

85. DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN U20  
12. DEUTSCHE JUGENDMEISTERSCHAFTEN U16  
10.-12. JULI 2026 IN BOCHUM

## 1 BEACHTET

[„Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2026“](#)

## 2 AUSRICHTER/ÖRTLICHER AUSRICHTER

- › Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen

## 3 TELEFON

In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise, für Vorabmeldungen am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 06151-770856

## 4 AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Lohrheidestadion – Bochum-Wattenscheid, Lohrheidestraße 82, 44866 Bochum

## 5 MELDESCHLUSS

- › Sonntag, 28. Juni 2026 beim eigenen Landesverband über das Meldeportal LADV
- › Nachmeldungen sind bis 72 Stunden vor der Veranstaltung (Dienstag, 07. Juli 2026, 12:00 Uhr) möglich.

## 6 TEILNAHMEBERECHTIGUNG

- › In der gleichen Disziplin darf nur für eine Altersklasse gemeldet werden
- Für DM U20 startberechtigt:
  - männliche und weibliche Jugend U20 (Jahrgang 2007, 2008, 2009, 2010)
- Für DM U16 startberechtigt:
  - W15, M15 (Jahrgang 2011) in den Einzeldisziplinen
  - Jugendliche U16 (Jahrgang 2011 und 2012) in den Staffeln
  - Meldebeschränkung M15/W15: 2 Disziplinen + Staffel, außerdem wird auf die DLO § 8.3. hingewiesen.
- › Kader-Athlet:innen (NK 1) sowie Perspektiv-Athlet:innen zur Bildung der Nationalmannschaft können gem. Punkt 5c der Allg. Ausschreibungsbestimmungen ein Sonderteilnahmerecht **bis spätestens 7 Tage vor Meldeschluss (21. Juni 2026)** beantragen. Entsprechende Athlet:innen mit genehmigtem Sonderteilnahmerecht werden berücksichtigt.

## 7 WETTBEWERBE/MINDESTLEISTUNGEN

- › Es gelten nachfolgende Mindestleistungen, die in der Freiluftsaison 2026 bis zum Meldeschlusstermin erzielt worden sein müssen (**gilt auch für Nachmeldungen**).
- › Voraussetzung für die Teilnahme ist eine ordnungsgemäße Meldung bis zum Meldeschlusstermin.
- › Das Bahngeschehen der U20 findet im Rahmen der DM U18/U23 statt.

WETTBEWERB	M U20	MJ U16	W U20	WJ U16
100 m	11,05 sec.	11,80 sec.	12,40 sec.	12,75 sec.
200 m	22,40 sec.	-	25,40 sec.	-
300 m	-	38,50 sec.	-	42,70 sec.
400 m	50,50 sec.		58,70 sec.	-
800 m	1:56,70 min.	2:06,00 min.	2:17,20 min.	2:22,20 min.
1.500 m	4:03,20 min.	-	4:48,20 min.	-
3.000 m	8:57,00 min.	9:55,00 min.	10:20,00 min.	11:15,00 min.
80 m Hürden	-	11,40 sec.	-	12,20 sec.
100 m Hürden	-	-	15,20 sec.	-
110 m Hürden	15,50 sec.	-	-	-
300 m Hürden	-	44,00 sec.	-	48,00 sec.
400 m Hürden	57,50 sec.	-	65,20 min.	-
1.500 m Hindernis	-	5:05,00 min.	-	5:40,00 min.
3.000 m Hindernis	10:20,00 min. (3.000 mH.) 6:15,20 min. (2.000 mH.)	-	12:30,00 min. (3.000 mH.) 7:25,00 min. (2.000 mH.)	-
3.000 m BG & 3km	-	19:00,00 min	-	20:00,00 min
4x100 m	43,80 sec.	48,00 sec.	49,50 sec.	51,20 sec.
Hochsprung	1,96 m	1,78 m	1,71 m	1,65 m
Stabhochsprung	4,60 m	3,60 m	3,60 m	3,00
Weitsprung	7,00 m	6,20 m	5,80 m	5,45 m
Dreisprung	13,70 m	11,60 m	11,80 m	10,80 m
Kugelstoß	15,00m (6 kg)	14,00 m (4 kg)	12,50 (4 kg)	11,90 m (3 kg)
Diskuswurf	47,00 m (1,75 kg)	45,00 m (1 kg)	43,00 m (1 kg)	33,00 m (1 kg)
Hammerwurf	50,00m (6 kg)	40,00 m (4 kg)	47,00 m (4 kg)	38,00 m (3 kg)
Speerwurf	58,00 m (800 g)	49,00 m (600 g)	42,00 m (600 g)	39,00 m (500 g)

- Für die Altersklasse M15/W15 sind aus einem der unten aufgeführten Wettbewerbe folgende Zusatzleistungen zur Einzelnorm in der Freiluftsaison 2026 bis zum Meldeschlusstermin zu erbringen.
- Hinweis zur Meldeabgabe: In der Meldung muss die Zusatzleistung vermerkt werden. Die Zusatzleistung wird nicht als eigene Meldung abgegeben, sondern bei der Online-Meldeabgabe im „Kommentar“-Feld angegeben. Das Datum (wann die Leistung erbracht wurde), die Disziplin, der Ort und die Leistung sind zwingend bei der Zusatzleistung anzugeben.

WETTBEWERB	MJ U16	WJ U16
Blockwettkampf Sprint	2300 Punkte	2200 Punkte
Blockwettkampf Lauf	2000 Punkte	1950 Punkte
Blockwettkampf Wurf	2000 Punkte	1950 Punkte
Siebenkampf	-	3250 Punkte
Neunkampf	4300 Punkte	-

## 8 SPRUNGHÖHEN

### Männliche Jugend U20

Hochsprung: 1,85 m - 1,90 m - 1,95 m - 1,99 m - 2,03 m - 2,06 m - 2,09 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 4,40 m - 4,55 m - 4,70 m - 4,80 m - 4,90 m - 5,00 m - 5,05 m - weiter je 5cm

### Weibliche Jugend U20

Hochsprung: 1,60 m - 1,64 m - 1,68 m - 1,72 m - 1,75 m - 1,78 m - 1,81 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 3,30 m - 3,45 m - 3,60 m - 3,70 m - 3,80 m - 3,90 m - 4,00 m - 4,05 m - weiter je 5cm

### Männliche Jugend M15

Hochsprung: 1,70 m - 1,75 m - 1,79 m - 1,83 m - 1,86 m - 1,89 m - 1,92 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 3,30 m - 3,50 m - 3,65 m - 3,80 m - 3,90 m - 4,00 m - 4,10 m - weiter je 5cm

### Weibliche Jugend W15

Hochsprung: 1,52 m - 1,57 m - 1,61 m - 1,65 m - 1,68 m - 1,70 m - 1,72 m - weiter je 2cm  
 Stabhochsprung: 2,70 m - 2,90 m - 3,05 m - 3,20 m - 3,30 m - 3,40 m - 3,50 m - weiter je 5cm

## 9 MAX. SPIKESLÄNGE

Die maximale Spikeslänge in Bochum beträgt 9mm (12mm für Hochsprung und Speer).

## 10 HINWEISE

- > Training
  - Ein Training im Lohrheidestadion ist nicht möglich.
  - Informationen zur Nutzung des Warm-Up Bereichs folgen zeitnah
- > Betreuer:innen-Akkreditierungen
  - Ausgabe gemäß dem Schlüssel der allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen.
- > Stabhochsprungstäbe
  - genaue Informationen folgen zeitnah
- > Physiotherapie
  - Die Physiotherapeut:innen müssen über den allgemeinen Betreuungsschlüssel der jeweiligen Vereine abgedeckt werden.
- > Berichterstattung durch Medien
  - Über diese Veranstaltung wird medial berichtet. Dazu werden durch die Medien (TV, Presse) Film- und Fotoaufnahmen aus dem Wettkampfbereich produziert und entsprechend veröffentlicht.
  -

- > Tickets
  - genaue Informationen folgen zeitnah
- > Vereinszettel
  - genaue Informationen folgen zeitnah

## 11 STARTUNTERLAGENAUSGABE

- genaue Informationen folgen zeitnah

## 12 ANREISE

- genaue Informationen folgen zeitnah

## 13 ZEITPLAN\*

FREITAG, 10.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
14:00							Diskuswurf	F	14:00
14:20							Stabhochsprung	F	14:20
14:35	4x100 m	ZF							14:35
14:55					4x100 m	ZF			14:55
15:20			4x100 m	ZF					15:20
15:45							4x100 m	ZF	15:45
15:50			Diskuswurf	F					15:50
16:20	400 m	HF							16:20
16:45					400 m	HF			16:45
17:10			300 m	HF					17:10
17:25			Weitsprung	F					17:25
17:35							300 m	HF	17:35
17:35					Diskuswurf	F			17:35
18:05	1.500 m	HF							18:05
18:25					1.500 m	HF			18:25
18:45							1.500 m H	F	18:45
19:00			1.500 m H	F					19:00
19:10	Diskuswurf	F							19:10
19:10	Weitsprung	F							19:10
19:25					3.000 m H	F			19:25
19:45	3.000 m H	F							19:45
20:00			3.000 m BG	F			3.000 m BG	F	20:00

SAMSTAG, 11.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:00			800 m	HF					10:00
10:00							Kugelstoß	F	10:00
10:20							800 m	HF	10:20
10:30							Hochsprung	F	10:30

SAMSTAG, 11.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:40	800 m	HF							10:40
11:00							Dreisprung	F	11:00
11:00					800 m	HF			11:00
11:25			300 m H	HF					11:25
11:55							300 m H	HF	11:55
11:55	Kugelstoß	F							11:55
12:25			Hochsprung	F					12:25
12:25					400 m H	HF			12:25
12:30							Hammerwurf	F	12:30
12:50	400 m H	HF							12:50
13:00					Dreisprung	F			13:00
13:15	400 m	F							13:15
13:20					400 m	F			13:20
13:30									13:30
13:35							300 m	F	13:35
13:35					Kugelstoß	F			13:35
13:45					100 m	VL			13:45
14:15	Hammerwurf	F							14:15
14:25	100 m	VL							14:25
15:05			Kugelstoß	F					15:05
15:15			Dreisprung	F					15:15
15:20	Hochsprung	F							15:20
15:40			100 m	HF					15:40
16:10							100 m	HF	16:10
16:10					Hammerwurf	F			16:10
16:40					100 m	HF			16:40
16:45			Stabhochsprung	F					16:45
16:55	100 m	HF							16:55
17:15	1.500 m	F							17:15
17:20	Dreisprung	F							17:20
17:25					1.500 m	F			17:25
17:25					Hochsprung	F			17:25
17:40			100 m	F					17:40
17:45							100 m	F	17:45
17:50					100 m	F			17:50
17:55	100 m	F							17:55
18:00			Hammerwurf	F					18:00
18:05			3.000 m	F					18:05
18:20							3.000 m	F	18:20
18:35	3.000 m	F							18:35
18:50					3.000 m	F			18:50

SONNTAG, 12.07.2026									
UHRZEIT	MJ U20		MJ U16		WJ U20		WJ U16		UHRZEIT
10:00							Speerwurf	F	10:00
10:00							80 m H	HF	10:00
10:25			80 m H	HF					10:25
10:30					Stabhochsprung	F			10:30
10:45					100 m H	VL			10:45
11:15	110 m H	VL							11:15
11:45			Speerwurf	F					11:45
11:45							80 m H	F	11:45
11:55			80 m H	F					11:55
12:05					100 m H	HF			12:05
12:20	110 m H	HF							12:20
12:45							Weitsprung	F	12:45
13:10					100 m H	F			13:10
13:20	110 m H	F							13:20
13:30					Speerwurf	F			13:30
13:30	200 m	HF							13:30
14:00	Stabhochsprung	F							14:00
14:05					200 m	HF			14:05
14:35			300 m H	F					14:35
14:45					Weitsprung	F			14:45
14:45							300 m H	F	14:45
14:55					400 m H	F			14:55
15:05	Speerwurf	F							15:05
15:05	400 m H	F							15:05
15:15			800 m	F					15:15
15:25							800 m	F	15:25
15:35	800 m	F							15:35
15:45					800 m	F			15:45
15:55	200 m	F							15:55
16:05					200 m	F			16:05

\* Änderungen vorbehalten