen Leichtathletik Jungen 2026

Wb-Nr.	Sprint Jungen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
1	50 m	2015/16	M11	8,3 sec	7,8 sec
6	75 m, Tiefstart	2014	M12	11,4 sec	10,8 sec
11	75 m, Tiefstart	2013	M13	10,9 sec	10,4 sec
16	100 m, Tiefstart	2012, Fehlstartregel (!)	M14	13,7 sec	13,2 sec
21	100 m, Tiefstart	2011, Fehlstartregel (!)	M15	13,2 sec	12,7 sec
26	100 m, Tiefstart	2010/09, Fehlstartregel	MU 18	12,8 sec	12,3 sec

Wb-Nr.	Mittelstrecke Jungen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
2	800 m	2015/16	M11	3:00 min	2:48 min
7	800 m	2014	M12	2:55 min	2:40 min
12	800 m	2013	M13	2:50 min	2:36 min
17	800 m	2012	M14	2:45 min	2:32 min
22	800 m	2011	M15	2:40 min	2:28 min
27	800 m	2010/09	MU 18	2:35 min	2:24 min

Wb-Nr.	Weitsprung Jungen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
3	Sprungzone	2015/16	M11	3,60 m	4,00 m
8	Sprungzone	2014	M12	3,85 m	4,25 m
13	Sprungzone	2013	M13	4,20 m	4,60 m
18	vom Brett	2012	M14	4,35 m	4,75 m
23	vom Brett	2011	M15	4,60 m	5,00 m
28	vom Brett	2010/09	MU 18	4,85 m	5,25 m

Alle Teilnehmer haben zunächst 3 Versuche. Die 8 Besten gelangen in den Endkampf.

Wb-Nr.	Hochsprung Jungen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
4		2015/16	M11	1,05 m	1,14 m
9		2014	M12	1,10 m	1,22 m
14		2013	M13	1,20 m	1,34 m
19		2012	M14	1,30 m	1,44 m
24		2011	M15	1,35 m	1,50 m
29		2010/09	MU 18	1,45 m	1,56 m

Die Hochsprungwettbewerbe beginnen jeweils 8 cm unter der Mindestleistung.

Wb-Nr.	Wurf/Stoß Jungen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
5	Schlagball 80g	2015/16	M11	36 m	40 m
10	Ball 200g	2014	M12	36 m	40 m
15	Ball 200g	2013	M13	42 m	48 m
20	Kugel 4 kg	2012	M14	8,00 m	9,00 m
25	Kugel 4 kg	2011	M15	9,00 m	10,50 m
30	Kugel 5 kg	2010/09	MU 18	8,50 m	10,30 m

Alle Teilnehmer haben zunächst 3 Versuche. Die 8 Besten gelangen in den Endkampf.

Qualifikationsnormen Leichtathletik Mädchen 2026

Wb-Nr.	Sprint Mädchen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
31	50 m	2015/16	W11	8,7 sec	8,0 sec
36	75 m, Tiefstart	2014	W12	11,9 sec	11,2 sec
41	75 m, Tiefstart	2013	W13	11,6 sec	10,9 sec
46	100 m, Tiefstart	2012, Fehlstartregel (!)	W14	14,9 sec	14,2 sec
51	100 m, Tiefstart	2011, Fehlstartregel (!)	W15	14,7 sec	14,0 sec
56	100 m, Tiefstart	2010/09, Fehlstartregel	WU 18	14,4 sec	13,7 sec

Wb-Nr.	Mittelstrecke Mädchen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
32	800 m	2015/16	W11	3:18 min	3:03 min
37	800 m	2014	W12	3:08 min	2:53 min
42	800 m	2013	W13	3:08 min	2:53 min
47	800 m	2012	W14	3:05 min	2:50 min
52	800 m	2011	W15	3:05 min	2:50 min
57	800 m	2010/09	WU 18	3:05 min	2:50 min

Wb-Nr.	Weitsprung Mädchen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
33	Sprungzone	2015/16	W11	3,40 m	3,80 m
38	Sprungzone	2014	W12	3,60 m	4,00 m
43	Sprungzone	2013	W13	3,80 m	4,20 m
48	vom Brett	2012	W14	3,90 m	4,30 m
53	vom Brett	2011	W15	4,00 m	4,40 m
58	vom Brett	2010/09	WU 18	4,10 m	4,50 m

Alle Teilnehmer haben zunächst 3 Versuche. Die 8 Besten gelangen in den Endkampf.

Wb-Nr.	Hochsprung Mädchen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
34		2015/16	W11	1,05 m	1,12 m
39		2014	W12	1,10 m	1,22 m
44		2013	W13	1,15 m	1,28 m
49		2012	W14	1,20 m	1,32 m
54		2011	W15	1,25 m	1,34 m
59		2010/09	WU 18	1,30 m	1,38 m

Die Hochsprungwettbewerbe beginnen jeweils 8 cm unter der Mindestleistung.

Wb-Nr.	Wurf/Stoß Mädchen	Jahrgang	Altersklasse	Richtwert Regionalm.	Normen HHer Meist.
35	Schlagball 80g	2015/16	W11	23 m	28 m
40	Ball 200g	2014	W12	25 m	30 m
45	Ball 200g	2013	W13	26 m	34 m
50	Kugel 3 kg	2012	W14	6,00 m	7,50 m
55	Kugel 3 kg	2011	W15	6,70 m	8,20 m
60	Kugel 3 kg	2010/09	WU 18	6,90 m	8,40 m

Alle Teilnehmer haben zunächst 3 Versuche. Die 8 Besten gelangen in den Endkampf.