

## Internationale Deutsche Meisterschaften 2023 im Modernen Fünfkampf in Bonn

### **Der Moderne Fünfkampf wird noch vielseitiger**

Vom 18. Mai bis 20. Mai 2023 finden in Bonn im Sportpark Nord die Internationalen Deutschen Meisterschaften (IDM) im Modernen Fünfkampf statt. 67 Top-Athletinnen und -Athleten aus 12 Nationen werden nach Bonn kommen. Auch ein Anlass, auf die anstehenden Veränderungen in dieser vielseitigen Sportart zu schauen.

### **Mit dem OCR wird der Moderne Fünfkampf attraktiver und zugänglicher**

Seit Ende 2022 steht fest: Die „Obstacle Discipline“ wird nach den Olympischen Spielen 2024 in Paris das Reiten endgültig ersetzen. Der neue Hindernisparcours oder einfach „OCR“ genannt für Obstacle Course Racing besteht aus sechs fixen sowie zwei variablen Hindernissen, darunter Riesenrad, Schwebebalken, Stufen, Klettergerüst, Zielwand. Die insgesamt acht Hindernisse sind auf einer Strecke von 60 bis 70 Metern zu überwinden.

Der Moderne Fünfkampf wird mit dieser fünften Disziplin noch abwechslungsreicher und hat gute Chancen, beim Publikum und Nachwuchs deutlich an Beliebtheit zu gewinnen. Die TV-Show „Ninja Warrior Germany“ mit ihrem spektakulären Extrem-Hindernisparcours zählt inzwischen auch in Deutschland zu den beliebtesten Show-Formaten.

### **Dem Nachwuchs sind Klettern und Hangeln noch vertrauter**

Die sportliche Variante OCR ist die ideale Ergänzung für ein ganzheitliches Training. Denn hier werden Kraft, Beweglichkeit und Koordination der Fünfkämpfer weiter gesteigert. Dem Nachwuchs ist der Moderne Fünfkampf jetzt früher zugänglich, da das Reiten wegfällt.

„Kinder haben den Vorteil, dass der OCR ihrem natürlichen Bewegungsbedürfnis entspricht, sodass sich diese Disziplin optimal in ihre motorische Entwicklung integrieren lässt. Erwachsene tun sich meist schwerer, weil sie oftmals das Klettern und Hangeln verlernt haben“, sagt Dr. Andrea Horn, Vizepräsidentin des Verbands für Modernen Fünfkampf NRW und Sportwissenschaftlerin.

### **Veränderungen im Modernen Fünfkampf sind nichts Neues**

Der Moderne Fünfkampf, der aus dem antiken Pentathlon hervorgeht, hat sich in den letzten über 2.700 Jahren immer wieder neu erfunden. Aus Diskuswerfen, Speerwerfen, Weitsprung, Laufen und Ringen wurden Reiten, Fechten, Schießen, Schwimmen und Laufen. Der Moderne Fünfkampf wurde in dieser Form erstmals 1912 bei den Olympischen Spielen in Stockholm ausgetragen. Seitdem hat sich der fünftägige Wettkampf zu einem Ausscheidungswettkampf mit einem kompakten dreistündigen Finale entwickelt.

[2.367 Zeichen inkl. Leerzeichen]

### **>> Zur Geschichte des Modernen Fünfkampfs**

<https://www.fuenf-nrw.de/verband/historie/geschichte/zur-geschichte-des-modernen-fuenfkampfs>

### **>> Impressionen OCR-Läufe beim Weltcup in Ankara im April 2023**

[https://vimeo.com/806421108/6241813b8a?embedded=true&source=vimeo\\_logo&owner=3579979](https://vimeo.com/806421108/6241813b8a?embedded=true&source=vimeo_logo&owner=3579979)

## Top-Athleten aus 12 Nationen kommen nach Bonn

67 Top-Athletinnen und -Athleten aus 12 Nationen gehen an den Start, darunter der Deutsche Meister 2022 **Marvin Dogue** (OSC Potsdam, Olympiakader) und der Deutsche Meister der Junioren 2022 **Pele Uibel** (Wasserfreunde Spandau 04, Perspektivkader), die Deutsche Meisterin 2022 **Rebecca Langrehr** (TSV Spandau 1860, Perspektivkader), die Deutsche Vizemeisterin 2022 **Esther Fernandez Donda** (SCC Berlin, Perspektivkader) sowie **Aurora Tognetti** und **Alice Rinaudo** aus Italien und **Anna Jurt** aus der Schweiz. Aus NRW nehmen **Christoph Lemken** und **Sarah Dicks** vom Neusser Schwimmverein 1900 teil.

Die IDM im Modernen Fünfkampf werden in diesem Jahr in vier Disziplinen ausgetragen: Fechten, Schwimmen, Laufen und Schießen (Laser-Run). Am Samstag, 20. Mai, ab 9 Uhr treten die Finalisten im Bonusfechten und Schwimmen an. Der finale Laser-Run der Frauen startet ab 10:30 Uhr. Die Siegerehrung im Stadion des Sportparks Nord ist für 12:30 Uhr geplant. Der Eintritt ist frei.

## Wettkampf-Überblick IDM 2023

Zeitraum	Do, 18. Mai - Sa, 20. Mai 2023
Hauptaustragungsort	Sportpark Nord, Bonn Kölnstraße 250, 53117 Bonn
Finale am Samstag, 20.5.	Bonusfechten (kleine Fechthalle) 9:00 - 9:30 Uhr – Frauen 9:40 - 10:10 Uhr – Männer  Schwimmen 9:50 - 10:10 Uhr – Frauen 10:30 - 10:50 Uhr – Männer  Finaler Laser-Run (Stadion) 10:30 - 10:50 Uhr – Frauen 11:10 - 11:30 Uhr – Männer  Siegerehrung: 12:30 Uhr - 13:00 Uhr - Eintritt frei
Angemeldet	67 Fünfkämpfer/-innen aus 12 Nationen plus Trainer-Teams
Veranstalter	Deutscher Verband für Modernen Fünfkampf e. V.
Ausrichter	Verband für Modernen Fünfkampf NRW

## PRESSEINFORMATION

Bonn | Dienstag, 16. Mai 2023 |

Verband für Modernen Fünfkampf NRW

Verband für  
Modernen Fünfkampf 



Plakat IDM 2023 Bonn



Neue zukünftige 5. Disziplin: Obstacle Course Racing (OCR)

Foto: DVMF

## PRESSEKONTAKT

Informationen, Koord.  
Fotos, Videos ...

**Yvonne Grünenwald**

**0176 216 44 204**

[yg@bonninski.de](mailto:yg@bonninski.de)

## Kontakt Verband NRW

Vizepräsidentin Sport

Dr. Andrea Horn

0163 5002420