

Gerätegewichte (Stand: 01.04.2025)						
Altersklassen		Kugel	Diskus	Hammer	Speer	Ball
Senioren	M80 u.ä.	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	400 g	
Senioren	M70 + M75	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	500 g	
Senioren	M60 + M65	5,000 kg	1,000 kg	5,000 kg	600 g	
Senioren	M50 + M55	6,000 kg	1,500 kg	6,000 kg	700 g *	
Senioren	M30 – M45	7,260 kg	2,000 kg	7,260 kg	800 g	
Männer, Junioren U23	M20 u.ä.	7,260 kg	2,000 kg	7,260 kg	800 g	
Männliche Jugend U20	M19/18	6,000 kg	1,750 kg	6,000 kg	800 g	
Männliche Jugend U18	M17/16	5,000 kg	1,500 kg	5,000 kg	700 g *	
Männliche Jugend U16	M15/14	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	200 g
Männliche Jugend U14	M13/12	3,000 kg	0,750 kg	3,000 kg	400 g	200 g
Männliche Kinder U12 u. j.						80 g
Seniorinnen	W75 u.ä.	2,000 kg	0,750 kg	2,000 kg	400 g	
Seniorinnen	W60 – W70	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	400 g	
Seniorinnen	W50 + W55	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	
Seniorinnen	W30 – W45	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	
Frauen, Juniorinnen U23	W20 u.ä.	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	
Weibliche Jugend U20	W19/18	4,000 kg	1,000 kg	4,000 kg	600 g	
Weibliche Jugend U18	W17/16	3,000 kg	1,000 kg	3,000 kg	500 g	
Weibliche Jugend U16	W15/14	3,000 kg	1,000 kg	2,000 kg	500 g	200 g
Weibliche Jugend U14	W13/12	3,000 kg	0,750 kg	2,000 kg	400 g	200 g
Weibliche Kinder U12 u. j.						80 g

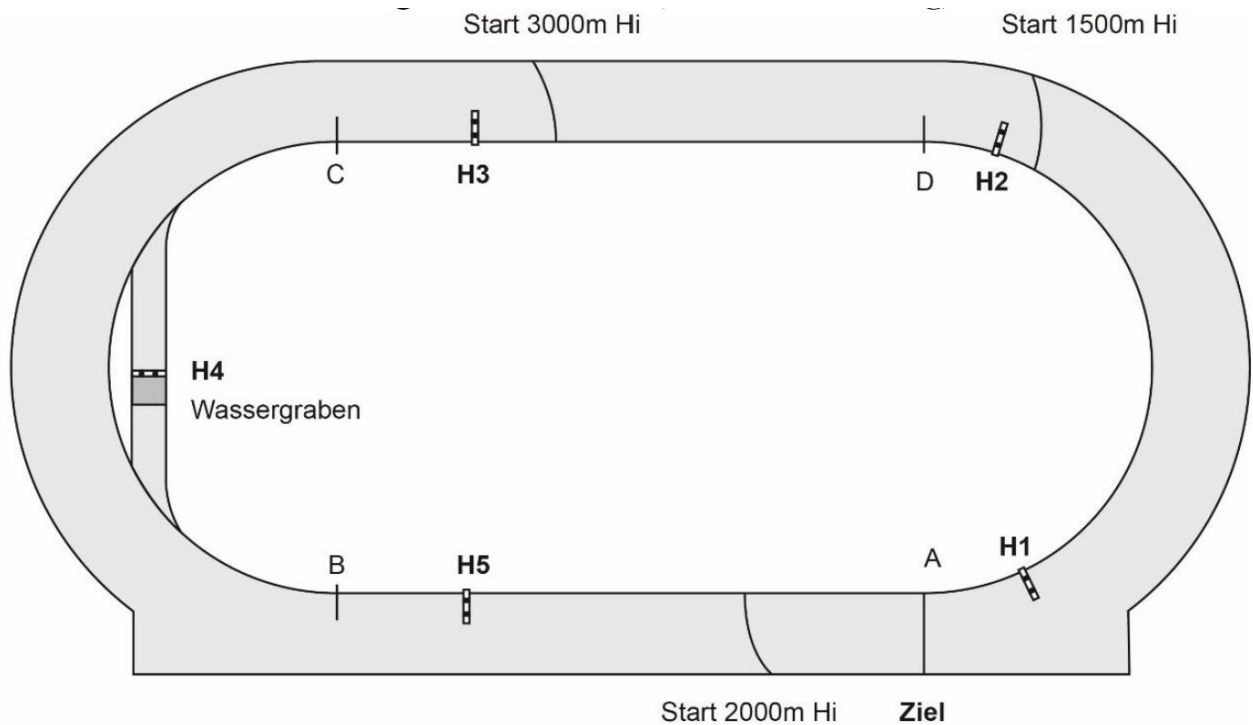
* Speer 700 g hat ab dem 01.04.2025 einen veränderten Schwerpunkt.

Hürdenstrecken/Hürdenmaße (Stand: 01.01.2025)						
Altersklassen	Strecke	Anzahl	Höhe	Anlauf	Abstand	Auslauf
Männer, M30	110 m	10	1,067 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
M35–M45, MJ U20	110 m	10	0,991 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
MJ U18	110 m	10	0,914 m	13,72 m	8,90 m	16,18 m
M50, M55	100 m	10	0,914 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
M60, M65	100 m	10	0,838 m	12,00 m	8,00 m	16,00 m
Frauen, W30, W35, WJ U20	100 m	10	0,838 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
WJ U18	100 m	10	0,762 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
M15, M14	80 m	7	0,838 m	13,50 m	8,60 m	14,90 m
W40, W45, W15, W14	80 m	8	0,762 m	12,00 m	8,00 m	12,00 m
M70, M75, W50, W55	80 m	8	0,762 m	12,00 m	7,00 m	19,00 m
M80 u.ä., W60 u.ä.	80 m	8	0,686 m	12,00 m	7,00 m	19,00 m
M13, M12, W13, W12	60 m	6	0,762 m	11,50 m	7,50 m	11,00 m
Männer, M30–M45, MJ U20	400 m	10	0,914 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
M50, M55, MJ U18	400 m	10	0,838 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
Frauen, W30–W45, WJ U20, WJ U18	400 m	10	0,762 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
M15, M14	300 m	7	0,838 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
M60, M65, W50, W55, W15, W14	300 m	7	0,762 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
M70 u. ä., W60 u. ä.	300 m	7	0,686 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
Männer, MU20	300 m	7	0,914 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
MU18	300 m	7	0,838 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
Frauen, WU20, WU18	300 m	7	0,762 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m

Hindernisstrecken/-maße (Stand: 01.01.2025)						
Altersklassen	Strecke	Anzahl*	Höhe	Anlauf	Abstand	Auslauf
Männer, M30–M55	3000 m	28 + 7	0,914 m	ohne H3,H4,H5		
Frauen, W30	3000 m	28 + 7	0,762 m	ohne H3,H4,H5		
M60 u.ä., MJ U20	2000 m	18 + 5	0,914 m	ohne H1, H2		
MJ U18	2000 m	18 + 5	0,838 m	ohne H1, H2		
W35 u.ä., WJ U20	2000 m	18 + 5	0,762 m	ohne H1, H2		
WJ U18, WJ U16, MJ U16	1500 m	12 + 3	0,762 m	ohne H2,H3,H4,H5		

* Anzahl der zu überlaufenden Hindernisse + Wassergraben

Hindernislaufbahn



Quelle: Leichtathletik.de/01_Regeln-Bestimmungen/IWR_Internationale-WettkampfregeIn.pdf