

Sonnabend 9. August 2025, Hamburg

- 
- Ausrichter:** Hamburger Leichtathletik-Verband e.V.
- Örtliche Ausrichter:** Hamburg Running e.V. / BMS Die Laufgesellschaft mbH
- Austragungsstätte:** Sportanlage Jahnkampfbahn, Linnering 3, 22299 Hamburg
- Telefon:** In Notfällen (z.B. Stau bei Anreise) steht nur an den beiden Veranstaltungstagen folgende Rufnummer zur Verfügung: **tba**
- Meldeschluss:** Die Meldungen sind bis **Sonntag, den 3. August 2025 (23:59 Uhr) ausschließlich als Online-Meldungen über [www.nachtderzehner.de/anmeldung](http://www.nachtderzehner.de/anmeldung)** anzugeben.
- Mit der Meldung sind Meldeleistungen (Bestleistungen aus 2024/2025) zwingend anzugeben. Sind keine Meldeleistungen angegeben, werden die Meldungen ggfs. zurückgewiesen. Es obliegt dem Veranstalter unter Berücksichtigung der Meldezahlen, Meldungen abzulehnen.
- Nachmeldungen sind gegen Zahlung einer zusätzlichen Gebühr bis 90 Minuten vor Wettkampfbeginn möglich, sofern dies aus organisatorischer Sicht möglich ist (vgl. „Allg. Ausschreibungsbestimmungen für NDM der Leichtathletik 2025“).
- Meldegebühr:** Es gelten die Teilnehmergebühren des örtlichen Ausrichters. **Online-Nachmeldungen** sind, sofern das Teilnahmelimit pro Wettbewerb noch nicht erreicht ist, ab 04.08.2025 möglich. Das Meldegeld i.H.v. 25 € muss dann vor Ort bar bezahlt werden.
- Teilnahmeberechtigung:** Die Teilnahmeberechtigung regelt die DLO. Die Altersklassen U18 und jünger sind **nicht** startberechtigt.

**Wettbewerbe / Wertung:**

- Männer:** 10.000 m  
**Frauen:** 10.000 m  
**Masters:** 10.000 m

Es werden Zeitläufe durchgeführt. Die Einteilung erfolgt gemäß der Meldezeiten. Alle Teilnehmer:innen (Männer, Frauen, Masters) werden über alle Läufe hinweg zunächst in der Hauptklasse (Männer/Frauen) gewertet, danach erfolgt die Einzelwertung in den jeweiligen Altersklassen: Masters ab M/W 30.

- Möglicher/vorläufiger Zeitplan:**
- 16.30 Uhr Start Zeitlauf – sub 60 min
  - 17:40 Uhr Start Zeitlauf – sub 43 min
  - 18:35 Uhr Start Zeitlauf – Frauenlauf
  - 19:45 Uhr Start Zeitlauf – sub 38:30 min
  - 20:35 Uhr Start Zeitlauf – sub 36 min
  - 21:25 Uhr Start Zeitlauf – sub 33 min

Der endgültige Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen nach Meldeschluss erstellt, mitgeteilt und unter [www.nachtderzehner.de](http://www.nachtderzehner.de) veröffentlicht.

### **Ergebnisse / Laufeinteilungen:**

Die Gesamtmeldungen können im Internet unter [www.ndm-la.de](http://www.ndm-la.de) und unter [ergebnisse.leichtathletik.de](http://ergebnisse.leichtathletik.de) eingesehen werden. Der Aushang der Ergebnisse und Laufeinteilungen erfolgt rein digital über die Live-Ergebnisse bei [leichtathletik.de](http://leichtathletik.de). Auf den digitalen Ergebnislisten werden die für die Einspruchsfrist relevanten Zeiten des Aushangs zu finden sein. (Live-)Ergebnisse sowie die Lauf- und Wettkampfeinteilung werden am Samstag unter folgendem Link abrufbar sein: [hhlv.de/live](http://hhlv.de/live)

### **Wettkampfunterlagen:**

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Sonnabend im Stadion.

### **Unterkünfte:**

Über HAMBURG Tourismus GmbH: <https://www.hamburg-tourism.de/buchen/hotels/>

### **Hinweise:**

- Es gelten die „Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen für die Norddeutschen Meisterschaften der Leichtathletik 2025“.
- **Stellplatzzeit: 30 Minuten vor Wettkampfbeginn** laut Zeitplan.
- Umkleiden und Duschräume befinden sich im Stadion.
- Es dürfen nur Spikes mit max. 6mm-Dornen getragen werden.
- **Gemäß den Regularien von World Athletics sind bei Bahnveranstaltungen ab einer Strecke von 800 m nur Laufschuhe mit einer Sohlenstärke von max. 25mm erlaubt.**
- Zielschluss ist jeweils 2 Minuten nach der „Soll- Zeit“. Läufer:innen, die voraussichtlich nicht die vorgegeben Zielschlusszeiten erreichen können, werden von den Kampfrichter:innen „gewarnt“.
- Die Zeitnahme erfolgt gemäß DLO durch Zielkamera und Wettkampfrichter. Zusätzlich erfolgt eine Zeitnahme mit einem Activ-Chip. Dieser Chip muss unmittelbar nach dem Lauf zurückgegeben werden. Die Chipzeiten werden lediglich für die Rundensplits verwendet und auf den Soforturkunden ausgewiesen.
- Für Sicherheitsnadeln haben die Teilnehmer:innen selbst zu sorgen.
- Die Meisterschaft findet im Rahmen der „9. Nacht der Zehner“ statt.

### **Anreise:**

Es bestehen am Stadion nur begrenzte Parkmöglichkeiten zur Verfügung. Weitere Parkplätze stehen an der Sporthalle Hamburg (Krochmannstraße 55, 22297 Hamburg / 5min. Fußweg) zur Verfügung. Wir empfehlen die rechtzeitige Anreise zum Start mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Das Stadion Jahnkampfbahn liegt 13 Minuten zu Fuß vom U-Bahnhof Lattenkamp entfernt. **U-Bahn:** U1 (Haltestelle Lattenkamp). Mit dem Bus ist das Stadion zu erreichen mit der **Buslinie 20** (Haltestelle Ohlsdorfer Straße / Planetarium)