

Terminplan 2019

| Datum | Ebene | Art | Ort |
|----------------------------|--------------|---|-------------------------|
| Sa/So 05./06.01. | Spo | Hallensportfest Erwachsene/U20/U18/U16 | Hannover |
| Sa 12.01. oder So 13.01. | LM | Winterwurf Erwachsene/U20/U18 | Zeven |
| Sa/So 19./20.01. | LM | Halle Erwachsene/U18 | Hannover |
| Sa/So 26./27.01. | LM | Halle U20/U16 | Hannover |
| Sa/So 26./27.01. | DM | Halle Mehrkampf Erwachsene/U20/U18 | Halle / Saale |
| Sa/So 02./03.02 | NDM | Halle Erwachsene/U20 | Neubrandenburg |
| Sa 09.02. | LM | Cross alle Klassen | Löningen |
| Sa/So 09./10.02. | NDM | Winterwurf Erwachsene/U20/U18 | u.V. Kienbaum |
| Sa/So 16./17.02. | BM | Halle Erwachsene/U20/U18/U16/U14 | Salzgitter |
| Sa/So 16./17.02. | DM | Erwachsene | Leipzig |
| Sa 23.02. | Kreis | Zwergenspiele | Edemissen |
| Sa 23.02. | BM | Crosslauf | Velpke |
| Sa/So 23./24.02. | DM | Halle U20 + Winterwurf U20/U18 | NN |
| So 24.02. | Spo | Hallensportfest U12 | Hannover |
| Fr-So 01.-03.03. | DM | Halle + Winterwurf Senioren | Halle / Saale |
| Fr-So 01.-03.03. | EM | Halle | Glasgow / GBR |
| Sa 09.03. | KM | Cross | Gadenstedt |
| Sa 09.03. | DM | Cross | Ingolstadt |
| So 10.03. | Spo | Hallensportfest U14 | Hannover |
| So 24.03. | LM | Straße 10km Erwachsene/U20/Senioren | Lingen |
| So-Sa 24.-30.03. | WM | Halle Senioren | Torun / POL |
| Sa 30.03. | Kreis | Eulepokal | Peine |
| So 31.03. | Kreis | Werfertag | Edemissen |
| So 07.04. | DM | Halbmarathon | Freiburg |
| Sa-Mi 06.-10.04. | LG | LG-Trainingslager | Hannover |
| So 07.04. | LM | Marathon | Hannover |
| 08.04.-23.04. | | Osterferien | |
| So 27.04. | BM | Straßenlauf (10km/5km) | Helmstedt |
| So 28.04. | DM | Marathon | Düsseldorf |
| Sa 27.04. | Spo | Bahneröffnung U12-U18 MK, U14-Erw. Einzel | Osterode |
| Sa 27.04. | Spo | 38. Dieter Möhring Sportfest | Wolfsburg |
| Mi 01.05. | Spo | Sportfest (inkl. BM Langhü, Hindernis, Stab, Drei) | Bad Harzburg |
| Mi 01.05. | Spo | Bahneröffnung | Garbsen |
| Sa/So 04./05.05. | KM | Mehrkampf | Edemissen |
| So 05.05. | KM | Langstrecke | Edemissen |
| Mi 08./15.05. | Jtfo | Jugend trainiert für Olympia Kreisentscheid | Groß Ilsede |
| Sa 11.05. | LM | Senioren-Wurffünfkampf | Salzgitter-Bad |
| So 12.05. | BM | Einzel U16/U14 | Fallersleben |
| Sa 18.05. | BM | Einzel Erwachsene/U20/U18 | Bad Harzburg |
| So 19.05. | VL | Volkslauf | Wolterf |
| | Jtfo | Jugend trainiert für Olympia Bezirk Jungen | NN |
| | Jtfo | Jugend trainiert für Olympia Bezirk Mädchen | NN |
| Sa 25.05. | KM | Einzel | Vöhrum |
| Sa 25.05. | Spo | Nat. Meeting | Hannover |
| Sa/So 25./26.05. | LM | Senioren ab M/W 30 | |
| So 26.05. | LM | Blockwettkampf U16 | Stuhr |
| Mi 29.05. | Spo | Int. Sparkassen-Meeting | Osterode |
| Do 30.05. | DM | ADH-Meisterschaften Studenten | Köln |
| Do 30.05. | Spo | Sprintcup und Stabhochsprung | Nienhagen |
| Sa/So 01./02.06. | LM | Mehrkampf Erwachsene/U23/U20/U18 + Langstrecke/Langstaffeln | Papenburg |
| So 02.06. | Spo | Nat. Springermeeing | Garbsen |
| Sa 08.06. | DM | 10.000m Erw.+mJU20/5.000m Seniorinnen+wJU20 | Essen-Stoppenberg |
| Sa 08.06. | Spo | Nat. Stabhochsprungmeeing | Holzminden |
| Sa/So 08./09.06. | Spo | Nat. Pfingstsportfest inkl. LM/NDM Hindernis | Zeven |
| So 09.06. | Kreis | Pfingstsportfest | Edemissen |
| So 09.06. | LM | Hindernis | Zeven |
| Sa 15.06. | DM | Senioren Mehrkampf ab M/W 35 | Zella-Mehlis |
| Sa/So 15./16.06. | NDM | Einzel Senioren ab M/W 30 | Berlin-Hohenschönhausen |
| Sa/So 15./16.06. | LM | 4-, 7-, 9-Kampf U16 | Bad Harzburg |
| Sa/So 15./16.06. | DM | Junioren U23 | Wetzlar |
| Do 20.06. | Jtfo | Jugend trainiert für Olympia Landesfinale | Braunschweig |
| Fr 21.06. | VL | Nachtlauf | Braunschweig |
| | Kreis | Schulmannschaftswettkämpfe Grundschulen | Edemissen |
| Sa/So 22./23.06. | LM | Erwachsene/U18 | Göttingen |
| Mi 26.06. | BM | Hammer alle Klassen | Salzgitter-Bad |
| Sa 29.06. | Spo | Jugend- und Kindermehrkampf | Meinersen |
| Sa/So 29./30.06. | NDM | Einzel U20+M/W 15 | Hamburg |
| Di 02.07. | Kreis | Stabhochsprungmeeing | Meinersen |
| 04.07.-14.08. | | Sommerferien | |
| Fr 05.07. | LG | LG-Spielenachmittag | Edemissen |
| Sa 06.07. | Spo | Ferientsportfest | Osterode |
| Sa/So 06./07.07. | DM | Einzel U16 (M/W 15) | Bremen |
| Do-So 11.-14.07 | EM | U23 | Gävle / SWE |
| Fr-So 12.-14.07. | DM | Senioren | Leinefelde-Worbis |
| So 13.07. | Spo | Nat. Feriensportfest | Göttingen |
| Do-So 18.-21.07 | EM | U20 | Boras / SWE |
| Sa/So 20./21.07. | NDM | Einzel Erwachsene/U18 | NN |
| Fr-So 26.-28.07. | DM | Einzel U20/U18 inkl. Langstaffeln Erwachsene | NN |
| Sa/So 03./04.08. | DM | Erwachsene/Langstaffeln U20 | Berlin |
| Sa/So 10./11.08. | DM | Senioren-Wurffünfkampf ab M/W 35 | Zella-Mehlis |
| Sa/So 10./11.08. | DM | Blockwettkampf U16 | Lage |
| Sa 17.08. | BM | Senioren, Blockwettkampf U16/U14 | Edemissen |
| Sa/So 17./18.08. | DM | Mehrkampf U18/U16 | NN |
| Sa 24.08. | Kreis | Sommersportfest | Edemissen |
| Sa/So 24./25.08. | DM | Mehrkampf Erwachsene/U23/U20 | Halle / Saale |
| Sa/So 31.08./01.09. | LM | Einzel U20/U16 | NN |
| So 01.09. | Spo | ISTAF | Berlin |
| Do-So 05.-15.09. | EM | Senioren | Venedig / ITA |
| So 08.09. | LM | DMM/DJMM | Oldenburg |
| Sa/So 14./15.09. | BM | Mehrkampf/Langstrecke | NN |
| So 15.09. | BM | Halbmarathon | Wolfenbüttel |
| So 15.09. | LM | Fünfkampf Erwachsene/Senioren | Hameln |
| So 15.09. | DM | Straße 10km Erwachsene/Senioren | Siegburg |
| Fr 20.09. | BM | Kreisvergleichskampf U14 und U12 | Helmstedt |
| Sa-So 28.09.-06.10. | WM | Männer / Frauen | Doha / QAT |
| So 06.10. | LM | Halbmarathon Erwachsene/Senioren | Bremen |
| Do-Mo 03.10.-07.10. | LG | LG-Sportfreizeit | Hohegeiß |
| 04.10.-18.10. | | Herbstferien | |
| So 10.11. | LG | LG-Jahresrückblick | Edemissen |
| So 30.11. | Kreis | Adventslauf | Edemissen |
| So 08.12. | EM | Cross | Lissabon / POR |