

Deutsche Leichtathletik Ordnung [Auszug]

§ 7 Zulässige Streckenlängen und Altersklassen im Jahr 2019

Klassen	Altersklassen	Jahrgangsklassen	Jahrgang	Alter	Straße	Wald/Cross	Gelände
Bambini			2014 u.j.	5 u. j.	0,4 - 0,8 km*		
Kinder	M/W U8		2012 u.j.	7 u. j.	0,5 - 2,0 km*	0,5 - 1,0 km*	
Kinder	M/W U10	M/W8	2011	8	1,0 - 3,0 km*	1,0 - 2,0 km*	
Kinder		M/W9	2010	9	1,0 - 3,0 km*	1,0 - 2,0 km*	
Kinder	M/W U12	M/W10	2009	10	1,5 - 5,0 km*	1,5 - 2,5 km*	
Kinder		M/W11	2008	11	1,5 - 5,0 km*	1,5 - 2,5 km*	
Jugend	M/WU14	M/W12	2007	12	7,5 km	4 km	
		M/W13	2006	13	7,5 km	4 km	
Jugend	M/W U16	M/W14	2005	14	10 km	5 km	7,5 km
		M/W15	2004	15	10 km	5 km	10 km
Jugend	M/W U18	M/W JU18	2002-2003	16-17	25 km	8 km	15 km
Jugend	M/W U20	M/W JU20	2000-2001	18-19	Marathon	10 km	15 km
Männer/Frauen	M/F	F	1999 u.ä.	20 u.ä.	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W30	M/W30	1985-1989	30-34	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W35	M/W35	1980-1984	35-39	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W40	M/W40	1975-1979	40-44	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W45	M/W45	1970-1974	45-49	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W50	M/W50	1965-1969	50-54	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W55	M/W55	1960-1964	55-59	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W60	M/W60	1955-1959	60-64	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W65	M/W65	1950-1954	65-69	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W70	M/W70	1945-1949	70-74	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W75	M/W75	1940-1944	75-79	100 km	beliebig	beliebig
Senioren/Seniorinnen	M/W80	M/W80	1935-1939	80-84	100 km	beliebig	beliebig

§ 14.4 Hitzeschutzbestimmungen

Zum Schutz der Teilnehmer sollen folgende Hinweise beachtet werden:

Startzeiten für Langstreckenwettbewerbe **unter 20 km**

Juni/Juli/August bis 10.00 Uhr bzw. nach 18.00 Uhr,
Mai/September bis 10.00 Uhr bzw. nach 17.00 Uhr.

Startzeiten für Langstreckenwettbewerbe **ab 20 km**

Juni/Juli/August bis 9.00 Uhr bzw. nach 18.00 Uhr,
Mai/September bis 9.00 Uhr bzw. nach 17.00 Uhr.

An Hitzetagen mit Temperaturen über 20 Grad und bei hoher Luftfeuchtigkeit muss der Veranstalter zusätzliche Erfrischungsstellen (zumindest Wasserstellen) an der Strecke einrichten.