

Meisterschaftsstandards HLV Masters (männlich) für Bahn- und Straßenwettbewerbe 2025

Für die Altersklassen M/W30 wurden die Standards vom Landesverband festgesetzt

Stand: 04.02.2025

| | M30 | M35 | M40 | M45 | M50 | M55 | M60 | M65 | M70 | M75 | M80 | M85 |
|---------------------|---|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------------|----------|----------|
| 100m (Sek.) | 12,10 | 12,30 | 12,50 | 12,60 | 12,85 | 13,60 | 14,15 | 14,5 | 15,25 | 16,20 | 19,50 | 23,00 |
| 200m (Sek.) | 25,10 | 25,50 | 25,90 | 26,10 | 26,45 | 28,50 | 29,80 | 30,50 | 33,20 | 37,00 | 44,00 | 49,50 |
| 400m (Sek.) | 56,00 | 57,00 | 57,50 | 58,50 | 61,00 | 65,00 | 70,00 | 73,00 | 80,00 | 89,00 | 95,00 | 108,00 |
| 800m (Min.) | 02:10,00 | 02:12,50 | 02:13,00 | 2:14,00 | 2:21,00 | 2:30,00 | 02:42,00 | 2:53,00 | 03:10,00 | 3:30,00 | 03:50,00 | 04:30,00 |
| 5.000m (Min.) | 16:25,00 | 16:40,00 | 16:55,00 | 17:10,00 | 17:40,00 | 18:35,00 | 20:00,00 | 21:30,00 | 23:15,00 | 27:20,00 | 29:30,00 | 35:00,00 |
| 10.000m (Min.) | 33:30,00 | 34:00:00 | 35:00,00 | 36:00,00 | 37:00,00 | 39:20,00 | 42:00,00 | 45:00,00 | 47:50,00 | 59:30,00 | 65:00,00 | 74:00,00 |
| 10 km (Min.) | 33:30,00 | 34:00:00 | 35:00,00 | 36:00,00 | 37:00,00 | 39:20,00 | 42:00,00 | 45:00,00 | 47:50,00 | 59:30,00 | 65:00,00 | 74:00,00 |
| Halbmarathon (Std.) | 1:14.00 | 1:16.00 | 1:18.00 | 1:20.00 | 1:24.00 | 1:31.00 | 1:37.00 | 1:46.00 | 1:59.00 | 2:15.00 | 2:31,00 | |
| Marathon (Std.) | 2:35.00 | 2:40.00 | 2:45.00 | 2:55.00 | 3:10.00 | 3:25.00 | 3:40.00 | 3:50.00 | 4:20.00 | 4:50.00 | 5:10,00 | |
| 4x100m (Sek.) | 48,00 | | 51,00 | | 53,80 | | 58,00 | | 65,00 | | | |
| 3x1000m (Min.) | 9:00,00 | | 10:00,00 | | 11:00,00 | | 12:00,00 | | 13:00,00 | | | |
| Gehen 10000m (Std.) | 1:02,00 | 1:03,00 | 1:04,00 | 1:07,00 | 1:09,00 | 1:11,00 | 1:13,00 | 1:15,00 | 1:17,00 | | | |
| Gehen 5000m (Min.) | | | | | | | 37:00,00 | 38:00,00 | 39:00,00 | | | |
| Hoch (m) | 1,75 | 1,68 | 1,63 | 1,60 | 1,51 | 1,45 | 1,35 | 1,30 | 1,20 | 1,10 | 0,95 | 0,90 |
| Weit (m) | 6,00 | 5,60 | 5,45 | 5,45 | 5,10 | 4,65 | 4,40 | 4,25 | 3,90 | 3,50 | 3,00 | 2,50 |
| Kugel (m) | 12,00 | 11,70 | 11,60 | 11,55 | 12,30 | 11,20 | 11,30 | 10,80 | 11,30 | 10,30 | 8,70 | 6,50 |
| Diskus (m) | 38,00 | 35,50 | 35,00 | 34,50 | 38,00 | 35,00 | 38,00 | 36,50 | 34,00 | 30,00 | 20,00 | 14,50 |
| Hammer (m) | 37,50 | 35,50 | 35,00 | 34,00 | 38,00 | 33,00 | 35,50 | 35,00 | 36,00 | 29,50 | 20,00 | 16,00 |
| Speer (m) | 48,00 | 45,00 | 43,50 | 43,00 | 41,00 | 37,50 | 35,50 | 34,50 | 34,00 | 27,00 | 17,50 | 15,00 |
| Fünfkampf (Pkt.) | 2300 für alle AK | | | | | | | | | | | |
| Dreikampf (Pkt.) | | | | | | | | | | 800 für alle AK | | |
| Wurf-5-Kampf (Pkt.) | Es müssen mindestens in zwei Disziplinen die Standards der Einzelwettbewerbe erreicht sein. | | | | | | | | | | | |

Als Meisterschaftsstandards gelten in der Regel die Mindestleistungen / Normleistungen, die der DLV für die Teilnahme an Deutschen Meisterschaften 2025 festgelegt hat, sowie die aufgeführten Werte für Straßenläufe und Mehrkämpfe.

Meisterschaftsstandards HLV Masters (weiblich) für Bahn- und Straßenwettbewerbe 2025

Für die Altersklassen M/W30 wurden die Standards vom Landesverband festgesetzt

Stand: 04.02.2025

| | W30 | W35 | W40 | W45 | W50 | W55 | W60 | W65 | W70 | W75 | W80 | W85 |
|---------------------|---|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------------|----------|----------|----------|
| 100m (Sek.) | 14,20 | 14,40 | 14,45 | 14,45 | 15,00 | 16,50 | 17,50 | 19,30 | 20,50 | 23,00 | 25,00 | 27,00 |
| 200m (Sek.) | 29,00 | 29,50 | 29,80 | 30,70 | 33,00 | 36,00 | 37,50 | 41,00 | 42,50 | 47,50 | 50,00 | 53,00 |
| 400m (Sek.) | 66,00 | 68,00 | 70,50 | 75,00 | 77,00 | 82,00 | 85,00 | 93,00 | 96,00 | 99,00 | 104,00 | 114,00 |
| 800m (Min.) | 2:38,00 | 02:42,00 | 2:43,00 | 2:45,00 | 02:53,00 | 3:20,00 | 3:30,00 | 03:52,00 | 04:00,00 | 4:10,00 | 4:30,00 | 5:00,00 |
| 5.000m (Min.) | 19:20,00 | 19:50,00 | 20:10,00 | 20:35,00 | 21:45,00 | 23:45,00 | 25:45,00 | 29:00,00 | 31:00,00 | 33:00,00 | 36:00,00 | 40:00,00 |
| 10.000m (Min.) | 42:30,00 | 43:30,00 | 44:50,00 | 45:30,00 | 48:30,00 | 52:00,00 | 55:00,00 | 58:00,00 | 61:00,00 | 67:00,00 | 74:00,00 | 87:00,00 |
| 10 km (Min.) | 42:30,00 | 43:30,00 | 44:50,00 | 45:30,00 | 48:30,00 | 52:00,00 | 55:00,00 | 58:00,00 | 61:00,00 | 67:00,00 | 74:00,00 | 87:00,00 |
| Halbmarathon (Std.) | 1:30.00 | 1:32.00 | 1:37.00 | 1:42.00 | 1:47.00 | 1:55.00 | 2:05.00 | 2:20.00 | 2:35.00 | | | |
| Marathon (Std.) | 3:15.00 | 3:25.00 | 3:35.00 | 3:50.00 | 4:05.00 | 4:20.00 | 4:35.00 | 4:50.00 | 5:25.00 | | | |
| 4x100m (Sek.) | 56,00 | | 58,00 | | 66,00 | | 72,00 | | 76,00 | | | |
| 3x800m (Min.) | 8:50,00 | | 9:20,00 | | 10:20,00 | | 11:30,00 | | | | | |
| Gehen 3000m (Min.) | 20:00,00 | 20:45,00 | 21:30,00 | 22:45,00 | 24:00,00 | 25:00,00 | 26:00,00 | 27:00,00 | | | | |
| Gehen 5000m (Min.) | 34:00,00 | 34:30,00 | 36:00,00 | 36:30,00 | 37:30,00 | 38:30,00 | 40:00,00 | 41:00,00 | | | | |
| Hoch (m) | 1,41 | 1,38 | 1,35 | 1,30 | 1,20 | 1,15 | 1,05 | 1,00 | 0,95 | 0,90 | 0,85 | 0,80 |
| Weit (m) | 4,50 | 4,40 | 4,35 | 4,35 | 3,90 | 3,50 | 3,00 | 2,80 | 2,60 | 2,30 | 2,10 | 2,00 |
| Kugel (m) | 10,00 | 9,70 | 9,60 | 9,50 | 9,90 | 8,50 | 8,00 | 7,10 | 6,80 | 6,80 | 6,30 | 5,80 |
| Diskus (m) | 31,00 | 29,00 | 28,50 | 28,00 | 26,00 | 20,50 | 19,00 | 16,50 | 16,00 | 16,00 | 13,50 | 11,00 |
| Hammer (m) | 28,00 | 27,00 | 26,00 | 25,00 | 28,00 | 23,00 | 21,00 | 20,50 | 19,00 | 21,00 | 17,00 | 15,00 |
| Speer (m) | 31,00 | 28,00 | 27,50 | 26,00 | 24,00 | 18,00 | 17,50 | 16,00 | 15,00 | 14,00 | 12,00 | 10,00 |
| Fünfkampf (Pkt.) | 2400 für alle AK | | | | | | | | | | | |
| Dreikampf (Pkt.) | | | | | | | | | 900 für alle AK | | | |
| Wurf-5-Kampf (Pkt.) | Es müssen mindestens in zwei Disziplinen die Standards der Einzelwettbewerbe erreicht sein. | | | | | | | | | | | |

Als Meisterschaftsstandards gelten in der Regel die Mindestleistungen / Normleistungen, die der DLV für die Teilnahme an Deutschen Meisterschaften 2025 festgelegt hat, sowie die aufgeführten Werte für Straßenläufe und Mehrkämpfe.