



NIEUWS OVER DE MILITAIRE VIJFKAMP

## Schermlinics voor (aspirant) moderne vijfkampers

De Nederlandse Vijfkampbond wil nieuwe en ervaren sporters beter ondersteunen bij de zelfstandige voorbereiding op wedstrijden in de Olympische Moderne Vijfkamp (lopen, zwemmen, schieten, schermen, paardrijden). Ook worden de bondswedstrijden toegankelijker gemaakt voor sporters die kennis willen maken met de Vijfkamp. Zo wordt het in 2007 mogelijk om deel te nemen in twee, drie, vier of vijf onderdelen naar keuze uit:

1. 3 kilometer hardlopen;
2. 200 meter zwemmen (vrije slag);
3. 20 schoten met luchtdrukpistool op 10 meter ;
4. ca. 30 partijen schermen op degen, steeds om 1 treffer; en/of
5. een springparcours met 12 hindernissen op 90 cm (of hoger).

Verder wil de Nederlandse Vijfkampbond stimuleren dat sporters meer gebruik kunnen gaan maken van de trainingsmogelijkheden die andere NOC\*NSF-sportbonden bieden:

1. lopen: [KNAU \(Koninklijke Nederlandse AtletiekUnie\)](#)
2. zwemmen: [KNZB \(Koninklijke Nederlandse Zwembond\)](#)
3. schieten: [KNSA \(Koninklijke Nederlandse SchuttersAssociatie\)](#)
4. schermen: [KNAS \(Koninklijke Nederlandse Algemene Schermbond\)](#)
5. paardrijden: [KNHS \(Koninklijke Nederlandse Hippische Sportfederatie\)](#)

Als start gaat de Nederlandse Vijfkampbond het fenomeen schermlinics promoten. Deze maken het mogelijk om in enkele lessen kennis te maken met deze sport en om de basisprincipes snel te leren. Zo reist maître Maxim Zorkin, voormalig Nationaal Kampioen van Kazachstan, Kirgizië, Oezbekistan en Tadzjikistan met degens en schermkleding door Nederland om clinics speciaal voor het degenschermen in de Moderne Vijfkamp te geven. De kosten bedragen €50 (plus reiskosten) voor 75 minuten les aan 1 of 2 personen tegelijk, links- of rechtshandig, beginners of gevorderden. Maître Zorkin: 'Schermen is een prachtige sport. Ik zie het als een *martial art* met een verlenging van je arm. In Rusland leerden wij schermen 'op een ouwe fiets'. Niks mooie schermzalen: gewoon in de tuin of in het park. Ook in Nederland leer je op gewone ondergrond uitstekend hoe je bij het schermen met balans kunt omgaan. Echte schermzalen zijn natuurlijk veel mooier, maar niet iedereen wil gelijk lid worden en in materiaal investeren. In een clinic leer je snel de basisbewegingen, de uitval, enkele werpingen. Je hebt zo door of het je ligt. Elke keer weer verrassend om te zien hoeveel volwassenen en kinderen het fantastisch blijken te vinden!'

[Klik hier](#) om per e-mail contact te leggen met maître Zorkin; meer informatie over (leren) schermen via de KNAS of de Nederlandse Vijfkampbond.

Deze periodieke newflash is ontworpen om sporters en vrijwilligers te informeren over:

- de **Olympische Moderne Vijfkamp** (lopen, zwemmen, schieten, schermen, paardrijden);
- de **Militaire Vijfkamp** (lopen, zwemmen, schieten, hindernisbaan, werpen); en
- de **Nationale Sportmedaille** (lopen, zwemmen, springen, zelfverdediging, werpen).

Neem voor meer informatie contact op met de Nederlandse Vijfkampbond, Sportlaan 18, 5242 CR Rosmalen, E [secretaris@nederlandsevijfkampbond.nl](mailto:secretaris@nederlandsevijfkampbond.nl), T 073-5280063.

De Moderne Vijfkamp is een Olympische sport sinds 1912. De Nationale Sportmedaille (sinds 1915) en het Nationale Vijfkampkruis van NOC\*NSF (sinds 1931) zijn ministerieel erkende onderscheidingen voor fysieke prestaties.



Maître **Maxim Zorkin** geeft clinics specifiek voor het degenschermen in de Olympische Moderne Vijfkamp



