

Moderner Fünfkampf- der ideale Athlet

1. Allgemeines:

Der moderne Fünfkampf besteht aus den fünf Disziplinen:

- Degenfechten (jeder gegen jeden)
- Schwimmen (200m Freistil)
- Springreiten(Parcours aus ca. 400m mit 12 Hindernissen)
- Combined (Mischung aus Laserschießen auf 10m Entfernung und 4x800m Lauf).



Im Gegensatz zum Triathlon werden die fünf Disziplinen nicht unmittelbar nacheinander ausgeführt, sondern mit Zeitabstand. Die erzielten Leistungen werden in Punkte umgerechnet und addiert.

Das Besondere am Modernen Fünfkampf sind die sehr unterschiedlichen Anforderungen an den Sportler in den unterschiedlichen Einzeldisziplinen. Sind bei den organischen Disziplinen Laufen und Schwimmen Kraft und Ausdauer gefragt, kommt es bei den technischen Disziplinen Schießen und Fechten auf Konzentrationsfähigkeit und schnelles Reaktionsvermögen an. Die Disziplin Reiten hingegen erfordert einen ausgeprägten Gleichgewichtssinn, Einfühlungsvermögen und Feingefühl im Umgang mit dem Partner Pferd. Der Trainingsaufwand für diese Sportart ist dementsprechend hoch.

Ins Leben gerufen wurde die Sportart von Pierre de Coubertin, dem Initiator der Olympischen Spiele der Neuzeit. Ziel dieser Sportart sollte der ideale Athlet sein.

2. Geschichte

Der Moderne Fünfkampf, das Kind der modernen Olympischen Spiele!

Als sich am Ende des 19. Jahrhunderts die maßgeblichen Persönlichkeiten um Pierre de Coubertin anschickten, die Olympischen Spiele der Neuzeit zu gestalten, wollten sie in Anlehnung an den antiken Pentathlon der Griechen einen ähnlichen Wettkampf der Vielseitigkeit einführen.

Quellen:

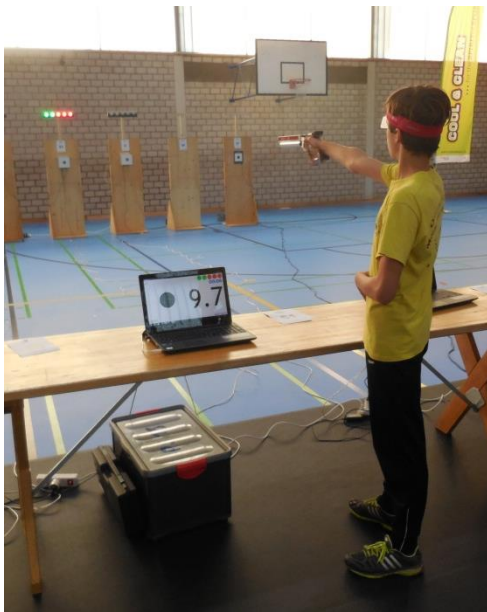
1. www.blmf.de

2. www.pentathlonsuisse.ch/allgemein/geschichte

3. [www.wikipedia/moderner Fuenfkampf.de](http://www.wikipedia/moderner_Fuenfkampf.de)

4. [paradisi.de/Fitness_und_Sport/Sonstige Sportarten/Moderner_Fuenfkampf](http://paradisi.de/Fitness_und_Sport/Sonstige_Sportarten/Moderner_Fuenfkampf)

Moderner Fünfkampf- der ideale Athlet



Bei der Suche soll ihnen folgende Legende eines schwedischen Offiziers gedient haben: Beim Durchführen eines Meldeauftrags an seinen König bestieg dieser Offizier das erstbeste Pferd und ritt los. Doch beim Feindkontakt wurde das Pferd tödlich getroffen. Er selber wurde angegriffen und verteidigte sich mit Pistole und Degen. Nach langem Laufen querfeldein musste er einen gewaltigen Fluss durchschwimmen. Gänzlich erschöpft brachte er die entscheidende Botschaft glücklich ans Ziel.

Seit den Olympischen Spielen 1912 in Stockholm gehört der Moderne Fünfkampf zum Olympischen Programm. In den 80er Jahren lief der Moderne Fünfkampf Gefahr, seine Olympiatauglichkeit zu verlieren. Nicht die Vielseitigkeit, sondern einzelne Disziplinen und vor allem der Wettkampfablauf mit fast einer Woche Dauer wurden in Frage gestellt. Die nötigen Reformen wurden durchgeführt und die Sportart ohne Substanzverlust der modernen Welt angepasst. Heute werden internationale Wettkämpfe wie Weltcup, Europa- und Weltmeisterschaften jährlich durchgeführt:



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden in gleichgroße Halbfinalfelder eingeteilt und bestreiten an einem Tag alle Disziplinen (ohne Reiten). Je nach Anzahl der Startenden erreichen die je neun, zwölf oder achtzehn Bestklassierten den Final der 36 Besten. Dieser Final wird nach einem Tag Pause mit allen fünf Disziplinen wiederum innerhalb eines Tages durchgezogen. In drei Tagen absolvieren die Spitzenleute also auf höchstem Wettkampfniveau zwei Fechtwettkämpfe (Degen, jeder gegen jeden auf einen Treffer, oft stundenlang), zweimal 200 m Schwimmen, einen Reitparcours mit zugelostem Pferd und zwei Combined Events (4 mal Schießen auf 5 Treffer mit 4 mal 800m Lauf jeweils nach

Quellen:

1. www.blmf.de
2. www.pentathlonsuisse.ch/allgemein/geschichte
3. [www.wikipedia/moderner Fuenfkampf.de](http://www.wikipedia/moderner_Fuenfkampf.de)
4. [paradisi.de/Fitness_und_Sport/Sonstige Sportarten/Moderner_Fuenfkampf](http://paradisi.de/Fitness_und_Sport/Sonstige_Sportarten/Moderner_Fuenfkampf)

Moderner Fünfkampf- der ideale Athlet

jedem Schießen).

Seit den Olympischen Spielen 2000 in Sidney sind im modernen Fünfkampf auch die Frauen olympisch vertreten. An Olympischen Spielen gibt es jeweils 36 Startplätze weltweit, wobei jedes Land maximal zwei Vertreter/-innen stellen darf. Der Qualifikationsmodus wird jedes Jahr neu mit dem Internationalen Olympischen Komitee (IOC) definiert. In der Regel gibt es eine Qualifikationsphase von 12 Monaten, während denen über kontinentale Meisterschaften, Weltmeisterschaften und die Weltrangliste die meisten der Plätze vergeben werden.

3. Trainingszeiten und Trainer

Der SV Wangen bietet ein Training im Laufen und Schießen an. Reiten, Fechten und Schwimmen erfolgt in anderen Sportvereinen. Die Koordination mit anderen Vereinen, so wie die Meldung zu Wettkämpfen und Lehrgängen erfolgt über den SV Wangen.

	<p>Olejarz Gregor Abteilungsleiter Diplom Sportlehrer Bayrischer Jugendwart</p> <p>Bei Interesse: Mobil:01735387994 Telefon: 08151/739873 E-Mail: gregor.olejarz@kieser-training.com</p>
	<p>Olejarz Astrid Übungsleiter Breitensport im Kinder- und Jugendbereich C-Leistungstrainer im Modernem Fünfkampf Bayrische Jugendsprecherin</p>

4. Erfolge:

Siehe auch unter www.blmf.de

Quellen:

1. www.blmf.de
2. www.pentathlonsuisse.ch/allgemein/geschichte
3. www.wikipedia/moderner Fünfkampf.de
4. paradisi.de/Fitness_und_Sport/Sonstige Sportarten/Moderner_Fuenfkampf