

Ausrichter: Hamburger Leichtathletik-Verband e.V.

Austragungsstätte: Jahnkampfbahn
Linnering 3, 22299 Hamburg



Telefon: In Notfällen (z.B. Stau bei Anreise) steht nur an den beiden Veranstaltungstagen folgende Rufnummer zur Verfügung: **040 / 8888 0352**

Meldeschluss: Die Meldungen sind bis **Dienstag, den 8. Juli 2025 (23:59 Uhr) ausschließlich als Online-Meldungen über www.ladv.de (LV Hamburg)** anzugeben.

Mit der Meldung sind Meldeleistungen (Bestleistungen aus 2024/2025) zwingend anzugeben. Sind keine Meldeleistungen angegeben, werden die Meldungen ggfs. zurückgewiesen. Meldeleistungen, die unter dem in der Ausschreibung veröffentlichten Richtwert liegen, können abgelehnt werden. Es obliegt dem Veranstalter unter Berücksichtigung der Meldezahlen, diese Meldungen anzunehmen.

Nachmeldungen sind gegen Zahlung einer zusätzlichen Gebühr bis 90 Minuten vor Wettkampfbeginn möglich, sofern dies aus organisatorischer Sicht möglich ist (vgl. „Allg. Ausschreibungsbestimmungen für NDM der Leichtathletik 2025“).

Teilnahmeberechtigung: Die Teilnahmeberechtigung regelt die DLO.

Wettbewerbe (und Richtwerte):

Männer & Frauen: 4x400 m (ohne Richtwert / Laufreihenfolge: M-W-M-W / keine StG)

Männer: 100 m (11,50), 200 m (23,20), 400 m (51,50), 800 m (1:59,00), 1.500 m (4:05,00), 5.000 m (15:45,00), 110 m Hü (15,50), 400 m Hü (59,50), 4x100 m (45,00), Hoch (1,90), Stab (4,20), Weit (6,50), Drei (13,50 – 11+13 m Balken), Kugel (14,00 – 7,26 kg), Diskus (40,00 – 2 kg), Hammer (44,00 – 6 kg), Speer (56,00 – 800 g)

Frauen: 100 m (13,20), 200 m (26,80), 400 m (61,50), 800 m (2:21,00), 1.500 m (5:00,00), 5.000 m (19:00,00), 100 m Hü (15,70), 400 m Hü (68,00), 4x100 m (51,50), Hoch (1,60), Stab (3,20), Weit (5,50), Drei (11,00 – 11+9 m Balken), Kugel (11,50 – 4 kg), Diskus (36,00 – 1 kg), Hammer (36,00 – 4 kg), Speer (40,00 – 600 g)

MJ U18: 100 m (12,50), 200 m (25,00), 400 m (55,50), 800 m (2:08,00), 1.500 m (4:30,00), 3.000 m (10:00,00), 110 m Hü (16,50), 400 m Hü (61,50), 4x100 m (47,50), Hoch (1,75), Stab (3,40), Weit (6,20), Drei (11,50 – 13+11 m Balken), Kugel (13,00 – 5 kg), Diskus (35,00 – 1,5 kg), Hammer (40,00 – 5 kg), Speer (42,50 – 700 g)

WJ U18: 100 m (13,50), 200 m (27,60), 400 m (64,50), 800 m (2:28,00), 1.500 m (5:20,00), 3.000 m (11:15,00), 100 m Hü (16,40), 400 m Hü (70,00), 4x100 m (52,50), Hoch (1,50), Stab (2,80), Weit (5,10), Drei (10,25 – 11+9 m Balken), Kugel (11,00 – 3 kg), Diskus (28,00 – 1 kg), Hammer (28,00 – 3 kg), Speer (33,00 – 500 g)

Der Veranstalter behält sich vor, bei einer zu hohen Meldezahl Athlet:innen zu streichen, die die Richtwerte nicht erfüllen.

Ergebnisse: Die Gesamtmeldungen und die Ergebnisse können im Internet unter www.ndm-la.de und unter ergebnisse.leichtathletik.de eingesehen werden.

Sprunghöhen*:

Hochsprung:

Männer	1,81 - 1,86 - 1,91 - 1,96 m, weiter mit 3cm*
Frauen	1,50 - 1,55 - 1,60 - 1,65 m, weiter mit 3 cm*
MJ U18	1,64 - 1,69 - 1,74 - 1,79 m, weiter mit 3 cm*
WJ U18	1,45 - 1,50 - 1,55 m, weiter mit 3 cm*

Stabhochsprung*:

Männer	4,00 - 4,40 m alle 20 cm, dann weiter mit 10 cm bis 5,00 m, dann weiter mit 5 cm*
Frauen	2,70 - 2,90 m alle 20 cm, dann weiter mit 10 cm bis 4,10 m, dann weiter mit 5 cm*
MJ U18	2,60 - 3,00 m alle 20 cm, dann weiter mit 10 cm bis 4,50 m, dann weiter mit 5 cm*
WJ U18	2,30 - 2,70 m alle 20 cm, dann weiter mit 10 cm bis 3,60 m, dann weiter mit 5 cm*

* Für Hoch- sowie Stabhochsprung können die Anfangshöhen geringfügig so verändert werden, dass im Laufe des Wettbewerbs die Qualifikationshöhen für die Deutschen Meisterschaften erreicht werden. Über weitere Änderungen der Anfangshöhen und der weiteren Sprungfolge entscheidet der Wettkampfleiter. Gemäß Regel TR 26.8, nationale Bestimmung (ehemals 181.8) der IWR findet bei Norddeutschen Meisterschaften kein StICKkampf statt.

Dreisprungbalken: Für den Dreisprung stehen die Sprungbalken 13m, 11m und 9m zur Verfügung. Eine Abfrage erfolgt mit der Abgabe der Stellplatzkarte.

Wurfgeräte: Der Veranstalter stellt nur Kugeln und Staffelstäbe zur Verfügung. Eigene Geräte sind mitzubringen, für die eine Gerätekontrolle erfolgt.

Wettkampfunterlagen: Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 10:00 Uhr und am Sonntag ab 08:00 Uhr im Stadion.

Unterkünfte: Über HAMBURG Tourismus GmbH: <https://www.hamburg-tourism.de/buchen/hotels/>

Hinweise:

- Es gelten die „Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen für die Norddeutschen Meisterschaften der Leichtathletik 2025“.
- **ACHTUNG: Nutzung des digitalen Stellplatzes.** Nur hier können die Stellplatzkarten abgegeben (und ggfs. auch wieder zurückgezogen) werden. Die notwendigen Unterlagen dazu werden im Vorhinein per Mail an die Vereine versandt, sind aber auch in den Startunterlagen zu finden. Für eine Nutzung des digitalen Stellplatzes muss zwingend ein **Account in der SELTEC Athletix App** (<https://www.athletix.app/dashboard>) angelegt werden. Es gibt **digitale Stellplatzkarten für alle Disziplinen**. Lediglich für die Staffeln, den Dreisprung und den Hammerwurf gibt es Papier-Stellplatzkarten. Hierauf ist die Reihenfolge der Staffelläufer:innen, der Absprungbalken bzw. die Drehrichtung anzugeben. Alle Stellplatzkarten müssen bis **90 Minuten vor Beginn der jeweiligen Disziplin** abgegeben werden. Danach ist keine Teilnahme mehr möglich. Eine **Anleitung zum digitalen Stellplatz** gibt es hier: www.wiki.seltec-sports.net
- Umkleiden und Duschräume befinden sich im Stadion.
- Es dürfen nur Spikes mit max. 6mm-Dornen getragen werden.
- Für Sicherheitsnadeln haben die Teilnehmer:innen selbst zu sorgen.
- Es wird kein Callroom eingerichtet. Die Aktiven melden sich vor Wettkampfbeginn an der Wettkampfstätte / beim Startordner (Läufe 10 min, Technik 30 min, Stabhoch 45 min).
- **Anfahrtshinweise:** In unmittelbarer Nähe des Stadions stehen nur wenige Parkplätze zur Verfügung. Die Parkplätze an der Sporthalle Hamburg - Anfahrt über Braamkamp - (ca. 10 Minuten Fußweg) können mitgenutzt werden. Bitte diese Zeit einkalkulieren, damit die Stellplatzkarten rechtzeitig (90 Minuten vor Beginn der Disziplin laut Zeitplan) abgegeben werden können.

Zeitplan Norddeutsche Meisterschaften Männer, Frauen & Jugend U18

Sonnabend, 19. Juli 2025

(Stand: 14.07.2025)

Männer	MJ U18	Uhrzeit	Frauen	WJ U18
		12:00		400m Hü ZF Hoch
		12:05	400m Hü ZF	
	400m Hü ZF	12:20		
400m Hü ZF Stab	Speer	12:30		
		12:50	100m VL	
		13:15	Weit	
100m VL		13:20		
		14:00		100m VL
		14:10	Speer	
	100m VL	14:35		
Hammer	Drei Hammer	15:00	Hammer	Hammer
		15:10	100m ZL	
100m ZL		15:25		
Speer		15:30		
		15:40		100m ZL
	100m ZL	15:55		
		16:20	800m ZF	Drei
800m ZF		16:30	Stab	
		16:45		800m ZF
	800m ZF	16:50		
		17:00		Speer
100m EL		17:25		
	Hoch	17:30		100m EL
		17:35	100m EL	
	100m EL	17:40		
		17:55		3.000m ZF
Weit		18:00		
	3.000m ZF	18:10		
5.000m ZF		18:25		
		18:45	5.000m ZF	
		19:15		4x100m ZF
	4x100m ZF	19:25		
		19:30	4x100m ZF	
4x100m ZF		19:35		

(Live-)Ergebnisse sowie die Lauf- und Wettkampfeinteilung werden am Wettkampfwochenende unter folgendem Link abrufbar sein: hhlv.de/live

Zeitplan Norddeutsche Meisterschaften Männer, Frauen & Jugend U18

Sonntag, 20. Juli 2025

(Stand: 14.07.2025)

Männer	MJ U18	Uhrzeit	Frauen	WJ U18
4x400m (mixed)		10:00	4x400m (mixed)	
		10:20		100m Hü VL
Hoch	Diskus	10:30		Kugel
		10:45	100m Hü VL	
		11:00		Weit 1+2
	110m Hü VL	11:10		
110m Hü VL		11:30		
		11:50		100m Hü EL
Kugel		12:00	100m Hü EL Diskus	
	110m Hü EL	12:15		
110m Hü EL		12:25		
	Stab	12:30		
		12:40	Drei	
		12:55		200m ZVL
		13:15	200m ZVL Kugel	
		13:30		Diskus
	200m ZVL	13:35		
		13:40	Hoch	
200m ZVL		14:00		
	Weit	14:05		
	Kugel	14:30		200m EL
		14:40	200m EL	
	200m EL	14:50		
200m EL		15:00		Stab
Diskus		15:10		
		15:20	1.500m ZF	
1.500m ZF		15:35		
Drei		15:50		1.500m ZF
	1.500m ZF	16:00		
		16:20		400m ZF
		16:35	400m ZF	
	400m ZF	16:55		
400m ZF		17:10		

(Live-)Ergebnisse sowie die Lauf- und Wettkampfeinteilung werden am Wettkampfwochenende unter folgendem Link abrufbar sein: hhlv.de/live