

Hallescher Jedermann-Zehnkampf

Ausschreibung 2026

1 Allgemeine Informationen

Veranstalter	USV-Halle Abteilung Leichtathletik
Termin	Sonnabend 31.10.2026 - ca. 9:00 - 18:00 Uhr Sonntag 01.11.2026 - 8:30 - 17:00 Uhr
Meldeschluss	17.10.2026
Ort	Sporthalle Brandberge und Außenanlagen für die Wurfdisziplinen Kreuzvorwerk 30, 06120 Halle (Saale) Info Sporthalle Brandberge Parkmöglichkeiten hier oder hier
Teilnahmegebühren	Einzelanmeldung: 40€ Paar-Zehnkampf: 50 € Teamanmeldung mit mindestens 4 Personen: 60 € Zahlbar am 1. Wettkampftag bei Ausgabe der Startunterlagen Zum Jubiläum wird es wieder ein tolles T-Shirt geben. Preise und Design werden noch rechtzeitig bekannt gegeben.
Mindestalter	Teilnehmer*innen am Zehnkampf müssen im Jahr 2026 das 18. Lebensjahr vollenden, Stichtag: 31.12.2008
Startunterlagen	Zahlung der Teilnahmegebühren und Ausgabe der Startunterlagen am ersten Wettkampftag ab 7:30Uhr im Meldebüro in der Sporthalle Brandberge
Verpflegung & Versorgung	Verpflegung ist durch den Veranstalter vor Ort gesichert - Essen und Getränke können in und vor der Sporthalle gekauft werden. Es gibt zudem einen Kuchenbasar.
Haftung und Versicherung	Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle und andere Schäden jeglicher Art.

Trainingsmöglichkeit	Voraussichtlich ist in den ersten Oktoberberwochen in begrenztem Rahmen ein Training für den Jedermannzehnkampf bei uns möglich. Anfragen bitte vorher per Mail : info@leichtathletik.usv-halle.de
Kontakt	Guido Willers (Wettkampfleiter) E-Mail: info@leichtathletik.usv-halle.de Universitätssportverein Halle e.V. Abt. Leichtathletik Jedermann-Zehnkampf 2025, Dessauer Straße 151b 06118 Halle (Saale)

1.1 Charakter der Veranstaltung

Dieser Wettkampf ist im wahrsten Sinne des Wortes eine Aufforderung an alle sportbegeisterten Männer und Frauen jeden Alters und jeder Leistungskategorie, sich der großen Herausforderung eines Zehnkampfes zu stellen und so die Vielfalt der Leichtathletik zu erleben.

Die Regeln der IAAF und die offiziellen Zehnkampf-Punktetabellen sind Grundlage der Leistungserfassung und -bewertung. Die Gewichte der Wurf-/ Stoßgeräte sind nach Geschlecht und Altersklasse differenziert.

Einige Disziplinen werden im Vergleich zum offiziellen Zehnkampf etwas vereinfacht. Eine Vereinszugehörigkeit oder ein **Startpass sind nicht erforderlich**.

1.2 Meldung und Riegeinteilung

Da die Wettkampfstätte keinen Zehnkampf nach den offiziellen Regeln der IAAF erlaubt, wird der Wettkampf für alle Teilnehmer nach den Jedermann-Zehnkampf-Regeln durchgeführt. Im Jubiläumsjahr gibt es wieder eine **Profi-Riege**, in der versierte Mehrkämpfer nach den IAAF-Regularien für die Einzeldisziplinen den Zehnkampf durchführen.

Pro Riege sind maximal 25 Starter vorgesehen, die Gesamtteilnehmerzahl muss aus Kapazitätsgründen 120 Athleten begrenzt werden. Eine rechtzeitige Anmeldung ist deshalb empfehlenswert, die Meldeerfassung und Vormerkung der Startplätze erfolgt in der Reihenfolge der Einsendung.

1.3 Disziplinen

Der Wettkampf orientiert sich am klassischen Zehnkampf:

Tag 1: 60 m, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung, 400 m

Tag 2: 60m Hürden, Diskuswurf (Außengelände), Stabhochsprung, Speerwurf (Außengelände), 1500 m

(Die Disziplinreihenfolge kann aus organisatorischen Gründen von der originalen Reihenfolge abweichen. Zeitplan mit genauen Uhrzeiten wird nach Meldeschluss veröffentlicht.)

1.3.1 Gerätegewichte

Disziplin	Profi / Jedermann	Profi / Jedefrau
Kugelstoßen	7,26kg / nach Altersklassen	4,0 kg / nach Altersklassen
Diskuswurf	2kg / nach Altersklassen	1,0 kg / nach Altersklassen
Speerwurf	800g / nach Altersklassen	600 g / nach Altersklassen

Hinweis: Die Gerätegewichte sind für den Breitensport angepasst und entsprechen ggf. nicht den offiziellen DLV-Wettkampfgewichten.

1.3.2 Hürdenlauf: Höhen und Abstände

	Profi / Jedermann	Profi / Jedefrau
Hürdenhöhe	1,067m / 0,838m	0,838m / 0,762m
Anzahl	5 / 5	5 / 5
Start – 1. Hürde	13,72 m	13,00 m
Zwischenabstand	9,14 m	8,50 m
Letzte Hürde – Ziel	14,02 m	13,00 m

Außer wenn für die Altersklasse (AK) offiziell eine niedrigere Höhe gilt, dann setzen wir die Hürdenhöhe auf das vorgegebene Maß der AK.

1.3.3 Sprungdisziplinen: Einstiegshöhen

Disziplin	Profi / Jedermann	Profi/ Jedefrau	Steigerung

Disziplin	Profi / Jedermann	Profi/ Jedefrau	Steigerung
Hochsprung	1,20 m	1,00 m	5 cm, ab 1,50m 3 cm
Stabhochsprung	1,60m	1,60m	20cm, ab 2,5m 10cm

Hinweis: Individuelle Einstiegshöhen im Rahmen des Zeitplans sind nach Rücksprache mit der Wettkampfleitung möglich.

1.4 Wertung und Altersklassen

Einzelwertung für Männer und Frauen:

Für Männer und Frauen werden die jeweils offiziellen Punktetabellen für den Zehnkampf verwendet, so dass die Leistungen annähernd vergleichbar sind. Für Teilnehmer*innen der Senioren-Altersklassen (ab 35) werden die offiziellen Altersfaktoren von World Athletics (IAAF) bzw. DLV berücksichtigt, so dass die Leistungen mit den jüngeren Sportlern vergleichbar gewertet werden. Geehrt wird altersklassenübergreifend, jeweiligen die Besten bei den Männern und Frauen.

Königspaar:

Mann und Frau werden gemeinsam gewertet. Dabei bestreiten beide Partner den kompletten Zehnkampf. Königspaare müssen (jeweils mit Angabe des Partners) bei der Meldung angegeben werden. Es werden keine extra Startgebühren erhoben.

Paar-Zehnkampf:

Die "geteiltes Leid ist halbes Leid - und doppelter Spaß"-Wertung ;), Zwei Sportler*innen teilen sich die große Herausforderung des Zehnkampfs. Jede*r der beiden Partner*innen absolviert dabei genau 5 der 10 Disziplinen.

Teamwertung (4-10 Teilnehmer):

Hier kann man gemeinsam in einem großen Team die Herausforderung Zehnkampf in Angriff nehmen. Die Mitglieder des Teams teilen sich den Zehnkampf, das heißt, die einzelnen Disziplinen werden jeweils nur von einem Mitglied des Teams absolviert.

1.5 Teilnahmebedingungen

Für die Teilnahme am 30. Halleschen Jedermann-Zehnkampf gelten die folgenden Teilnahmebedingungen, die mit der Anmeldung akzeptiert werden müssen.

Teilnehmende des 30. Halleschen Jedermann-Zehnkampfs erkennen den Haftungsausschluss des Veranstalters für Schäden jeglicher Art an. Sie erklären mit Ihrer Meldung, dass sie körperlich gesund sind und bei einer Krankenkasse versichert sind.

Als Teilnehmende erklären sie sich damit einverstanden, dass die in der Anmeldung gemachten personenbezogenen Daten für die Abwicklung des Wettkampfs, insb. für Zeitnahmen, Platzierung und Erstellung von Start- und Ergebnislisten genutzt, automatisch verarbeitet und veröffentlicht werden dürfen. Die von Teilnehmenden im Zusammenhang mit der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews können zur Berichterstattung oder für Werbeprodukte des USV Halle im Zusammenhang mit dem Halleschen Jedermann-Zehnkampf in allen Medien ohne Vergütungsansprüche und uneingeschränkt genutzt werden.

Mit der Anmeldung bestätigen Sie die Richtigkeit der im Formular gemachten Angaben und versichern, Ihre Startnummer an keine andere Person weiter zu geben.

Die Daten werden zur Organisation des Wettkampfs maschinell gespeichert und verarbeitet. Es erfolgt keine Weitergabe an Dritte.