



ER ZIJN DRIE SOORTEN VIJFKAMP
DE MULTISPORT VOOR DOORZETTERS



NIEUWS OVER DE OLYMPISCHE MODERNE VIJFKAMP (1 februari 2008)

Amersfoort lanceert trainingscyclus voor NK in april

De nieuwe vijfkampvereniging in Amersfoort start met ingang van 3 februari 2008 opnieuw een cyclus van 10 trainingen voor de Olympische Moderne Vijfkamp op zondagmorgen. De vorig jaar gestarte formule 'bikkelen en met de brunch weer thuis' wordt dus wegens succes geprolongeerd. Bovendien wordt het aantal beschikbare slots uitgebreid tot 20 sporters, waarvan 10 voor nieuwe leden.

Zo krijgen ook nieuwe en beginnende vijfkampers zo de kans om zich in korte tijd in een geconcentreerd programma voor te bereiden op de kruiswedstrijd van 19-20 april 2008 in Amersfoort. Deze wedstrijd is een van vier gelegenheden in 2008 waarop het Nationale Vijfkampkruis NOC*NSF kan worden behaald, en geldt (in bepaalde categorieën) ook als Nederlands Kampioenschap en WorldCup Masters.

De trainingen vinden plaats op zondagmorgen 3, 17 en 24 februari, 2, 9, 23 en 30 maart, 6 en 13 april van 08:30 tot 12:30. Het programma en de trainers:

1. 08:30-09:30 **schieten**: Rob Hetterscheid, A-trainer KNSA, voorheen chef d'équipe Nationale Militaire Pistoolploeg (schietmateriaal beschikbaar);
2. 09:45-10:45 **schermen**: maître Frank Wijnants, schermleerleraar-C KNAS, voorheen coach Nationale Militaire Schermploeg (schermmateriaal beschikbaar);
3. 11:15-12:15 **zwemmen**: Ruben Jongkind, trainer team Aprendo met onder andere Nederlands Kampioenen triathlon (lopen, zwemmen, fietsen);
4. 12:30-13:00 **lopen**: onder leiding van de snelste loper.

Ruiters wordt geadviseerd om **paardrijden** zelfstandig op basis van individueel niveau te oefenen. Aangezien de Vijfkampbond spronghoogteklassen op basis van bewezen individuele rijvaardigheid in overeenstemming met de KNHS-regels heeft geïntroduceerd, is springen niet in dit trainingsprogramma opgenomen. Wel biedt de vijfkampvereniging Amersfoort aan begin en einde van de trainingscyclus een oefenparcours aan als nulmeting en laatste vooroefening voor de kruiswedstrijd.

De trainingen vinden plaats rond het MRC op de Bernhardkazerne aan de Barchmann Wuytierslaan 198 in Amersfoort en staan open voor militairen en niet-militairen. [Klik hier om je aan te melden](#) voor deze cyclus vijfkamptrainingen – welkom!

De periodieke nieuwsflits is er 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 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 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 van NOC*NSF (sinds 1931) zijn onderscheidingen voor fysieke prestaties.



De Olympische
Moderne Vijfkamp:
niet voor iedereen weggelegd



meer informatie [print](#)

