

## Ausschreibung

### 13. SSF Cup Moderner Fünfkampf

4. Oktober 2025 / Sportpark Nord

|              |  |
|--------------|--|
| 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 SSF Cup

|                        |         |   |
|------------------------|---------|---|
| <b>U09</b> (ab 2017)   | 3-Kampf | Mini-OCR / Kinderlauf ca.600 m / Schwimmen 50 m |
| <b>U11</b> (2015/2016) | 3-Kampf | Mini-OCR / Kinderlauf ca.600 m / Schwimmen 50 m |
| <b>U13</b> (2013/2014) | 3-Kampf | Mini-OCR / Laufen 800 m / Schwimmen 100 m       |
| <b>U15</b> (2011/2012) | 3-Kampf | Mini-OCR / Laufen 800 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 und Sportstätten

|   |   |
|---|---|
| Vorläufig, geringfügige Anpassungen sind möglich und werden per eMail kommuniziert. | 08:30 – 09:00 Uhr Registrierung (Kleine Fechthalle)       |
|   | 09:15 – 10:00 Uhr Mini-OCR (Sporthalle)                   |
|   | 10:30 – 11:30 Uhr Schwimmen (Schwimmbad)                  |
|   | 12:00 – 13:00 Uhr Laufen (Stadion)                        |
|   | Vor Wettkampfbeginn gibt es jeweils Zeit für ein Warm Up. |

#### **ca. 13:15 Siegerehrung (Stadion)**

Altersklassenwertung, geschlechtergetrennt

#### Meldungen

#### **Meldeschluss: 1. Oktober 2025**

Alle Kinder der SSF-Abteilung Moderner Fünfkampf sind automatisch gemeldet. Meldungen für Kinder aus anderen Vereinen und Abteilungen sowie von Schulen erbitten wir bis zum 1. Oktober per E-Mail an [mfk@ssfbonn.de](mailto:mfk@ssfbonn.de) unter Angabe von: Name/Vorname, Geburtsjahr, Verein/Schule, Schwimmzeit

## **Buffet**

Es wird ein Buffet mit kostenlosen Speisen und Getränken angeboten.

Wir freuen uns, wenn alle Abteilungsmitglieder einen kleinen Beitrag zum Buffet mitbringen. Kuchen, Fingerfood, Obst können am Buffetstand im Stadioninnenraum 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**

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.

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 im SSF oder in einem anderen Sportverein über die ARAG-Sportversicherung nach den geltenden Bestimmungen ([www.ARAG-Sport.de](http://www.ARAG-Sport.de)) gewährleistet. Im Übrigen gelten die gesetzlichen Regelungen.

Wir freuen uns auf Euch, Eure Freude und MitschülerInnen und alle weiteren Gäste am 4. Oktober 2025!

Igor Thom  
(MFK SSF Bonn)

Klaus-Jürgen Eggert  
(Präsident Landesverband MFK NRW)