

Altersklassen gem. § 3 DLO und Streckenlängen nach § 7 DLO

Gem. § 14 Deutsche Leichtathletik-Ordnung (DLO) i.V.m. § 7, Ziff. 7.2 und 7.3 DLO sowie der DLV-Empfehlung im Anhang 4 zur DLO sind die Straßenlaufstrecken maßgeblich für die maximal zu belaufenden Distanzen in den einzelnen Altersklassen (siehe § 8, Ziff. 8.7).



Klasse	AK	Lauf	Crosslauf	Traillauf	Berglauf	Klasse	AK	Lauf	Crosslauf	Traillauf	Berglauf	Geburtsjahrgang für 2025	
WK U8	W7/6	0,5 - 2 km	0,5 - 1 km	-	-	MK U8	M7/6	0,5 - 2 km	0,5 - 1 km	-	-	2018	2019
WK U10	W9/8	1 - 3 km	1 - 2 km	-	-	MK U10	M9/8	1 - 3 km	1 - 2 km	-	-	2016	2017
WK U12	W11/10	1,5 - 5 km	1,5 - 2,5 km	-	-	MK U12	M11/10	1,5 - 5 km	1,5 - 2,5 km	-	-	2014	2015
WJ U14	W13/12	7,5 km/10 km*	4 km	-	-	MJ U14	M13/12	7,5 km/10 km*	4 km	-	-	2012	2013
WJ U16	W15/14	10 km/15 km*	5 km	5 km	W14 7,5 km /10 km* W15 10 km	MJ U16	M15/14	10 km/15 km*	5 km	5 km	M14 7,5 km /10 km* M15 10 km	2010	2011
WJ U18	W17/16	25 km	8 km	8 km	15 km	MJ U18	M17/16	25 km	8 km	8 km	15 km	2008	2009
WJ U20	W19/18	Marathon	10 km	10 km	15 km	MJ U20	M19/18	Marathon	10 km	10 km	15 km	2006	2007
Frauen	W	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Männer	M	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1996	2005
Seniorinnen	W30	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M30	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1991	1995
Seniorinnen	W35	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M35	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1986	1990
Seniorinnen	W40	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M40	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1981	1985
Seniorinnen	W45	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M45	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1976	1980
Seniorinnen	W50	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M50	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1971	1975
Seniorinnen	W55	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M55	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1966	1970
Seniorinnen	W60	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M60	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1961	1965
Seniorinnen	W65	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M65	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1956	1960
Seniorinnen	W70	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M70	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1951	1955
Seniorinnen	W75	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M75	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1946	1950
Seniorinnen	W80	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M80	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1941	1945
Seniorinnen	W85	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	Senioren	M85	100 km	Langstrecke	Langstrecke	beliebig	1940	u. ä.

* Keine eigene Disziplin in der jeweiligen Altersklasse, sondern nur als Übergangsmöglichkeit zur nächstälteren Klasse

Gem. § 8, Ziff. 8.4 DLO dürfen M/W U16 und U14 am Wettkampftag nur einmal starten.