

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

## Gültige Kriterien für die Aufnahme in das Ultramarathon-Team 2026



**Anmerkung:** Jede Erwähnung in den Bestimmungen zum männlichen Geschlecht beinhaltet auch die Erwähnung zum weiblichen und diversen Geschlecht und jede Erwähnung zur Einzahl beinhaltet auch die zur Mehrzahl. Die Doppelnennung wird allein aus Gründen der Übersichtlichkeit unterlassen.

Für die Saison 2026 werden Deutsche Ultramarathon-Teams in den Disziplinen

- › 100 km-Lauf
- › 24-Stunden-Lauf
- › 50 km-Lauf

gebildet, die sich jeweils in

- › Ultramarathon A-Team
- › Ultramarathon P-Team (Perspektiv-Team)

gliedern.

## PRÄAMBEL

Der Ultramarathon ist im Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) seit mehr drei Jahrzehnten fest verankert und wichtiger Bestandteil des Wettkampfprogrammes. Eine Förderung der Disziplinen, die international über die IAU vertreten werden, ist dem DLV innerhalb der Abbildung der Disziplinvielfalt der Leichtathletik eine wichtige und gewollte Aufgabe. Der Bereich ist sportpolitisch in der Gesamtstrategie „Laufen“ des DLV implementiert und weist ein hohes Entwicklungspotential in alle Alters- und Leistungsklassen hinein auf.

Ultramarathon als nicht-olympische Disziplin unterliegt **nicht** den Kriterien und der Förderung, wie sie sich aus dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) Leistungssportkonzept der Olympischen Leichtathletik ableiten lassen.

Die Team-Berufung erfolgt grundsätzlich durch die Vorständin auf Vorschlag des Koordinators Ultramarathon und erlangt Gültigkeit mit der Veröffentlichung durch die DLV-Geschäftsstelle.

### I. ZIELSETZUNG:

Die Berufung eines DLV-Ultramarathon-Team Deutschland ist wichtig, um die in Frage kommenden Athleten in ihrem Erfolg zu bestätigen und mit ihnen im besten Fall eine optimale Vorbereitung auf kommende internationale Meisterschaften zu gestalten. Gemeinsam mit den Athleten wird der intensive und bewusste Dialog geführt, um die (individuellen und allgemeinen) Bedarfe zu erkennen und das Entwicklungspotential bestmöglich auszuschöpfen.

### II. KRITERIEN FÜR DIE AUFNAHME:

Für die Aufnahme in das DLV-Ultramarathon-Team müssen die Athleten die Mitgliedschaft in einem Verein der Landesverbände des DLV gemäß § 1, ein Startrecht gem. § 4 und die deutsche Staatsangehörigkeit gemäß § 5.2.1 der Deutschen Leichtathletik Ordnung (DLO) haben.

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

Gültige Kriterien für die Aufnahme  
in das Ultramarathon-Team 2026



Die Aufnahme in das DLV-Ultramarathon-Team (A-Team) erfolgt aufgrund des Nachweises einer sehr erfolgreichen Teilnahme an einer WM oder EM.

Sie dient überwiegend dazu, den berufenen Athleten eine Perspektive für mögliche Nationalmannschaftseinsätze aufzuzeigen, ihnen damit die Saisonplanung zu erleichtern und bei der Trainingsplangestaltung zu assistieren. Direkte finanzielle Hilfen oder eine Nominierungsgarantie für die internationalen Meisterschaften leiten sich hieraus nicht ab.

Die Aufnahme in das Ultramarathon-Team-Deutschland ist verbunden mit der Aufforderung, sich möglichst häufig der nationalen und internationalen Konkurrenz zu stellen, um von dieser Konkurrenz zu profitieren.

Die Athleten des DLV-Ultramarathon-Team-Deutschland sollten die jeweiligen internationalen Meisterschaften als Saisonhöhepunkt planen und ihre Trainings- und Wettkampfplanung mit dem DLV ([laufen@leichtathletik.de](mailto:laufen@leichtathletik.de)) sowie dem Koordinator Ultramarathon am Anfang des jeweiligen Wettkampfjahres abstimmen, um eine bestmögliche Leistungsentwicklung zu gewährleisten.

## **Ultramarathon A-Team „100 km“, Ultramarathon A-Team „24 Stunden“, Ultramarathon A-Team „50 km“**

**Voraussetzung:**

Internationale Platzierungen bei Welt- und Europameisterschaften. Die Aufnahme in das **A-Team** bedingt Platz 1-20 bei WM, Platz 1-10 bei EM bzw. eine Zeit besser als die der gesetzten Einzelnorm für eine WM. Die A-Teamzugehörigkeit ist grundsätzlich auf zwei Jahre ausgelegt, wenn nicht außerordentliche Gründe dagegensprechen.

Für die Eingliederung in das Ultramarathon A-Team können neben den Leistungen/Platzierungen der Saison 2024/2025 krankheitsbedingt auch solche aus der davorliegenden Saison berücksichtigt werden, wenn eine ausreichende Begründung vorliegt, die eine Weiterentwicklung in der der Nominierung zugrundeliegenden Saison 2024/2025 verhindert hatte.

## **Ultramarathon P-Team „100 km“, Ultramarathon P-Team „24 Stunden“, Ultramarathon P-Team „50 km“**

**Voraussetzung:**

Das Ultramarathon **P-Team** ist ein Perspektivteam. Für die Nominierung kommen Athleten in Frage, die sich leistungsprognostisch für eine Mannschaftsnominierung zu einer EM oder WM „100 km“, „24 Stunden“ bzw. „50 km“ empfehlen. Es werden überwiegend Athleten berücksichtigt, die Leistungen innerhalb der gesetzten P-Norm nachgewiesen haben und bei vorrangig international besetzten Wettkämpfen (auch Ultramarathon-Unterdistanzen) mit sehr guten Leistungen überzeugen konnten bzw. wenn mit einer weiteren positiven Leistungsentwicklung zu rechnen ist. Eine Aufnahme in das Ultramarathon P-Team 100 km, 24 Std bzw. 50 km ist dementsprechend auch dann möglich, wenn ein Athlet in den zwei Jahren vor diesem Nominierungszeitraum bereits nachgewiesen hat, dass er die Teamnorm 100 km, 24 Std. bzw. 50 km unterboten bzw. knapp verfehlt hat und im Nominierungsjahr

eine 50 km bzw. 100 km Zeit unterhalb der genannten Mindestleistung erbracht hat. Die Nominierung gilt für das entsprechende Jahr, eine Nominierungsgarantie für die internationalen Meisterschaften ergibt sich aus dieser Berufung nicht.

Mannschaftsergebnisse bei EM oder WM fließen nicht in die Beurteilung ein.

### **III. GRUNDSÄTZLICHES:**

- › Ziel ist es, die Entsendung erfolgreicher Athleten zu den terminierten WM und EM sicherzustellen. Durch den DLV wird die Übernahme bzw. anteilige Übernahme von Reise- und Unterbringungskosten für die jeweils nominierten Athleten zu EM und WM 100 km / 50 km / 24 Stunden / Ultratrail im Rahmen des genehmigten Budgets sichergestellt.
- › Die Ausrüstung mit offizieller DLV-Nationalmannschaftskleidung für die zu entsendenen Athleten zu EM, WM wird vom DLV gestellt.
- › Die Betreuung bei den internationalen Meisterschaften wird durch den DLV gewährleistet.
- › Der verantwortliche Koordinator Ultramarathon erstellt mit der Projektgruppe Ultramarathon nach sportfachlicher Bewertung Vorschläge zur Aufnahme in das DLV-Ultramarathon-Team Deutschland. Eine Empfehlung wird der Vorständin zur finalen Berufung vorgelegt, die Gültigkeit mit der Veröffentlichung durch die DLV-Geschäftsstelle erlangt.
- › Die Anzahl der Angehörigen eines vollständigen Disziplintools (A, P) wird in der Regel je Geschlecht auf jeweils maximal neun Athleten begrenzt.
- › Die Aufnahme bzw. der Verbleib eines Athleten im A-Team ohne Normerfüllung ist bei sportfachlicher Begründung (s.u.) nur einmal und nur für ein weiteres Jahr möglich:
  - Berücksichtigung der Leistungsentwicklung
  - Überprüfung des Gesundheitsmanagements bei längerer Verletzungsdauer
  - Wechsel des Trainingsstandortes mit der Optimierung der Betreuungssituation

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

Gültige Kriterien für die Aufnahme  
in das Ultramarathon-Team 2026



## IV. WEITERE KRITERIEN - MINDESTLEISTUNGEN:

50 km-Lauf	A-Team	P-Team
Frauen	< 3:27 h Marathon <2:43 h sowie 50 km <3:45 h	< 3:39 h Marathon <2:54 h
Männer	< 2:52 h Marathon <2:20 h sowie 50 km <3:05 h	< 2:59 h Marathon <2:24 h

100km-Lauf	A-Team	P-Team
Frauen	< 8:00 h	< 8:40 h 50 km < 3:40 h
Männer	< 6:55 h	< 7:25 h 50 km < 3:05 h

24h-Lauf	A-Team	P-Team
Frauen	> 235 km (*6:08 min/km)	> 210 km (*6:51 min/km) 100 km unter 9:05 h
Männer	> 260 km (*5:32 min/km)	> 230 km (*6:16 min/km) 100 km unter 8:00 h

\*Eine Berufung kann auch durch die Bestätigung erfolgen, dass bei einem Wettkampf mit gleicher oder längerer Distanz erzielten Durchschnittstempos, wenn ein Leistungsnachweis auch in einem 12- oder 24-Stunden-Lauf erbracht wird.

## V. SONSTIGES:

- › Der Athlet nimmt in 2025/2026 an mindestens einem hochwertigen Wettkampf in den Unterdistanzen des Ultramarathons (Marathon, 6 h, 50 km, Ultratrail) teil.
- › Die DLV-Athletenvereinbarung Ultramarathon sowie Schieds- und DLM-Vereinbarung werden vor Meisterschaftsbeginn unterzeichnet an den DLV übersandt. Der Fokus der Wettkampfplanung des Athleten liegt vornehmlich auf internationalen Wettkämpfen (international hochwertige Wettkämpfe).
- › Der Athlet verpflichtet sich, dem Koordinator Ultramarathon am Anfang und fortlaufend im jeweiligen Wettkampfjahr sowohl die Trainings- als auch die Wettkampfkonzeption in den Grundzügen schriftlich oder per Mail vorzulegen.
- › Finanzielle Beteiligung bei Trainingsmaßnahmen des DLV für die Angehörigen des A-Team im Rahmen des genehmigten Budgets.

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

Gültige Kriterien für die Aufnahme  
in das Ultramarathon-Team 2026



## VI. ULTRAMARATHON TEAM 2026

### 50 km A-Team

Frauen	Jahr	Leistung
Sylvie Müller, MTG Mannheim	2025	3:20:58 h
Verena Cerna, SSV Ulm 1846	2025	3:23:01 h

*Ultramarathon A-Team: < 3:27 h (Marathon <2:43h sowie 50km <3:45h)*

Männer	Jahr	Leistung
keiner		

*Ultramarathon A-Team: < 2:52 h (Marathon <2:20h sowie 50km <3:05h)*

### 50 km P-Team

Frauen	Jahr	Leistung
Friedericke Schoppe, LSG Goldener Grund Selters	2025	3:28:20
Jasmin Volz, MTG Mannheim	2025	3:32:44
Joanna Tallmann, Selbstläufer Altenahr	2025	3:34:09
Meike Freudenreich, Roadrunner Südbaden	2025	3:35:22
Christiane Neidiger, Die Laufpartner	2025	3:37:02

*Ultramarathon P-Team: < 3:39 h*

Männer	Jahr	Leistung
Tim-Niklas Schwippel, MTV Soltau	2025	2:53:05
Frank, Merrbach, LG Nord Berlin Ultrateam	2025	2:56:54
Lukas Kley, TV Refrath	2025	2:58:29
Stephan Fruhmann, LG Passau	2025	2:58:51
Marcel Bräutigam, GutsMuths- Rennsteiglaufverein	2025	2:55:47*

\*Marathon 2025 2:22:14 (Sevilla)

*Ultramarathon P-Team: < 2:59 h*

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

Gültige Kriterien für die Aufnahme  
in das Ultramarathon-Team 2026



## 100km A-Team

Frauen	Jahr	Leistung
keine		

*Ultramarathon A-Team: < 8:00 h*

Männer	Jahr	Leistung
Alexander Bock, LC Rehlingen	2025	6:34:34
Felix Weber, Sporttrend Ultralaufteam Braunschweig e.V.	2025	6:41:30
Stephan Fruhmann, LG Passau	2025	6:54:34

*Ultramarathon A-Team: < 6:55 h*

## 100km P-Team

Frauen	Jahr	Leistung
Katrin Ochs, LG Filder	2024	8:12:08
Christine Fischer-Bedtke, LG EXA Leipzig e.V.	2024	8:27:24

*Ultramarathon P-Team: < 8:40 h (50 km < 3:40 h)*

Männer	Jahr	Leistung
Max Kirschbaum, LG Ohmbachsee	2024	6:55:07
Johannes Arens, TG Kitzingen	2024	7:05:24
Julian Sinke, LG EXA Leipzig e.V.	2025	7:08:23
Martin Müller, Hamburg Running	2024	7:09:22
Lukas Kley, TV Refrath	2025	7:12:50
Timo Striegel, LAZ Ludwigsburg	2024	7:20:04

*Ultramarathon P-Team: < 7:25 h (50 km < 3:05 h)*

# DLV-ULTRAMARATHON-TEAM DEUTSCHLAND

Gültige Kriterien für die Aufnahme  
in das Ultramarathon-Team 2026



## 24 h A-Team

Frauen	Jahr	Leistung
Katrin Ochs, LG Filder	2025	238,054 km

*Ultramarathon A-Team: > 235 km (\*6:08 min/km)*

Männer	Jahr	Leistung
keiner		

*Ultramarathon A-Team: > 260 km (\*5:32 min/km)*

## 24 h P-Team

Frauen	Jahr	Leistung
Sigrid Hoffmann, TUS Hachenburg	2025	218.663 km
Simone Durry, LG Ultralauf	2025	215.990 km

*Ultramarathon P-Team: > 210 km (\*6:51 min/km)*

Männer	Jahr	Leistung
Moritz Ehm, TV Referath	2025	257,243 km
Norman Mascher-Aspensjö, SCC Berlin	2025	243,247 km
Marius Seith, LSG Karlsruhe	2025	241,621 km
Christoph Lux, Spiridon Frankfurt	2025	241,480 km
Jürgen Klopfer, 100 Marathon Club	2025	234,617 km

*Ultramarathon P-Team: > 230 km (\*6:16 min/km)*