

Anhang 3 - Meisterschaftsstandards SHLV für Bahn- und Straßenwettbewerbe*

Stand: 2025

Disziplin	Männer	Frauen	MJU20	WJU20	MJU18	WJU18	W15	W14	M15	M14	
60m (Halle)							8,30	8,60	7,70	8,00	s
100m	11,10	12,55	11,60	12,90	11,80	13,00	13,10	13,20	12,00	12,20	s
200m	22,40	25,60	23,75	26,25	24,40	26,65					s
300m (Halle)							46,30		40,50		s
300m							44,30		38,50		s
400m	49,70	58,40	52,35	61,10	53,75	61,90					s
800m (Halle)	1:56,90	2:15,00	2:02,40	2:23,10	2:02,50	2:26,10	2:28,00	2:32,00	2:14,00	2:19,00	
800m	1:54,90	2:13,00	2:00,40	2:21,10	2:00,50	2:24,10	2:26,00	2:30,00	2:11,00	2:16,00	Min.
1500m	3:54,50	4:45,50	4:15,10	5:02,40	4:24,10	5:12,40					Min.
2000m Halle							7:15,00	7:20,00			Min.
2000m								7:15,00			Min.
3000m Halle	8:45,00	11:00,00							10:30,00	10:40,00	Min.
3000m			9:24,60	11:00,00	9:40,00	11:10,00	11:40,00		10:00,00	10:30,00	Min.
5000m	15:00,00	18:10,00									Min.
10000m	31:15,00	36:10,00									Min.
5km							19:30,00	20:30,00	17:50,00	18:45,00	Min.
10 km	31:15,00	36:10,00	33:30,00	39:00,00	34:30,00	41:00,00					Min.
Halbmarathon	1:10,00	1:27,00									h
Marathon	2:32,00	3:05,00									h
60m Hü	9,00	9,40	9,00	9,40	8,80	9,40	9,90	10,00	9,10	10,20	s
80m Hü							12,60	12,80	11,60	11,95	s
100mH		14,80		15,60		15,50					s
110mH	14,95		16,00		15,70						s
300mH							47,00		42,50		s
400mH	55,85	65,25	58,35	67,10	60,25	68,25					s
1500mHi						5:50,00					Min.
2000mHi			6:30,00	8:00,00	6.50,00	8:20,00					Min.
3000mHi	9:25,00	11:30,00	10:50,00	13:00,0							Min.
4x100m	44,10	49,10	44,80	50,20	46,00	51,00	52,00		49,00		s
4x200m							1:56,00		1:45,00		Min.
4x400m	3:30,00	4:20,00	3:36,00	4:26,00	3:40,00	4:30,00					s
3x800m		7:20,00		7:30,00		7:40,00	8:00,00				Min.
3x1000m	7.55,00		8:15,00		8.25,00				9:40,00		Min.
Hoch	2,00	1,69	1,90	1,65	1,85	1,60	1,58	1,56	1,72	1,68	m
Stab	4,50	3,20	4,00	3,00	3,60	2,80	2,60	2,40	3,20	2,80	m
Weit	7,15	5,85	6,60	5,50	6,40	5,40	5,20	5,00	5,90	5,60	m
Drei	14,45	11,85	13,35	10,90	12,50	10,50	10,20		11,50		m
Kugel	15,60	12,80	14,50	11,60	14,45	12,25	11,00	10,00	13,00	12,50	m
Diskus	47,75	44,00	42,50	36,50	41,75	33,50	30,00	27,50	40,00	37,50	m
Speer	63,75	45,25	51,30	41,00	51,50	37,00	35,00	32,00	43,00	40,00	m
Hammer	54,00	42,00	49,00	38,50	46,50	36,00	25,00	23,00	30,00	25,00	m
Fünfkampf (Halle)		3200		3150		3100	2500				Punkte
Vierkampf				2500		2550	2000	1850	2200	2000	Punkte
Fünfkampf			3200		3150						Punkte
Block Sprint/Sprung							2450	2350	2600	2500	Punkte
Block Lauf							2250	2200	2300	2200	Punkte
Block Wurf							2350	2150	2550	2250	Punkte
Block Sp/Sp. (Halle)							2100	2000	2200	2000	Punkte
Block Lauf (Halle)							1950	1850	2000	1900	Punkte
Block Wurf (Halle)							2000	1850	2100	1900	Punkte
Siebenkampf (Halle)	4600		4300		4000				3700		Punkte
Siebenkampf		4500		4300		4400	3500	3100			Punkte
10-kampf/9-kampf	6300		6300		6200				4800	4200	Punkte

*Die Meisterschaftsstandards wurden festgelegt und entsprechen nicht mehr den Qualifikationsnormen für Deutsche Meisterschaften. Sollten aufgrund der Teilnehmerzahlen nach Meldeeingang zusätzliche Meisterschaftsstandards notwendig sein, da diese fehlen, so werden diese kurzfristig neu festgelegt und vor der Meisterschaft veröffentlicht.

Dies gilt auch für die Altersklasse M/W Jugend U16!