

Landesmeisterschaften Masters, Einzel

Hamburg / Schleswig-Holstein / Mecklenburg-Vorpommern

Sonntag, 31. Mai 2026 – Unisportplatz Kiel (Olshausenstraße 70, 24118 Kiel)

Veranstalter: Hamburger und Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband

Örtlicher Ausrichter: KLV Kiel

In Notfällen (z.B. Stau bei Anreise) steht nur an den beiden Veranstaltungstagen folgende Rufnummer zur Verfügung: **0176 / 45 89 54 10**

Meldeschluss: Dienstag, 19.05.2026

Online-Meldungen über www.ladv.de (LV Schleswig-Holstein)

Nachmeldungen können am Wettkampftag bis 1 Stunde vor der im Zeitplan angegebenen Startzeit am Stellplatz, gegen Zahlung der Organisations- und der Nachmeldegebühr nach den Sätzen des SHLV, abgegeben werden. Ummeldungen sind nicht möglich.

Wertungen:

- Bei der Durchführung der gemeinsamen Mastersmeisterschaften gibt es nur eine Meisterschaftswertung. Der Sieger eines Wettbewerbes ist „Mastersmeister:in“ der teilnehmenden Landesverbände. Alle weiteren Teilnehmer:innen sind Platzierte im Wettbewerb.
- Eine Meisterschaftswertung erfolgt, wenn in einem Wettbewerb mindestens drei Teilnehmer:innen bzw. zwei Staffeln antreten.
- Treten zu einem Wettbewerb weniger als drei Teilnehmer:innen bzw. 2 Staffeln an, so kann der Meistertitel auch vergeben werden, wenn die Meisterschaftsstandard-Leistungen erreicht werden. Dies sind in der Regel die Mindestleistungen für die Teilnahme an den Deutschen Seniorenmeisterschaften.
- In den Altersklassen, in denen keine Meisterschaftsstandards gesetzt sind, erfolgt die Wertung in der nächstliegenden Altersklasse, für die ein Standard vorhanden ist.

Anfangshöhen im Hochsprung:

M30-M45	1,35m
M50-M65	1,15m
M70 u. ä.	0,90m
W30 u. ä.	0,80m

Es wird 3 x 5cm und danach um 3cm gesteigert. Springen verschiedene Altersgruppen gemeinsam, findet nur die jeweils geringste Anfangshöhe Anwendung.

Hinweise:

- Es gelten die Allgemeinen Bestimmungen und die Gebührenordnung für den Wettkampfbetrieb.
- Die Stellplatzkarten sind **60 Minuten** vor Wettkampfbeginn am Stellplatz abzugeben.
- Es werden **nur für Läufe Stellplatzkarten** ausgegeben - nicht für technische Wettbewerbe.
- Vom Veranstalter werden nur Kugeln gestellt. Eigene Geräte können nach Prüfung genutzt werden.
- Der endgültige Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt und unter www.hhlv.de veröffentlicht.

Laufwettbewerbe:

- In den 100m-Läufen werden Endläufe angesetzt, wenn mehr als 6 Teilnehmer:innen in einer Altersklasse am Start sind.
- In allen anderen Laufwettbewerben werden Zeitendläufe durchgeführt.

Vorläufiger Wettkampfbeginn: 11:00 Uhr

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

Wettbewerbe und Meisterschaftsstandards 2026*

	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85
100m	12,10	12,30	12,90	13,00	13,10	13,40	13,90	14,90	15,60	16,70	18,50	23,00
200m	25,10	25,70	26,40	26,80	27,25	2780	29,10	31,50	34,10	36,20	44,00	49,50
400m	56,00	57,75	59,00	60,80	63,00	64,00	69,20	71,00	82,00	93,00	98,00	110,00
800m	2:10,0	2:11,3	2:13,0	2:16,5	2:22,0	2:30,0	2:39,0	2:53,0	3:08,0	3:35,0	3:50,0	4:30,00
5.000m	16:25	16:30	16:55	17:25	17:45	18:35	20:00	21:20	23:20	28:00	29:35	36:00
4x100m	51,00		53,00		55,00		60,00		71,00		77,00	
Hoch	1,75	1,68	1,66	1,58	1,51	1,50	1,35	1,30	1,20	1,10	0,95	0,90
Weit	6,00	5,60	5,35	5,25	5,10	4,90	4,40	4,15	3,90	3,40	2,90	2,50
Kugel	12,00	12,00	11,75	11,50	12,50	12,00	12,00	11,50	11,00	10,00	10,20	9,00
Diskus	38,00	37,00	36,00	35,00	40,00	37,00	39,50	37,50	33,50	29,00	24,50	20,00
Speer	48,00	47,00	45,00	43,00	44,00	42,00	39,00	35,00	32,00	28,50	25,50	18,50

	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85
100m	14,20	14,40	14,70	15,00	15,20	16,10	17,65	19,30	20,50	23,00	25,00	27,00
200m	29,00	29,70	30,00	31,20	33,00	34,50	38,00	41,00	42,50	47,50	50,00	60,00
400m	66,00	70,00	72,50	76,00	77,00	82,00	85,00	95,00	99,00	103,00	109,00	114,00
800m	2:38,0	2:44,0	2:45,0	2:49,0	2:53,0	3:10,0	3:30,0	3:52,0	4:00,0	4:10,0	4:30,0	5:00,0
5.000m	19:50	20:00	20:20	20:45	21:45	22:45	24:45	29:00	31:00	33:00	37:00	40:00
4x100m	58,00		60,00		68,00		74,00		78,00			
Hoch	1,41	1,36	1,33	1,28	1,25	1,15	1,05	1,00	0,95	0,90	0,85	0,80
Weit	4,50	4,40	4,35	4,20	4,20	3,65	3,30	2,80	2,60	2,30	2,10	2,00
Kugel	10,00	10,00	9,75	9,50	10,75	10,00	9,00	7,75	7,00	6,70	6,30	4,80
Diskus	31,00	30,00	29,00	28,00	27,00	26,00	23,00	18,00	16,00	15,00	13,00	10,50
Speer	31,00	29,50	28,75	27,25	27,00	24,00	22,00	17,00	14,00	13,50	11,50	10,00

* Die Standards entsprechen den aktuellen Mindestleistungen zur Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften 2025 der Masters. Die aktuellen Mindestleistungen für 2026 liegen noch nicht vor und werden entsprechend aktualisiert.

**Vorläufiger Zeitplan Landesmeisterschaften Masters
Sonntag, 31. Mai 2026**

Uhr	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70 +
11:00	100m	100m	100m	100m	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus
	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus					
11:10					100m	100m	100m	100m	100m
12:30	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit
12:50	4x100m alle Klassen								
					Speer	Speer	Speer	Speer	Speer
13:00	800m	800m	800m	800m	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel
	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel					
13:10					800m	800m	800m	800m	800m
13:50					Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel
14:15	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
14:20	200m	200m	200m	200m					
14:30					200m	200m	200m	200m	200m
14:40	Speer	Speer	Speer	Speer					
15:20	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m
16:00	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m

Uhr	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70+
11:00					Kugel	Kugel			
11:20					100m	100m	100m	100m	
11:30									100m
11:40	100m	100m	100m	100m					
11:45									Speer
12:00							Kugel	Kugel	
12:45					Diskus	Diskus			
12:50	4x100m alle Klassen								
13:00									Hoch
13:25	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m
13:40	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch					
13:50	Speer	Speer	Speer	Speer			Speer	Speer	
14:00	200m	200m	200m	200m	200m	200m			Diskus
14:10							200m	200m	200m
14:20					Weit	Weit	Weit	Weit	
14:45	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	5.000m	
15:10	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus			Diskus	Diskus	Kugel
15:20									5.000m
15:30					Speer	Speer			
15:40	Weit	Weit	Weit	Weit	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Weit
15:50	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m

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