



NIEUWS OVER DE MILITAIRE VIJFKAMP (2 juli 2007)

Raymond Ploem verbetert Nederlands record

Op 27-28 juni namen 210 militairen deel aan het Nederlands Kampioenschap Militaire Vijfkamp, dat werd gehouden op de Generaal-majoor de Ruyter van Steveninck Kazerne in Oirschot. Bij de heren werd het Nederlands record Militaire Vijfkamp (gemeten sinds 2005) verbeterd door de nieuwe Nederlands Kampioen, Commando 1 Raymond Ploem:

NK Militaire Vijfkamp 2007: Nederlands Kampioenen 2007				
	Cdo1 Raymond Ploem (27)		Fus1 Anouska Lievaart (24)	
	prestatie	punten	prestatie	punten
lopen	29:59,0	971	15:21,0	1.129
zwemmen	0:30,4	1.022	0:32,0	1.072
schieten	10+10+10	1.140	8+9+6	732
hindernisbaan	2:37,5	1.110	3:11,0	1.154
werpen	116 pt + 49m	950	102 pt + 30m	720
totaal		5.193		4.807

Raymond Ploem ([Korps Commandotroepen](#)) nam de titel Nederlands Kampioen bij de heren over van eerste-luitenant Marino Verhaar (Genie) door diens winnende scores uit 2005 (5.170 punten) en 2006 (5.184 punten) te verhogen naar een nieuw Nederlands record van 5.193 punten. Fuselier 1 Anouska Lievaart ([13 MechBrig](#)) behield bij de dames de titel Nederlands Kampioen door haar score uit 2006 (4.716 punten) te verhogen naar van 4.807 punten. Het Nederlands record bij de dames staat op naam van Sgt1 Renate van der Hoek, die in 2005 4.858 punten scoorde. Bij de veteranen werd majoor (R) Harald Kraaij ([CIOR](#)) met 4.719 punten Nederlands Kampioen. De Nederlandse Militaire Vijfkamp ploeg bereidt zich inmiddels onder auspiciën van het [Bureau Internationale Militaire Sport \(BIMS\)](#) voor op het Wereldkampioenschap Militaire Vijfkamp 2007, dat op 14-21 oktober 2007 in Hyderabad (India) wordt georganiseerd.

[Militaire Vijfkamp](#) (lopen, zwemmen, schieten, hindernisbaan,werpen) bestaat uit vijf onderdelen die in een samenhangende wedstrijd worden afgelegd: 8 kilometer veldloop (4 km voor dames); 50 meter zwemmen met hindernissen; drie maal 10 schoten met het persoonlijk wapen (Diemaco of Glock); 450-500m hindernisbaan; en juistheids- en vertworpen met een werpgewicht. Militaire Vijfkamp is een uitdagende multisport omdat het prestaties in vijf onderdelen vereist die in korte tijd na elkaar moeten worden neergezet. Ieder van de prestaties resulteert in een puntenaantal. Militaire Vijfkamp (sinds 2005 de opvolger van de ZMV: Zware Militaire Vaardigheid) staat internationaal onder auspiciën van [CISM](#), de militaire equivalent van het [IOC](#).

Tijdens dit door het Ministerie van Defensie georganiseerde Nederlands Kampioenschap werden uitstekende prestaties neergezet. Zo steeg het percentage atleten dat voldeed aan de eisen voor het Nationale Vijfkampkruis NOC*NSF (voor het hoogste niveau in de Militaire Vijfkamp) van 17% in 2006 naar 18% in 2007, ondanks dat de eisen dit jaar voor bepaalde leeftijdscategorieën fors zijn aangescherpt. Er namen veel detachementen-ten deel, waaronder van de KMS (28), de KMA (21), de [Koninklijke Marechaussee](#) (20) en de Genie (19 sporters). In totaal voldeden 38 deelnemers aan de eisen voor het Nationale Vijfkampkruis in de Militaire Vijfkamp: 20 voor de eerste, 10 voor de tweede en 8 voor de derde keer sinds het Nationaal Kampioenschap Militaire Vijfkamp in 2005 werd ingesteld en het Nationale Vijfkampkruis in de Militaire Vijfkamp wordt verleend.

Het Nationale Vijfkampkruis NOC*NSF is een onderscheiding die door de Nederlandse Vijfkampbond wordt toegekend aan sporters die leeftijdsafhankelijke punteneisen in de Militaire Vijfkamp of in de Olympische Moderne Vijfkamp behalen en mag door militairen op het uniform worden gedragen. De sporters die voor de eerste keer aan de eisen in de Militaire Vijfkamp voldeden ontvingen het Nationale Vijfkampkruis uit handen van [Henk Gemser](#), topsportbestuurslid NOC*NSF.

Deze periodieke newsflash is ontworpen om sporters en vrijwilligers te informeren over:
- de [Nationale Sportmedaille](#) (lopen, zwemmen, springen, zelfverdediging,werpen).
- de [Militaire Vijfkamp](#) (lopen, zwemmen, schieten, hindernisbaan,werpen); en
- de [Olympische Moderne Vijfkamp](#) (lopen, zwemmen, schieten, schermen, paardrijden);
De Nederlandse Vijfkampbond heeft de uiterste zorg besteed aan de juistheid van de gegevens in dit bericht en is niet aansprakelijk voor eventuele fouten of omissies. Neem voor meer informatie contact op met de Nederlandse Vijfkampbond, Sportlaan 18, 5242 CR Rosmalen, E secretaris@nederlandsevijfkampbond.nl, T 073-5280063.

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.



Commando 1 Raymond Ploem (Korps Commandotroepen) verhoogde het Nederlands record Militaire Vijfkamp van 5.184 naar 5.193 punten (foto: B. Freeth)



