

## Merklblatt Hürdenläufe

Standardstrecken sind folgende:

Männer, MU20 (Junioren) und MU18 (Jugend) : 110m, 400m

Frauen, WU20 (Juniorinnen) und WU18 (Jugend) : 100m, 400m

In jeder Bahn sind 10 Hürden gemäß den nachfolgenden Tabellen hinzustellen:

Männer, MU20, MU18

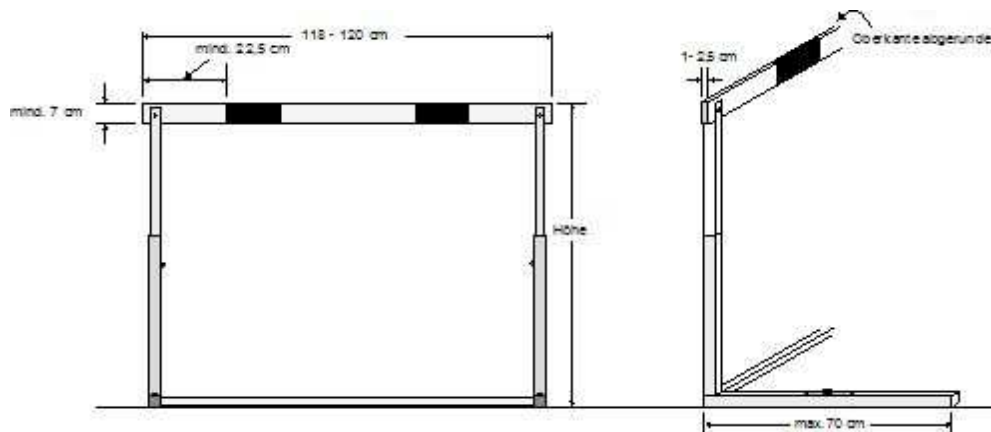
Laufstrecke	Anlauf	Abstand	Auslauf
110m	13,72m	9,14m	14,02m
400m	45,00m	35,00m	40,00m

Frauen, WU20, WU18

Laufstrecke	Anlauf	Abstand	Auslauf
100m	13,00m	8,50m	10,50m
400m	45,00m	35,00m	40,00m

Die Standardhöhen der Hürden müssen betragen:

Laufstrecke	Männer	MU 20	MU 18	Frauen / WU 20	MU 18
110/100m	106,7cm	99,1cm	91,4cm	83,8cm	76,2cm
400m	91,4cm	91,4cm	83,8cm	76,2cm	76,2cm



Konstruktion: Die Hürde muss aus Metall oder einem anderen geeigneten Material gefertigt sein, mit einer Hürdenlatte, die aus Holz oder einem anderem geeigneten Material besteht. Die Hürde besteht aus zwei Füßen und zwei möglichst weit außen angebrachten Säulen, die einen rechtwinkligen Rahmen bilden und von einem oder mehreren Querstäben stabilisiert wird.

Die Hürdenlatte soll mit schwarzen und weißen Streifen oder in anderen kräftigen Kontrastfarben (und auch in Kontrast mit dem umgebenden Umfeld) so gestrichen sein, dass sich die helleren Streifen von mindestens 22,5cm Breite an den Außenseiten befinden. Die Hürde muss so gestaltet sein, dass ein mittig gegen die Oberkante der Hürdenlatte horizontal ansetzendes Gewicht von mindestens 3,6kg notwendig ist, um sie umzuwerfen. Die Hürde kann für jeden Wettbewerb in der Höhe verstellbar sein. Die Gegengewichte müssen dann so einstellbar sein, dass bei jeder Höhe das Gewicht von mindestens 3,6kg und höchstens 4,0kg erforderlich ist, um sie umzuwerfen.

Die Hürdenlatte (einschließlich der Durchbiegung der seitlichen Säulen der Hürde) darf sich durch ein mittig ansetzendes, horizontal wirkendes Gewicht von 10kg nicht mehr als 35mm horizontal durchbiegen.

## Merklblatt Hürdenläufe

Die Hürden sind wie folgt auf- bzw. einzustellen:

### Nationale Bestimmungen ÖLV

Strecke	Markierung	Altersklasse	Zahl	Höhe	Einstellung	Anlauf	Abstand	Auslauf
400 m	■	Männer, MU23, MU20	10	91,4 cm	3. L.v.o.	45,00m	35,00m	40,00m
400 m	■	MU18	10	83,8 cm	4. L.v.o.	45,00m	35,00m	40,00m
400 m	■	Frauen, WU23, WU20, WU18	10	76,2 cm	5. L.v.o.	45,00m	35,00m	40,00m
300 m	■	WU16, MU16	7	76,2 cm	5. L.v.o.	50,00m	35,00m	40,00m
110 m	■ <sup>*)</sup>	Männer, MU23	10	106,7 cm	1. L.v.o.	13,72m	9,14m	14,02m
110 m	■ <sup>*)</sup>	MU20	10	99,1 cm	2. L.v.o.	13,72m	9,14m	14,02m
110 m	■ <sup>*)</sup>	MU18	10	91,4 cm	3. L.v.o.	13,72m	9,14m	14,02m
100 m	■	Frauen, WU23, WU20	10	83,8 cm	4. L.v.o.	13,00m	8,50m	10,50m
100 m	■	WU18	10	76,2 cm	5. L.v.o.	13,00m	8,50m	10,50m
100 m	■	MU16	10	83,8 cm	4. L.v.o.	13,00m	8,50m	10,50m
80 m	■	WU16	8	76,2 cm	5. L.v.o.	12,00m	8,00m	12,00m
60 m	++	WU14, MU14	4	60 od. 64 cm	-	13,00m	11,50m	12,50m

\*) auf blauen Laufbahnen sollen diese blauen Markierungen rot ausgeführt sein.