

Ausschreibung

SSF Nikolaus-Cup Moderner Fünfkampf

9. Dezember 2023 / Fechtzentrum und Sportpark Nord



Ausrichter	SSF Bonn, Abteilung Moderner Fünfkampf		
Veranstalter	Verband für Modernen Fünfkampf NRW		
Wettkampfleitung	Andrea Horn, mfk@ssfbonn.de		
Veranstaltungsort	Fechtzentrum Am Neuen Lindenhof 2 (Wegbeschreibung s.u.) / Sportpark Nord (SPN) , Kölnstraße 250, Bonn (Laufen/ LaserRun, Schwimmen, Mini-OCR/ OCR)		
Datum	9. Dezember 2023		
vorläufiger Zeitplan	08:45 Uhr	Anmeldung und Begrüßung , Casino Fechtzentrum	
	09:00 Uhr	U9/U11/U13 U15/U17	Mini-OCR , Sporthalle Fechtzentrum LaserRun , Stadion SPN
	10:00 Uhr	U9/U11 U13 U15/U17	Kinderlauf , Außenbahn im Stadion SPN Laufen , Stadion SPN OCR , Rüdiger-Menz-OCR-Anlage im Stadion SPN
	10:30 Uhr	U9-U17	Schwimmen , SPN-Schwimmhalle
	12:00 Uhr (ca.)	Siegerehrung und Nikolausfeier , Casino Fechtzentrum	
Wettbewerbe	U9/11	3-Kampf	Kinderlauf 600 m / Schwimmen 25+50 m / Mini-OCR*
	U13	3-Kampf	Laufen 800 m / Schwimmen 100 m / Mini-OCR*
	U15	4-Kampf	OCR / LaserRun 4x400 m, 4x5 Treffer 7,25 m / Schwimmen 100 m
	U17	4-Kampf	OCR / LaserRun 4x600 m, 4x5 Treffer 10 m / Schwimmen 200 m
	U9/11/13		Schnupper-LaserRun, Turnier (1 Treffer), keine AK Wertung

***Mini-OCR-Parcours:** Pendellauf mit kindgerechten Hindernissen (z. B. Armzug liegend auf schräger Ebene, drunter-drüber Kastenelemente, Seitflanke über Kasten, Wende)
Video zu einem exemplarischen Aufbau und Durchlauf:

https://1drv.ms/v/s!AjVyubSpo-skqcksc6FZ1VQQyzzr_A?e=sE2vum

Buffet Fechtzentrum, Casino

Meldungen **bis 6. Dezember 2023**
Im Training bei Kersten und Alex
oder per Email an mfk@ssfbonn.de.
Hinweis für nicht-SSF-Abteilungsmitglieder: Wir bitten um eine möglichst frühzeitige Anmeldung mit Angabe von: Name/Vorname, Geburtsjahr, Verein oder Schule.
Zusätzlich für AK U13-U17: bitte Schwimm- und Laufzeit angeben.

Nikolausfeier und Buffet

Während des Wettkampfes wird ein kostenloses Buffet sowie Wasser und Kaffee im Casino im Fechtzentrum bereitgestellt. Hier finden auch die Nikolausfeier statt, zu der wir alle Kinder und Eltern (SSF und nicht-SSF) herzlich einladen. Für das Buffett bitten wir um Unterstützung in Form von Kuchen und sonstigem - gerne auch weihnachtlichem - Fingerfood. Unser Sparschwein freut sich zudem über Spenden für unsere Kinder- und Jugendarbeit in der Abteilung MFK.



Vielen Dank im Voraus für die Unterstützung!

Datenschutz

Während der Veranstaltung werden Foto- und Videoaufnahmen für die Öffentlichkeitsarbeit der Abteilung Moderner Fünfkampf im SSF und des Landesverbandes für Modernen Fünfkampf NRW erstellt. Hierbei können Aktive und Zuschauer zu sehen sein. Mit der Anmeldung an dem Wettkampf erklären Sie hierzu Ihr Einverständnis. Sollten Sie nicht einverstanden sein, bitten wir, von einer Anmeldung abzusehen.

Teilnahmeberechtigung

Teilnehmen können Kinder und Jugendliche mit Mitgliedschaft in einem Sportverein.

Haftungsausschluss

Der SSF Bonn und die Abteilung Moderner Fünfkampf haften nicht für eventuell auftretende Unfälle oder Schäden im Rahmen dieser Veranstaltung.

Wir freuen uns auf alle Aktive und Gäste am 9. Dezember 2023 in Bonn!

Dr. Andrea Horn
(Wettkampfleitung/Abt. MFK SSF Bonn)

Joachim Krupp
(Präsident Landesverband MFK NRW)

Wegbeschreibung

Fechtzentrum/Casino

- Anmeldung und Begrüßung
- Siegerehrung und Nikolausfeier

Casino im Fechtzentrum

Casino im Fechtzentrum/OFC Bonn,
Am Neuen Lindenhof 2,
53117 Bonn

Weg zum Casino

- Vom großen Parkplatz Fußweg zum Fechtzentrum,
- vom Rondell aus Treppe hinunter zum Sportlereingang,
- im Gebäude hoch in die 1. Etage zum Casino.

