

Hürden- und Hindernislauf

Altersklasse		Hürdenlauf kurz		Hürdenlauf lang		Hindernislauf	
		Strecke	Höhe	Strecke	Höhe	Strecke	Höhe
weibl. Jgd. U14	W 12 + W 13	60 m	0,762 m	-	-	-	-
weibl. Jgd. U16	W 14 + W 15	80 m	0,762 m	300 m	0,762 m	-	-
weibl. Jgd. U18	W 16 + W 17	100 m	0,762 m	400 m	0,762 m	1500 m	0,763 m
weibl. Jgd. U20	W 18 + W 19	100 m	0,840 m	400 m	0,762 m	2000 m	0,763 m
Frauen	W 20	100 m	0,840 m	400 m	0,762 m	3000 m	0,763 m
Seniorinnen	W 30 + W 35	100 m	0,840 m	400 m	0,762 m	2000 m	0,763 m
	W 40 + W 45	80 m	0,762 m	400 m	0,762 m	2000 m	0,763 m
	W 50 + W 55	80 m	0,762 m	300 m	0,762 m	2000 m	0,763 m
	W 60 u. älter	80 m	0,686 m	300 m	0,686 m	2000 m	0,763 m
männl. Jgd. U14	M 12 + M 13	60 m	0,762 m	-	-	-	-
männl. Jgd. U16	M 14 + M 15	80 m	0,840 m	300 m	0,840 m	-	-
männl. Jgd. U18	M 16 + M 17	110 m	0,914 m	400 m	0,840 m	2000 m	0,914 m
männl. Jgd. U20	M 18 + M 19	110 m	0,991 m	400 m	0,914 m	2000 m	0,914 m
Männer	M 20	110 m	1,067 m	400 m	0,914 m	3000 m	0,914 m
Senioren	M 30 + M 35	110 m	1,067 m	400 m	0,914 m	3000 m	0,914 m
	M 40 + M 45	110 m	0,991 m	400 m	0,914 m	3000 m	0,914 m
	M 50 + M 55	100 m	0,914 m	400 m	0,840 m	3000 m	0,914 m
	M 60 + M 65	100 m	0,840 m	300 m	0,762 m	2000 m	0,763 m
	M 70 + M 75	80 m	0,762 m	300 m	0,686 m	2000 m	0,763 m
	M 80 u. älter	80 m	0,686 m	300 m	0,686 m	2000 m	0,763 m

Bei **Hallenwettbewerben** beträgt die kurze Hürdenstrecke für alle Altersklassen 60 m, die altersklassenabhängige Hürdenhöhe bleibt erhalten. Die lange Hürdenstrecke und der Hindernislauf finden nicht statt.

Die **Anzahl der Hürden** beträgt für 100m-, 110m- und 400m-Hürden 10, bei 300m-Hürden 7, bei 80m-Hürden 7 oder 8, bei 60m-Hürden 6 und in der Halle 5.

Der **Anlauf** (vom Start bis zur ersten Hürde), der **Abstand** zwischen den Hürden und der **Auslauf** (von der letzten Hürde bis zum Ziel) sind bei den kurzen Hürdenstrecken je nach Altersklasse unterschiedlich.