

Landesmeisterschaft Schleswig-Holstein / Hamburg

10.000 m Männer, Frauen, Masters (im Rahmen der 9. Nacht der Zehner)



9. August 2025 – Jahnkampfbahn (Linnering 3, 22299 Hamburg)

Örtliche Ausrichter:

Hamburg Running e.V.
BMS Die Laufgesellschaft mbH

Meldeschluss: Sonntag, 03.08.2025; Online-Meldungen **ausschließlich** **über**
www.nachtderzehner.de/anmeldung/

Meldegebühr:

Es gelten die Teilnehmergebühren des Ausrichters.
Online-Nachmeldungen sind, sofern das Teilnahmelimit pro Wettbewerb noch nicht erreicht ist, ab 04.08.2025 möglich. Das Meldegeld i.H.v. 25€ muss dann vor Ort bar bezahlt werden.

Wettbewerbe:

10.000 m Männer, Frauen, Masters

Vorläufiger Zeitplan:

Ausgabe Startnummern ab 13:00 Uhr
16:30 Uhr Start Zeitlauf – sub 60 min
17:40 Uhr Start Zeitlauf – sub 43 min
18:35 Uhr Start Zeitlauf – Frauenlauf
19:45 Uhr Start Zeitlauf – sub 38:30 min
20:35 Uhr Start Zeitlauf – sub 36 min
21:25 Uhr Start Zeitlauf – sub 33 min

Ein gültiger Startpass muss für alle Teilnehmer:innen der Meisterschaftswertung vorhanden sein.

Der endgültige Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt und unter www.nachtderzehner.de veröffentlicht.

Wertung:

Gemeinsame Wertung der Landesverbände!
Es werden Zeitläufe durchgeführt. Die Einteilung erfolgt gemäß der Meldezeiten.

Alle Teilnehmer:innen (Männer, Frauen, Masters) werden über alle Läufe hinweg zunächst in der Hauptklasse (Männer/Frauen) gewertet, danach erfolgt die Einzelwertung in den jeweiligen Altersklassen: Masters ab M/W 30.

Bei weniger als 3 Teilnehmer:innen in einer Altersklasse kommen die im Anhang der Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb aufgeführten Meisterschaftsstandards zur Anwendung.

Hinweise:

- Es gelten die Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb.
- **Gemäß den Regularien der World Athletics sind bei Bahnveranstaltungen ab einer Strecke von 800m nur Laufschuhe mit einer Sohlenstärke von max. 25mm erlaubt.**
- Zielschluss ist jeweils 2 Minuten nach der Soll-Zeit. Läufer, die voraussichtlich nicht die vorgegebene Zielschlusszeit erreichen können, werden von den Kampfrichtern "gewarnt".
- Die Zeitnahme erfolgt gemäß DLO durch Zielkamera und Wettkampfgericht. Zusätzlich erfolgte eine Zeitnahme mit einem Activ-Chip. Dieser Chip muss unmittelbar nach dem Lauf zurückgegeben werden. Die Chipzeiten werden lediglich für die Rundensplits verwendet und auf den Soforturkunden ausgewiesen.
- Die Meisterschaft findet im Rahmen des Sportfestes „9. Nacht der Zehner“ statt.

Anreise:

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.