

TLV-
Kaderlimits
MÄNNER
Kader
2026

05.02.2026

ERWACHSENE (Spitzensportreferent)							NACHWUCHS (Nachwuchsreferent, Elite-Kader: Spitzensportreferent)													
AK M						M U23				M U20 (Junioren)				M U18 (Jugend)				M U16 (Schüler)		
Limit- bereich EM (∅)	Elite- Kader EM Birmingham 2026	Limit- bereich Hallen- WM (∅)	Elite- Kader Hallen- WM Torun 2026	A-Kader	B-Kader	Limit- bereich U23-EM (∅)	U23-Elite- Kader U23-EM Bydgoszcz 2027	U23- Kader	U23- Hoffnungs- kader	Limit- bereich U20- WM (∅)	U20-Elite- Kader U20- WM Eugene 2026	U20- Kader	U20- Hoffnungs- kader	Limit- bereich U18-EM (∅)	U18-Elite- Kader U18-EM Rieti 2026	U18- Kader	U18- Hoffnungs- kader	U16- Kader	U15- Kader	
60m Halle		6,85	6,64	6,80	6,95	7,05		6,95	7,15	7,40		6,95	7,25	7,60		7,25	7,40	7,80	8,00	8,30
100m	10,35	10,50		10,40	10,75	10,90	10,50	10,75	11,05	11,50	10,58	10,80	11,25	11,80	10,88	11,10	11,55	12,20	12,50	13,00
200m	20,88	21,40		-----	21,80	22,15	21,31	21,90	22,50	23,20	21,38	21,90	22,90	23,90	22,25	22,80	23,55	24,90	25,50	26,70
200m Halle		21,80		-----	22,20	22,55		22,30	22,90	23,60		22,30	23,30	24,30		23,20	23,95	25,30		
300m																			40,80	42,50
400m	46,60	47,90		46,90	48,40	49,20	47,34	48,80	50,00	51,70	47,63	48,90	51,00	53,30	49,65	51,00	52,50	55,50		
400m Halle		48,90	46,60	47,90	49,40	50,20		49,80	51,00	52,70		49,90	52,00	54,30		52,00	53,50	56,50		
800m	1:46,93	1:49,50	1:46,60	1:49,00	1:53,00	1:54,50	1:48,50	1:51,50	1:56,00	2:00,00	1:50,75	1:53,20	1:58,00	2:04,00	1:55,10	1:58,00	2:02,00	2:10,00	2:14,00	2:20,00
800m Halle					1:54,50	1:56,00														
1000m		-----		-----	2:26,00	2:28,00			2:30,00	2:36,00		-----	2:32,50	2:41,00			2:39,00	2:49,00	2:54,00	3:02,00
1500m	3:38,50	3:44,00	3:39,50	3:45,50	3:53,00	3:56,50	3:44,00	3:50,00	4:00,00	4:10,00	3:48,25	3:54,00	4:05,00	4:19,00	3:57,00	4:03,00	4:15,00	4:32,00		
1500m Halle																				
3000m		8:16,00	7:50,50	8:07,00	8:20,00	8:29,50			8:39,00	9:01,00	8:11,00	8:25,00	9:00,00	9:23,00	8:27,00	8:41,00	9:06,00	9:46,00	10:05,00	10:35,00
3000m Halle																				
5000m (5km)	13:36,67	14:00,00		13:45,00	14:20,00	14:45,00	14:05,25	14:32,00	15:10,00	15:45,00	14:11,50	14:37,00	15:45,00	16:20,00					1:35,50	1:40,00
10.000m (10km)	28:53,57	29:44,00		-----	30:15,00	31:15,00	29:56,25	30:54,00	32:15,00	33:33,00		31:00,00	33:30,00	34:50,00					6:25,00	6:45,00
Halbmarathon	1:04:20	1:06:00		-----	1:07:00	1:09:30			1:12:00			-----	-----						6:25,00	6:45,00
Marathon	2:15:54	2:19:00		-----	2:25:00	2:31:00			2:37:00			-----	-----						2:00,00	2:00,00
60m Hü. Halle		8,00	7,71	7,95	8,25	8,45		8,40	8,65	9,00		8,20/8,50	8,60/8,80	9,05		8,35	8,70	9,20	9,00/9,60	9,60/10,20
110m Hürden	13,79	14,20		13,90	14,60	14,95	14,45	14,90	15,30	16,00	14,20	14,60/15,00	15,20/15,60	16,00	14,35	14,80	15,40	16,30/15,00	15,60	16,50
400m Hürden	50,70	52,30		-----	53,50	54,85	52,50	54,00	56,20	57,90	53,20	54,80/53,80	57,20/56,20	60,00/59,00	55,60	57,30	60,00	63,50	56,00	60,00
300m Hürden												(91/84)	(91/84)	(91/84)	(84)	(84)	(84)	(84)	46,00	48,00
																			(76)	(76)
2000m Hi.	-----	-----		-----			9:04,00	9:26,00	9:46,00	10:12,00	9:05,00	9:29,00	10:00,00	10:25,00	6:04,00	6:18,00	6:37,00	7:00,00		
3000m Hi.	8:37,50	8:57,00		-----	9:12,00	9:29,00														
Hochsprung	2,26	2,17	2,34	2,22	2,09	2,04	2,14	2,08	1,99	1,90	2,14	2,08	1,91	1,81	2,01	1,93	1,83	1,70	1,60	1,50
Stabhoch	5,55	5,30	5,79	5,40	5,00	4,85	5,23	5,00	4,65	4,40	5,08	4,85	4,40	4,00	4,58	4,35	4,00	3,50	3,20	2,50
Weitsprung	7,94	7,65	8,20	7,80	7,30	7,10	7,59	7,30	6,90	6,60	7,56	7,25	6,60	6,20	6,98	6,70	6,30	5,70	5,60/5,40	5,00/4,80
Dreisprung	16,56	15,85	17,01	16,20	15,30	14,80	15,53	15,00	14,20	13,40	15,53	14,95	13,40	12,50	14,10	13,50	12,80	11,50	(Zone/Balken)	(Zone/Balken)
Kugelstoß	19,83	18,25	20,84	19,00	17,00	15,75	17,64	16,30	14,50	12,50	18,20	16,80/15,20	14,00/12,50	12,00/10,50	16,90	15,50	13,50	11,00/12,50	10,00/11,00	9,00/10,00
Diskuswurf	62,73	58,00		-----	53,50	49,25	54,25	50,00	45,00	39,00	(6 kg)	(6,0 / 7,26 kg)	(6,7,26 kg)	(6,7,26 kg)	(5 kg)	(5 kg)	(5 kg)	(5,4 kg)	(4/3 kg)	(4/3 kg)
Hammerwurf	74,04	69,00		-----	63,00	58,50	65,38	61,00	54,00	46,50	(1,75 kg)	(1,75 / 2 kg)	(1,75/2 kg)	(1,75/2 kg)	(1,5 kg)	(1,5 kg)	(1,5 kg)	(1,5/1 kg)	(1 kg)	(1/0,75 kg)
Speerwurf	79,01	73,00		-----	68,00	63,50	71,75	66,50	59,00	51,50	(6 kg)	(6,0 / 7,26 kg)	(6,7,26 kg)	(6,7,26 kg)	(5 kg)	(5 kg)	(5 kg)	(5,4 kg)	(4/3 kg)	(4/3 kg)
											(700 g)	(700 g)	(700 g)	(700/600 g)					36,00/42,00	30,00/35,00
10-Kampf	7 975	7 400		7 700	6 900	6 550	7 363	6 800	6 200	5 700	7 065	6.650/6.400	6 000/5 700	5 300	6 550	6 100	5 200	4 500	3 300	3 000
7-Kampf Halle	5 800	5 500		5 700	5 150	4 925		5 100	4 700	4 200		(U20 / AK)	(U20/AK)	(U20)	(U18)	(U18)	(U18)	(U18)	(7K MU16)	(7K MU16)
												7 000	6 300	5 600	4 500	3 900	3 400		3 200	2 800
												(U18)	(U18)	(U18)	(7K MU16)	(7K MU16)	(7K MU16)		(5K MU14)	(5K MU14)
												4800								
												(U20)								
20km Gehen	1:25:20	1:28:50		-----	1:32:00	1:35:00	1:31:40	1:35:30	1:38:00		43:50	46:05			23:30	24:30				
35km Gehen												(10000m)			(5000m)					

TLV-
Kaderlimits
FRAUEN
Kader
2026

05.02.2026

	ERWACHSENE (Spitzensportreferent)						NACHWUCHS (Nachwuchsreferent, Elite-Kader: Spitzensportreferent)													
	W AK			W U23			W U20 (Juniorinnen)			W U18 (Jugend)			W U16 (Schüler)							
	Limit- bereich EM (2)	Elite- Kader EM Birmingham 2026	Limit- bereich Hallen- WM (2)	Elite- Kader Hallen-WM Torun 2026	A-Kader	B-Kader	Limit- bereich U23-EM (2)	U23-Elite- Kader U23-EM Bydgoszcz 2027	U23- Kader	U23- Hoffnungs- kader	Limit- bereich U20-WM (2)	U20- Elite- Kader U20-WM Eugene 2026	U20- Kader	U20- Hoffnungs- kader	Limit- bereich U18-EM (2)	U18-Elite- Kader U18-EM Rieti 2026	U18-Kader	U18- Hoffnungs- kader	U16-Kader	U15-Kader
60m Halle		7,60	7,31	7,55	7,75	7,87		7,75	7,95	8,15		7,75	8,05	8,30		8,05	8,20	8,55	8,65	8,85
100m	11,47	11,70		11,70	12,10	12,28	11,77	12,00	12,45	12,75	11,84	12,05	12,60	13,00	12,10	12,40	12,80	13,35	13,60	13,90
200m	23,55	24,10		-----	24,80	25,10	24,16	24,80	25,40	26,00	24,38	24,95	25,80	26,60	25,10	25,70	26,30	27,30	27,80	28,50
200m Halle		24,50		-----	25,20	25,50		25,20	25,80	26,40		25,35	26,20	27,00		26,10	26,65	27,60		
300m												-----				42,80	44,70		45,60	46,60
400m	53,03	54,50		53,50	56,50	57,25	55,00	56,50	58,00	59,70	55,30	56,80	59,50	61,30	57,15	58,70	60,50	63,00		
400m Halle		55,50	53,03	54,50	57,50	58,25		57,50	59,00	60,70		57,80	60,50	62,20		59,70	61,50	63,90		
800m	2:02,63	2:06,00	2:01,87	2:05,00	2:12,00	2:14,00	2:07,50	2:11,50	2:16,00	2:20,00	2:08,85	2:12,50	2:18,00	2:23,00	2:13,50	2:17,00	2:22,00	2:28,00	2:30,00	2:34,00
800m Halle					2:14,00	2:16,00			2:18,00											
1000m		-----		-----	2:51,00	2:54,00		-----	2:57,00	3:02,00		-----	3:00,00	3:07,00		3:06,00	3:13,00		3:16,00	3:21,00
1500m	4:09,67	4:17,00	4:10,50	4:18,00	4:32,00	4:37,00	4:24,50	4:33,00	4:42,00	4:50,00	4:27,75	4:35,50	4:47,00	4:58,00	4:32,50	4:40,00	4:58,00	5:09,00		
1500m Halle																				
3000m		9:15,00	8:52,00	9:11,00	9:42,00	9:53,50		-----	10:05,00	10:31,00	9:28,50	9:47,00	10:40,00	10:56,00	9:45,00	10:04,00	10:35,00	11:12,00	11:30,00	11:50,00
3000m Halle																				
5000m (5km)	15:45,00	16:12,00		16:00,00	17:00,00	17:25,00	16:38,13	17:07,00	17:50,00	18:40,00	16:32,50	17:01,00	18:40,00	19:30,00					1:48,00	1:51,00
10.000m (10km)	33:00,00	34:00,00		-----	36:00,00	37:15,00	35:51,25	36:50,00	38:30,00	40:00,00		36:40,00	39:40,00	41:30,00					(600m)	(600m)
Halbmarathon	1:14:00	1:16:00		-----	1:20:00	1:24:00		-----	1:28:00			-----							7:16,00	7:30,00
Marathon	2:37:00	2:40:00		-----	2:52:00	3:01:00		-----	3:10:00			-----							(2000m)	(2000m)
60m Hü. Halle		8,55	8,15	8,40	8,90	9,05		8,90	9,15	9,40		8,95	9,20	9,50		8,95	9,35	9,80	9,50/10,00	10,00/10,50
100m Hürden	13,28	13,65		13,40	14,40	14,60	13,96	14,40	14,80	15,20	14,18	14,60	15,00	15,50	14,15	14,55	15,15/12,30	16,00/12,90	13,10	13,80
400m Hürden	57,35	59,10		-----	62,00	63,00	60,50	62,50	64,00	66,00	60,88	62,80	65,50	68,00	(76/8,50)	(76/8,50)	(100m/80m Hü.)	(100m/80m Hü.)	(80m 76/8,00)	(80m 76/8,00)
300m Hürden	-----	-----		-----								-----				48,00	49,50		51,00	53,00
2000m Hi.	-----	-----		-----								-----			7:07,00	7:37,00	7:55,00	8:20,00		
3000m Hi.	9:55,00	10:17,00		-----	10:50,00	11:07,50	10:30,33	10:55,00	11:25,00	11:48,00	10:21,50	10:45,00	11:40,00	12:10,00						
Hochsprung	1,90	1,83	1,97	1,88	1,76	1,72	1,80	1,75	1,67	1,62	1,81	1,75	1,65	1,58	1,74	1,68	1,60	1,50	1,45	1,40
Stabhoch	4,45	4,20	4,72	4,35	4,00	3,80	4,05	3,85	3,60	3,30	4,04	3,80	3,40	3,10	3,65	3,45	3,20	2,80	2,50	2,00
Weitsprung	6,56	6,30	6,77	6,45	5,95	5,78	6,25	5,95	5,60	5,40	6,18	5,90	5,45	5,20	5,85	5,60	5,30	4,90	4,80/4,65	4,50/4,40
Dreisprung	13,90	13,30	14,30	13,60	12,60	12,15	12,91	12,40	11,70	11,10	12,90	12,35	11,20	10,60	12,20	11,65	10,90	10,00		
Kugelstoß	16,83	15,50	18,20	16,50	14,50	13,40	14,43	13,50	12,30	11,10	14,55	13,30	11,50	10,00	14,40	13,30	12,00	10,50	9,50/11,00	8,50/10,00
Diskuswurf	56,50	52,00		-----	49,50	45,00	49,00	45,00	40,50	36,50	49,00	45,00	38,00	32,50	(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(3/2 kg)	(3/2 kg)
Hammerwurf	69,00	64,00		-----	58,00	54,00	61,13	56,50	50,00	43,50	57,75	53,50	44,00	37,00	(1 kg)	(1 kg)	(1/0,75 kg)	(0,75 kg)	(0,75 kg)	(0,75 kg)
Speerwurf	57,49	52,50		-----	50,00	46,00	50,75	47,00	42,00	37,50	50,00	45,50	39,00	33,00	(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(3/2 kg)
7-Kampf	6 000	5 500		5 850	5 200	5 000	5 538	5 100	4 800	4 400	5 325	4 950	4 400	4 000	5 075	4 700	4 200	3 700	3 600	3 300
5-Kampf Halle		3 950		4 150	3 900	3 700		3 750	3 500	3 200		3 650	3 200		(U18)	(U18)	(U18)	(U18)	(7K WU16)	(7K WU16)
10km Gehen				-----	1:41:00	1:50:30					50:05	52:55,00			26:00	27:00				
20km Gehen	1:35:00	1:40:30		-----	1:41:00	1:50:30	1:47:30	1:51:40	2:00:00			(10000m)			(5000m)					