

# Extra info t.b.v. DK Militaire Vijfkamp

## 6. Bijzonderheden proeven

### Woensdag 15 mei : **SCHIETPROEF :**

- Melden in geb. 150 (KEK)
  - Vanaf 07.00 tot uiterlijk 10.00 uur (minimaal 45 minuten voor aanvang van uw eerste proef).
  - Tenue is GVT. Dubbele gehoorbescherming en oogbescherming (ballistische bril) tijdens de schietproef is **verplicht**. Dient u zelf mee te nemen. *Peltoren zijn wel beschikbaar.*
  - Eigen wapens mogen niet worden meegenomen in KEK- of sportgebouw.
  - Zelfstandig checken van persoonsgegevens bij de ingang van geb. 150 (KEK) voordat u zich gaat melden. Evt. wijzigingen doorgeven bij melden.
  - Bij het melden wordt uw wedstrijdnummer op de hand geschreven. Dit wedstrijdnummer houdt u het gehele kampioenschap.
  
- Er wordt geschoten met Colt (SRIM zonder vergroter)
- 24 minuten voor aanvang van uw schietproef dient u op de schietbaan aanwezig te zijn.
- MVK REGLEMENT 2024 Hoofdstuk II 1. SCHIETEN.
  - a) Denk aan de drie (3) patroonmagazijnen, die u mee dient te nemen t.b.v. de schietproef.
  - b) Bij het Colt schieten wordt de kopschijf gebruikt (20 x 40 cm).
  - c) Bij het Glock schieten wordt **een aangepaste** rompschijf gebruikt. **(De schijf is smaller, de randen zijn omgebogen zoals bij het DK schieten)**



- Op de deur van de baan kunt u zien welke serie er op dat moment aan het schieten is, bovendien wordt dit serienummer omgeroepen!!
- Aanvangstijd 1e serie: 08.00 uur Colt en één serie schiet de oefening. Volgende serie wacht op de banken op de baan. En de daarop volgende serie wacht buiten de deur.
- De HSI/Baancommandant laat de wachtende serie, die buiten staat, binnen en geeft de indeling van de banen aan, laat plaats nemen op de bank en laat munitie en headset in ontvangst nemen.
- De wachtende serie die op de bank zit, mag na oproep plaats nemen op het schietpunt.
- De deur wordt gesloten en gaat niet meer open voordat die serie is afgeschoten.

- Bij de tweede schietproef, het snelvuur binnen 45/30 sec, zullen de schijven **niet** wegklappen.
- Bij wisseling wordt de schietende serie gecontroleerd op de veiligheidsmaatregelen op het wapen, daarna raapt de schutter de lege hulzen op en levert deze samen met de niet verschoten patronen in, bij het munitiepunt.
- Het schietpunt wordt verlaten. Bij de uitgang van de baan dient u ongevraagd het wapen met magazijnen te tonen aan de HSI/Baancommandant.
- Er kan worden gekozen tussen het schieten met Colt (SRIM zonder vergroter) en de Glock 17, die bij de Koninklijke Landmacht in gebruik zijn. Aan het wapen mogen géén modificaties zijn aangebracht. De wapenriem van de Colt mag niet worden gebruikt. Overige bepalingen conform het KL schietreglement.

### **Woensdag 15 mei WERPPROEF:**

- De werpproef wordt afgenomen op de werpaccommodatie naast de hindernisbaan.
- Inwerpen op inwerplocatie is mogelijk.
- U bent als deelne(e)m(st)er zelf verantwoordelijk voor het tijdig verplaatsen van het inwerpen naar de afnamelocatie, waar u zich uiterlijk 5 minuten voor de aangegeven werptijd dient te melden bij de prestart.  
Bent u hier te laat dan sluit u achteraan aan in de wachtrij.  
U wordt opgeroepen om naar het u toegewezen werppunt te gaan!!
- Indien u niet op de voor u geplande tijd kunt werpen wordt uw werpmoment in overleg met de aanwezige sportinstructeur afgestemd.
- Deelnemers die op hun geplande werptijd klaar staan hebben voorrang!
- Indien gewenst kunt u zich omkleden in de sporthal.
- Zorg voor het juiste TENUUE; zie reglement.

### **Woensdag 15 mei HINDERNISBAANPROEF:**

- De proef wordt afgenomen op de **Internationale Hindernisbaan**.
- Er wordt gestart in de omgekeerde volgorde zoals de stand is na de resultaten van het schieten en handgranaat werpen. (de nr's 1 en 2 starten als laatste).
- U dient de "CHIP" om de enkel te bevestigen.
- Er wordt geen demonstratie van de proef gegeven.
- Start 1e lo(o)p(st)er om ± 14.30 uur (men is zelf verantwoordelijk om op tijd te zijn); daarna per minuut 2 deelnemers.
- Er kan van 12.30 tot 14.15 uur ingelopen worden op de hindernisbaan, daarna is een warming-up op het grasveld /atletiekbaan mogelijk.
- Zorg voor het juiste TENUUE; zie reglement.
- 3 minuten vóór uw start, wordt u opgeroepen voor de pré-start.  
U dient zich dan zo spoedig mogelijk te melden.
- Voor afwijkende bepalingen t.a.v. het niet hoeven nemen van hindernissen zie MVK reglement 2024 hoofdstuk 2 punt E, F en G.
- Bij onjuiste uitvoering van een hindernis hanteert het jurylid de volgende procedure: fluiten en aanwijzen van de deelnemer, welke de hindernis verkeerd uitvoert. U dient dan zonder protest de hindernis opnieuw te nemen.
- Onderweg dient u te wisselen van binnen- en buitenbaan op juiste wijze.
- De tijd stopt nadat u de finish gepasseerd bent, daarna krijgt u van een jurylid uw eindtijd te horen.
  - Bij eventuele vragen kunt u zich wenden tot de wedstrijdleiding van de hindernisbaan.

### **Donderdag 16 mei ZWEMPROEF:**

Na afname van de hindernisbaanproef, wordt de startvolgorde voor de zwemproef opgehangen bij het zwembad en zal deze gepubliceerd worden op de WhatsApp via de QR-code Militaire Vijfkamp.

- ❑ De zwemproef wordt afgenomen in het 25m bad van de RvS kazerne.
- ❑ Het zwembad is op 16 mei geopend vanaf 07.15 uur.
- ❑ De startvolgorde is volgens het tussenklassement na 3 proeven. De nr 1 start als 1<sup>e</sup>, nr 2 als 2<sup>e</sup> etc. (Alle categorieën starten dus door elkaar).
- ❑ Vanaf 07.25 uur bestaat voor de 1e serie de mogelijkheid om 5 minuten in te zwemmen. Seriegrootte: ± 25 personen.
- ❑ Elk volgend halfuur starten we met een nieuwe serie van 25 zwemmers.
- ❑ Inzwemtijd tussen de series bedraagt 5 minuten.
- ❑ Om 07.30 uur is de start van de eerste zwem(st)(m)er.
- ❑ Na het inzwemmen wordt u, d.m.v. het noemen van uw naam, door de voorstarter verzocht zich bij het startblok op te stellen.

### **Donderdag 16 mei Veldcross:**

- ❑ Er wordt direct na de eerste vier zwemseries een startlijst opgemaakt voor de cross. Deze wordt bij het zwembad en bij de start opgehangen!
- ❑ De beste 25 deelnemers na het zwemmen zullen om 11.30 uur starten met de cross conform de "jachtstart". Deze atleten dienen om 09.00 uur hun startnummer op te halen bij het wedstrijdsecretariaat achter het zwembad (wedstrijdwagen).
- ❑ U dient uw "Chip" om de enkel te dragen.
- ❑ Het bevestigen van het startnummer (op de borst) middels **veiligheidsspelden, zelf meenemen.**
- ❑ Alle overige atleten worden met een massastart weg gestart om ± 11.50 uur. Vanaf 11.00 uur kunnen zij hun wedstrijdchip ophalen. Na de finish (verlaten van de fuik) dient men de chip weer in te leveren bij de organisatie.
- ❑ Ook bij de "jachtstart" starten alle categorieën door elkaar. Iedere deelnemer is er zelf verantwoordelijk voor dat hij op tijd is voor de start!
- ❑ Het parcours is niet op spikes te lopen.
- ❑ Melden bij de startlocatie van de cross is op het voetbalveld (achter zwembad)!
- ❑ Inlopen op het parcours is op de wedstriiddag mogelijk tot 10.45 uur!!!! Parcoursinformatie komt op de wedstrijd wagen te hangen achter het zwembad
- ❑ Mannen leggen het 4 kilometer parcours 2x af (8 km), de vrouwen 1x (4km)

### **7. Prijsuitreiking / prijzen**

- ❑ Deze zal plaatsvinden om ± 15:30 uur, in het KEK-gebouw 150.
- ❑ DK prijzen:  
**Heren < 36:** nr's 1, 2 en 3      **Dames <36:** nr's 1, 2 en 3  
**Heren >36 en <45:** nr's 1, 2 en 3      **Dames >36:** nr's 1, 2 en 3  
**Heren >45** : nr's 1, 2 en 3

In elke leeftijdscategorie zal een Defensiekampioen uit worden geroepen.

De KL onderdeelteams kunnen hierbij ook punten scoren voor de CLAS-bokaalcompetitie **HEREN**.