

Ausschreibung

15. SSF Cup Moderner Fünfkampf

14. März 2026

Ausrichter	SSF Bonn, Abteilung Moderner Fünfkampf
Veranstalter	Verband für Modernen Fünfkampf NRW
Sportstätten	Sportpark Nord (SPN), Kölnstraße 250, 53117 Bonn (Schwimmen, Mini-OCR, Laufen)

Wettbewerbe

U07 (ab 2020)	3-Kampf	Mini-OCR / Kinderlauf ca.600 m / Schwimmen 50 m
U09 (2018-2019)	3-Kampf	Mini-OCR / Kinderlauf ca.600 m / Schwimmen 50 m
U11 (2016/2017)	3-Kampf	Mini-OCR / Kinderlauf ca.600 m / Schwimmen 50 m
U13 (2014/2015)	3-Kampf	Mini-OCR / LaserRun 1xSchießen+800 m / Schwimmen 100 m
U15 (2012/2013)	3-Kampf	Mini-OCR / LaserRun 4x400 m / Schwimmen 100 m

Mini-OCR – Lass Dich überraschen!

Es handelt sich um einen Geschicklichkeitslauf durch einen kindgerechten Hindernisparcours. Der Parcours wird erklärt; es ist keine Vorbereitung notwendig.

Zeitplan (vorläufig)

Ggf. notwendige	08:30 – 09:00 Uhr Registrierung (kleine Fechthalle)
Anpassungen werden	09:15 – 10:15 Uhr Mini-OCR (kleine Fechthalle)
per Email mitgeteilt.	10:30 – 11:30 Uhr Schwimmen (Schwimmbad)
	12:00 – 13:30 Uhr Laufen und LaserRun (Stadion)

Vor den Starts gibt es in jeder Disziplinen Zeit zum Aufwärmen.

Meldungen

Bis 10. März 2026 an mfk@ssfbonn.de

Alle Kinder der SSF-Abteilung Moderner Fünfkampf sind automatisch gemeldet.

Wir freuen und über Meldungen für Kinder aus anderen Vereinen und Abteilungen sowie von Schulen bis zum 10. März per Email an mfk@ssfbonn.de mit Angabe von Name und Vorname, Geschlecht, Geburtsdatum, Verein/Schule, Schwimmzeit.

Buffet

Es wird ein Wettkampfbuffet am Tribüneneingang im Stadion angeboten. Wir würden uns freuen, wenn alle Abteilungsmitglieder einen kleinen Beitrag zum Buffet mitbringen würden. Kuchen und Fingerfood können bei der Anmeldung oder am Buffetstand abgegeben werden. Für Kaffee und Wasser ist gesorgt. Unser Sparschwein freut sich zudem über Spenden für unsere Kinder- und Jugendarbeit im SSF Bonn. Vielen Dank im Voraus für Ihre und Eure Unterstützung!

Datenschutz und Haftungsausschluss

Mit der Anmeldung wird für jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer eine kostenlose Jahreslizenz im online-Portal des Deutschen Verbandes für Modernen Fünfkampf (DVMF) eingerichtet. Diese berechtigt zur Teilnahme an Wettkämpfen der angeschlossenen Verbände im Modernen Fünfkampf im Jahr 2026.

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.

Der Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Verlust von Gegenständen und Schäden jeglicher Art. Eine Absicherung der an dieser Breitensportveranstaltung teilnehmenden Sportler und Sportlerinnen ist *unabhängig* von einer Mitgliedschaft in den SSF oder in einem anderen Sportverein über die ARAG-Sportversicherung nach den geltenden Bestimmungen (www.ARAG-Sport.de) gewährleistet. Im Übrigen gelten die gesetzlichen Regelungen.

Mit der Anmeldung an dem Wettkampf erklären Sie zu den vorgenannten Punkten Ihr Einverständnis. Sollten Sie nicht einverstanden sein, bitten wir, von einer Anmeldung abzusehen.

Wir freuen uns auf Euch, Eure Freunde und MitschülerInnen und alle weiteren Gäste!

Igor Thom
(MFK SSF Bonn)

Klaus-Jürgen Eggert
(Präsident Landesverband MFK NRW)