

NIEUWS OVER DE OLYMPISCHE MODERNE VIJFKAMP

**Wedstrijdcalender 2007**

Het jaar 2007 biedt getalenteerde sporters weer volop mogelijkheden om deel te nemen aan (onderdelen in) deze bijzondere multisport, de Olympische Moderne Vijfkamp:

1. lopen: 3 km veldloop;
2. zwemmen: 200 m vrije slag;
3. schieten: 20 schoten met luchtdrukpistool op 10 m afstand;
4. schermen: ca. 30 partijen op degen, steeds om 1 treffer (victoire);
5. paardrijden: 12 hindernissen op minimaal 90 cm op een geloot springpaard.

**Twee mogelijkheden om het Nationale Vijfkampkruis NOC\*NSF te behalen**

Zo organiseert de Vijfkampbond in 2007 twee open meerkampen waarop het Nationale Vijfkampkruis NOC\*NSF in de Olympische Moderne Vijfkamp kan worden behaald. Deze staan open voor maximaal 50 sporters die aan 2 of meer onderdelen willen deelnemen:

1. vrijdag 27 en zaterdag 28 april 2007 in respectievelijk Schijndel en op de Marinierskazerne in Doorn: Open Meerkamp + Nederlands Kampioenschap Olympische Moderne Vijfkamp;
2. zaterdag 22 en zondag 23 september 2007 in respectievelijk Ermelo en Putten: Open Meerkamp in de Olympische Moderne Vijfkamp.

**AANMELDEN**

Klik op [aanmelden](#) om je in te schrijven voor (twee of meer onderdelen tijdens) deze 'kruiswedstrijden'. De inschrijving sluit twee weken voor aan de wedstrijd; de beschikbare slots worden toegewezen aan de eerst aangemelde sporters die aan zoveel mogelijk onderdelen deelnemen.

Wil je als vrijwilliger bijdragen aan de organisatie en worden uitgenodigd voor een van de twee vrijwilligersevenementen van de Vijfkampbond? Klik op de vrijwilligers welkom en stuur een berichtje naar [wedstrijdsecretariaat@nederlandsevijfkampbond.nl](mailto:wedstrijdsecretariaat@nederlandsevijfkampbond.nl).

**VRIJWILLIGERS WELKOM**

**Het Nationale Vijfkampkruis is haalbaar voor alle geoefende sporters**

Het Nationale Vijfkampkruis is haalbaar voor alle geoefende sporters. De uitdaging is in essentie om op een redelijk niveau te presteren in vijf verschillende sporten:

Eisen Nationale Vijfkampkruis NOC*NSF: Olympische Moderne Vijfkamp					
categorie		jeugd	juniores	senioren	masters**)
	leeftijd	tot 18 jaar	18-21 jaar	21-40 jaar	vanaf 36 jaar
1: lopen	m	3 km: 13:00	3 km: 13:00	3 km: 13:00	2 km: 9:00
	v	3 km: 14:45	3 km: 14:45	3 km: 14:45	2 km: 11:00
2: zwemmen	m	200 m: 4:15	200 m: 4:15	200 m: 4:15	100 m: 1:50
	v	200 m: 4:20	200 m: 4:20	200 m: 4:20	100 m: 2:10
3: schieten		140 uit 200 schijfpunten			
4: schermen		33% victoires (25% voor masters en vrouwen)			
5: paardrijden*)		600 uit maximaal 1.200 wedstrijdpunten			

\*) Ruiters kunnen ter kennismaking buiten mededinging met een eigen paard deelnemen. Voor het Nationale Vijfkampkruis is een geloot paard vereist.

Ook is het mogelijk om deel te nemen aan de Nationale Vijfkamp metwerpen, waarbij paardrijden wordt vervangen doorwerpen. Dit onderdeel bestaat uit verte- en doelwerpen. Bij de doelwerpen dienen 6 putten in olopende afstand binnen 30 seconden direct getroffen te worden. De putten zijn aangegeven door een cirkel met een straal van 2m, waarbij de middelpunten op de afstanden liggen als hieronder aangegeven.

Nationale Vijfkamp metwerpen (in plaats van paardrijden)		
	verte- en doelwerpen (m)	verte- en doelwerpen (m)
t/m senioren	40m; 20-22-24-26-28-30m	26m; 12-14-16-18-20-22m
masters 36-40	35m; 18-20-22-24-26-28m	24m; 10-12-14-16-18-20m
masters 41-45	33m; 18-20-22-24-26-28m	22m; 10-12-14-16-18-20m
masters 46-50	31m; 18-20-22-24-26-28m	20m; 10-12-14-16-18-20m
masters 51-55	29m; 14-16-18-20-22-24m	18m; 8-10-12-14-16m
masters 56-60	27m; 14-16-18-20-22-24m	16m; 8-10-12-14-16m
masters vanaf 61	25m; 14-16-18-20-22-24m	14m; 8-10-12-14-16m

\*\*) Voor masters gelden kortere loop- en zwemafstanden: 2 km lopen en 100 m zwemmen. Zij schieten volgens de regels voor de senioren.

	lopen (m)	lopen (v)	zwemmen (m)	zwemmen (v)
masters 36-40	2 km: 9:00	2 km: 11:00	100 m: 1:50	100 m: 2:10
masters 41-45	2 km: 9:30	2 km: 11:30	100 m: 2:00	100 m: 2:20
masters 46-50	2 km: 10:00	2 km: 12:00	100 m: 2:10	100 m: 2:30
masters 51-55	2 km: 10:30	2 km: 12:30	100 m: 2:20	100 m: 2:40
masters 56-60	2 km: 11:00	2 km: 13:00	100 m: 2:30	100 m: 2:50
masters v/a 61	2 km: 11:30	2 km: 13:30	100 m: 2:40	100 m: 3:00

Deelname aan Open Meerkampen van de Nederlandse Vijfkampbond staat vrij aan iedere sporter en geschiedt op eigen verantwoordelijkheid. Van sporters wordt verwacht dat zij de regels van de UIPM kennen. De Nederlandse Vijfkampbond beveelt alle (met name oudere) sporters een doktersverklaring aan, en aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan lijf of goed, al dan niet voortkomend uit deelname.

Bij Vijfkamp worden wedstrijdpunten afhankelijk van de prestatie per onderdeel verdiend. Zo kunnen mannen 1.000 wedstrijdpunten per onderdeel verdienen door 3 km te lopen in 10:00, 200 m te zwemmen in 2:30, 172 schijfpunten te schieten en 70% victoires bij het schermen te scoren; met paardrijden kunnen maximaal 1.200 wedstrijdpunten worden verdiend. Vrouwen kunnen 1.000 wedstrijdpunten per onderdeel verdienen door 3 km te



**Olympische Moderne Vijfkamp:**  
voor sporters met talent en doorzettingsvermogen

lopen in 11:20 en 200 m te zwemmen in 2:40; schermen, schieten en paardrijden als bij mannen. Zo behaalden de huidige Wereldkampioenen (de Let Edvinas Krungolcas en de Poolse Marta Dziadura) op het WK 2006 respectievelijk 5.588 en 5.356 punten.

De eisen voor het Nationale Vijfkampkruis in de Olympische Moderne Vijfkamp liggen uiteraard significant lager dan dit topsportniveau. Zo zouden de wedstrijdpunten voor de vijf minimumprestaties voor jeugd, junioren en senioren opgeteld overeenkomen met ca. 2.200 wedstrijdpunten voor mannen en ca. 2.000 voor vrouwen. De uitdaging is dus om op een redelijk niveau te presteren in vijf verschillende sporten.

#### Veel oefenmogelijkheden, met name ook in schermen

Naast de twee kruiswedstrijden worden er ook diverse meerkampen in de Olympische Moderne Vijfkamp georganiseerd door de Afdeling Schermen en Moderne Vijfkamp van de SV Putten. Verder bieden de vele trainingen en wedstrijden onder auspiciën van de KNAS (Koninklijke Nederlandse Algemene Schermbond) en de KMSV (Koninklijke Militaire Schermvereniging) de gelegenheid om dit onderdeel met directe tegenstanders te beoefenen.

#### Selectie van events in de Olympische Moderne Vijfkamp en schermen

datum	naam wedstrijd	plaats	land	meer informatie
27.01	Wintermeerkamp	Ermelo	NL	<a href="http://www.svputten.nl">www.svputten.nl</a>
01.02	Masters Winter Cup	München	D	<a href="http://www.pentathlon.org">www.pentathlon.org</a>
28.01	Sista Cup	Amsterdam	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
04.02	Ferrum Vetum '07/1	Arnhem	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
10.02	29 <sup>e</sup> Donartournooi	Groningen	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
17.02	NK Degen Veteranen	Diepenveen	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
18.03	17 <sup>e</sup> Eggertoernooi	Purmerend	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
20-22.03	109 <sup>e</sup> Assaut (SPK1)	Den Helder	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
01.04	Degentournooi	Vlaardingen	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
07.04	Ferrum Vetum '07/2	locatie?	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
07.04	Open meerkamp + NJK	Ermelo	NL	<a href="http://www.pentathlon.nl">www.pentathlon.nl</a>
15.04	4 <sup>e</sup> VOC-Cup 2007	Hoor	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
20-22.04	Masters EuropaCup	Neuss	D	<a href="http://www.pentathlon.org">www.pentathlon.org</a>
22.04	Vlaaientoernooi	Venlo	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
27.04	SPK2	Amsterdam	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
27-28.04	Open meerkamp + NK	Schijndel/Doom	NL	<a href="http://www.pentathlon.nl">www.pentathlon.nl</a>
28-29.04	NK Schermen 2007	Wageningen	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
27.05	Domtoernooi	Utrecht	NL	<a href="http://www.knas.nl">www.knas.nl</a>
15.06	SPK3	Weert	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
29-30.06	Veluwecup	Ermelo	NL	<a href="http://www.svputten.nl">www.svputten.nl</a>
31.08	SPK4	locatie?	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
22-23.09	Open meerkamp	Ermelo/Putten	NL	<a href="http://www.pentathlon.nl">www.pentathlon.nl</a>
05.10	SPK5	locatie	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
09.11	SPK6	Soesterberg	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
14.12	SPK7	locatie?	NL	<a href="http://www.kmsv.nl">www.kmsv.nl</a>
datum ?	Meerkamp Valiant	't Harde	NL	<a href="http://www.svputten.nl">www.svputten.nl</a>
datum ?	Oliebollenmeerkamp	Ermelo	NL	<a href="http://www.svputten.nl">www.svputten.nl</a>

Naast deze modernevijfkamp- en schermwedstrijden worden er in aanvulling op zelfstandige voorbereiding ook vele trainingsmogelijkheden en landelijke oefenwedstrijden in lopen, zwemmen, schieten, schermen en paardrijden georganiseerd onder auspiciën van de KNAU, KNZB, KNSA, KNAS en KNHS. Kijk regelmatig op deze websites voor updates.

- **Stephan Blaas**, breedtesportcoördinator van de Nederlandse Vijfkampbond: 'We gaan met nieuw élan aan de slag om mooie wedstrijden te organiseren op diverse plekken in Nederland. Zo plannen we een trial op 7 juli op het schitterende Landgoed Maarsbergen in de onderdelen lopen + schieten + paardrijden, waarbij lopen en schieten volgens nieuw UIPM-concept worden gecombineerd – net als bij de biatlon'.
- **Marius van Zeijts**, voorzitter van de KMSV: 'Wij willen meer samenwerken met de Vijfkampbond. Gezien de militaire achtergrond van onze vaak degenschermende leden is er een natuurlijke verbondenheid. Daarom willen we op een van onze degentoernooien samen met de Vijfkampbond lopen + schieten + schermen aanbieden'.
- **Rita van Driel**, directeur van de Nederlandse Vijfkampbond en de KNAS: 'We werken dit jaar aan een nieuwe contributiestructuur waarbij leden van de Nederlandse Vijfkampbond toegang krijgen tot bepaalde wedstrijden van de KNAS. Meer tegenstanders op degen is goed voor de Vijfkampbond en goed voor de KNAS'.
- **Benny Elmann-Larsen**, de Nederlandstalige voorzitter van de Deense Vijfkampbond: 'Ik lees de berichten van de Vijfkampbond met veel belangstelling. Ook in Denemarken zijn er maar weinig sporters met voldoende talent en ambitie om deze hoogstaande multisport te kunnen beoefenen. Wij werken al samen met de Zweedse Vijfkampbond en willen ook wedstrijddeelname over en weer met Nederland stimuleren'.

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.

<sup>1)</sup> Voor masters vanaf 41 jaar gelden andere tijden voor het lopen en zwemmen.

<sup>2)</sup> Ruiters kunnen ter kennismaking buiten mededinging met een eigen paard deelnemen. Voor het Nationale Vijfkampkruis is een geloot paard vereist.

**Ga naar de website van de Nederlandse Vijfkampbond om meer nieuwsbrieven te lezen »**

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

[meer informatie](#) [print](#)

