

magazin **Fechtsport**



Youth Olympic Games

Die Zukunft des deutschen Fechtens



ETHENEA
managing the Ethna Funds



SAMUEL UNTERHAUSER
FÜNFTER BEI JUGEND-
SPIELEN IN NANJING



HARTUNG IN DER
DOSB-ATHLETEN-
KOMMISSION

Die Verpackung macht's!

Waffentasche Ultra

10 cm hoch

Art.-Nr. 14219

29,- Euro



Waffentasche Ultra

Plus 15 cm hoch

Art.-Nr. 14218

35,- Euro



Waffensack Junior

Art.-Nr. 14213

46,50 Euro



Rollbag Junior

Art.-Nr. 14251

65,- Euro



Rollbag Fencing

Art.-Nr. 142505

113,- Euro



Fecht-Rucksack groß

Art.-Nr. 14211

69,- Euro



Rollbag Twin

Art.-Nr. 142502

169,- Euro



Rollbag Jumbo Spezial

Art.-Nr. 142508

225,- Euro



Weitere interessante Produktneuheiten unter:
www.uhlmann-fechtsport.de/105005.jpg



Jetzt aus Polyester – noch widerstandsfähiger!

Neues Design!

Weitere Neuheiten!

Alle Preise inkl. MwSt.

www.uhlmann-fechtsport.de

uhlmann
FENCING

Uhlmann Fechtsport GmbH & Co. KG · Umlandstraße 12 · D-88471 Laupheim/Germany · Telefon +49 (0)7392 9697-0 · Fax +49 (0)7392 969779 · info@uhlmann-fechtsport.de

14513 Teltow Fechtsport Kindermann, Iserstraße 8–10, Haus 2, Tel. + Fax 03328 308173 · **20255 Hamburg** Fechten im Norden, Friederike Janshen, Wiesenstraße 47, Tel. 040 69081165 · **32427 Minden** Adam Robak, Ringstrasse 93/97, Tel. 0162 6921240 · **50767 Köln** Fechtsport H. Lieffertz, Eibenweg 1, Tel. 0221 795254, Fax 0221 7904633 · **53111 Bonn** Andreas Müller, Breite Straße 93, Tel. 0228 695960 · **63069 Offenbach/M.** Hansjoachim Langenkamp, Blumenstraße 120, Tel. 069 845566, Fax 069 83837278 · **80339 München** Andreas Strohmaier, Fechtsport München, Bergmannstraße 3, Tel. 089 58939274, Fax 089 58939273

Wir sind Weltmeister



Hans Dieter Lammer

Die deutschen Säbelfechter haben einen historischen Titelgewinn bei den Weltmeisterschaften im russischen Kazan errungen. Der Erfolg ist kein Zufallsprodukt. Vielmehr war es aufgrund der sportlichen Entwicklung dieser Disziplin in den letzten Jahren eine Frage der Zeit, bis sich der verdiente Erfolg einstellte. Es ist das Ergebnis jahrelanger, intensiver Teamarbeit. Dass der WM-Triumph in diesem Jahr gelingen konnte, deutete das Team um Bundestrainer Vilmos Szabo bereits mit Bronze bei der EM in Straßburg an. Mit Britta Heidemanns Silbermedaille bei der WM und Peter Joppichs Bronzemedaille bei der EM durften wir uns über weiteres Edelmetall freuen.

Diese Freude ist allerdings nicht ungetrübt, täuscht sie doch nicht über die weniger erfreuliche Gesamtbilanz der vergangenen Wettkampfsaison hinweg. Erstmals gab es keine Medaillengewinne bei der Kadetten- und Junioren-WM, lautete die ernüchternde Bilanz. Allerdings ist es nicht nur dieses schwache Abschneiden, sondern auch die immer größer werdende Distanz zu den erfolgreichen Nationen. Dieser Abwärtstrend bereitet große Sorgen. Die Platzierungen unserer Mannschaft, die über lange Zeit immer eine Bank waren, bei EM und WM, zeigen, wie schwer es wird, sich mit den Teams für die Olympischen Spiele in Rio de Janeiro 2016 zu qualifizieren.

Die Saison ist Vergangenheit, die neue hat bereits begonnen. Am 1. April 2015 startet die Olympia-Qualifikationsphase. Die Ausgangspositionen werden durch den geänderten Wettkampfkalender der FIE bereits ab Oktober 2014 vergeben. Es bleibt daher kaum Zeit für Regeneration. Wir müssen uns bestens vorbereitet mit unseren Konkurrenten messen.

Trainer und Sportler werden versuchen, ihren Traum von Olympia zu verwirklichen. Unserer Unterstützung können sie sich sicher sein. Nicht nur, weil die finanzielle Zukunft des DFB nicht unerheblich mit ihrem Erfolg verbunden ist.

Es ist zudem unabdingbar, die Strukturen des DFB zukunftsorientiert zu gestalten. Wer Verantwortung übertragen bekommt, muss mit Kompetenzen ausgestattet werden, um die Zielvorgaben zu erfüllen. Wenn unsere Trainer für Erfolge sorgen sollen, dann muss ihnen auch der notwendige Rahmen dazu gewährt werden. Der sich immer schneller verändernde internationale Fechtstil muss so früh wie möglich den für den Nachwuchs zuständigen Trainern im DFB, den Landesverbänden und Vereinen vermittelt werden. Nur so können wir auch zukünftig im Konzert der erfolgreichen Nationen mitspielen. Diesen Anspruch sollten wir alle haben. Unser Nachwuchs ist unsere Zukunft. Insofern sind wir alle aufgerufen, die Voraussetzungen für die Erfolge der Zukunft zu schaffen und notwendige Veränderungen mitzutragen.

Hans Dieter Lammer
Vizepräsident Jugend und Sport

FECHTFORUM	4
OLYMPIC YOUTH GAMES Braun und Unterhauser bei Mini-Olympia	6
BUCHTIPP „Kleiner Mond“ schildert China hautnah	8
DFB „Zentren für Nachwuchs- leistungssport greifen an!“ Saar-Verband wirbt mit Flashmob für das Fechten	10 20
DFJ-INTERVIEW-SERIE Der Mann hinter dem Turnier	12
HISTORIE Fechten – die adlige Kunst	14
PORTRÄT Rita König ist neue SMT-Chefin	18
SERIE Rat aus der Sportmedizin Erstbehandlung bei Sportverletzungen Die Präsidenten der Landesverbände im Gespräch: Birgit Uder	22 25
FECHT-TIPPS	24
AMTLICHE NACHRICHTEN Informationen zu den Fechtpassverlängerungen 2015	26
FECHTERJUGEND International wie nie	26
LANDESVERBÄNDE Berlin Nordbaden Rheinland Nordrhein-Westfalen, Saar Schleswig-Holstein, Südbaden	27 27 28 29 31
MENSCHEN DES SPORTS Mary: 50 Jahre Fechten Egon Gehlen für 80 Jahre Vereinsmitgliedschaft geehrt Daniel Zimmermann gestorben	32 33 33
TERMINE	34
IMPRESSUM	34



Feierliche Übergabe der restaurierten Fechterplastik in Dresden Foto: Dresdner FC von 1998

Fechterplastik in Dresden wiedererrichtet

Nach 60 Jahren erstrahlt die Bronzeplastik eines Fechters des Bildhauers Richard König in Dresden in neuem Glanz. Die über Jahrzehnte im Lapidarium der Stadt verstaubte Figur wurde auf Initiative von Ralph Prater und seines Vereins, des Dresdner Fecht-Clubs 1998, restauriert – dank vieler Spenden von Fechtern und Freunden des Sports. Die feierliche Übergabe der restaurierten Statue an das Sportzentrum Dresden erfolgte anlässlich des 60-jährigen Jubiläums der Sportschulen. Die Restauration der 1905 fertig gestellten Bronzefigur hatte der Kunstschmiedemeister Holger Schlegel übernommen. Die Statue war nach Bombenangriffen 1945 geborgen und danach gelagert worden.

Die Fechter in Dresden gründeten 1886 ihre erste Abteilung Fechten innerhalb des Allgemeinen Turn Verbandes. Der Tradition der Sportart und seinem Aushängeschild, dem Fechter, fühlen wir uns weiterhin verpflichtet. Deshalb werden alle Informationen zu der Plastik auf einer Website des Dresdner Fecht-Clubs (www.dresdner-fecht-club.de) der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt. In Deutschland gibt es kaum eine künstlerisch wertvollere Figur als Symbol der Sportart Fechten.



Fechter-Skulptur in Lausanne Foto: Schirmer

Fechtstatue II

Im Garten des Olympischen Museums in Lausanne steht seit einigen Monaten auch eine Fechter-Skulptur. Geschaffen wurde die bronzene Figur in Kampfhaltung von dem tschechischen Künstler Vaclav Cesak. IOC-Präsident Thomas Bach freut sich zwar, dass in dem Park am Ufer des Genfer Sees neben Skulpturen wie der der Lauffliegende Emil Zatopek und anderen einstigen Aus-

nahmeathleten nun auch ein Kunstwerk als Symbol seines Sports steht. Allerdings war der einstige Florettfechter, der 1976 mit der Mannschaft Olympia-Gold holte, nicht ganz zufrieden: Die Statue zeigt nämlich einen Degenfechter.

DFB setzt auf eigenen Social-Media-Manager



Vassili Golod
Foto: privat

Seit dem 1. September steht Vassili Golod beim Deutschen Fechter-Bund als Social-Media-Manager unter Vertrag. Der 21-jährige Student ist als freier Journalist unter anderem für NDR und WDR im Einsatz und ist beim DFB vorrangig für die Facebook-Präsenz verantwortlich. „Vassili Golod hat schon 2010 bei der EM in Leipzig als junger Volunteer im Pressebereich überzeugt. Er hat nicht nur einen tollen Job gemacht, sondern außerdem alle mit seiner sympathischen und frischen Art begeistert“, sagte DFB-Geschäftsführerin Karin Strauch. „Daran hat sich bis heute nichts geändert – das zeigen auch die Videos unserer Fechterjugend. Wir werden zusammen in Zukunft einige spannende Projekte realisieren. Ich bin mir sicher, dass es dafür viele ‚Likes‘ geben wird.“ Auch Golod selbst freut sich auf die neue Herausforderung: „Ich fechte seit meinem fünften Lebensjahr und freue mich, dass ich den DFB mit meinem beruflichen Know-how unterstützen darf. Ohne soziale Netzwerke geht heute gar nichts mehr. Ich bin sicher, dass wir gemeinsam mit unseren Sportlern und dem Verband einen Weg finden, das Netz auf unseren großartigen Sport aufmerksam zu machen.“

Hartung in DOSB-Athletenkommission gewählt

Säbel-Weltmeister Max Hartung ist in die Athletenkommission des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) gewählt worden. Die Fechter haben sich national schon immer für die Belange der Sportler engagiert. Vor Hartung waren auch unter anderen Claudia Bokel und Thomas Bach in den Athletenkommissionen des deutschen Dachverbandes aktiv. Neuer Vorsitzender der Athletenkommission ist Ex-Ruderweltmeister



Max Hartung

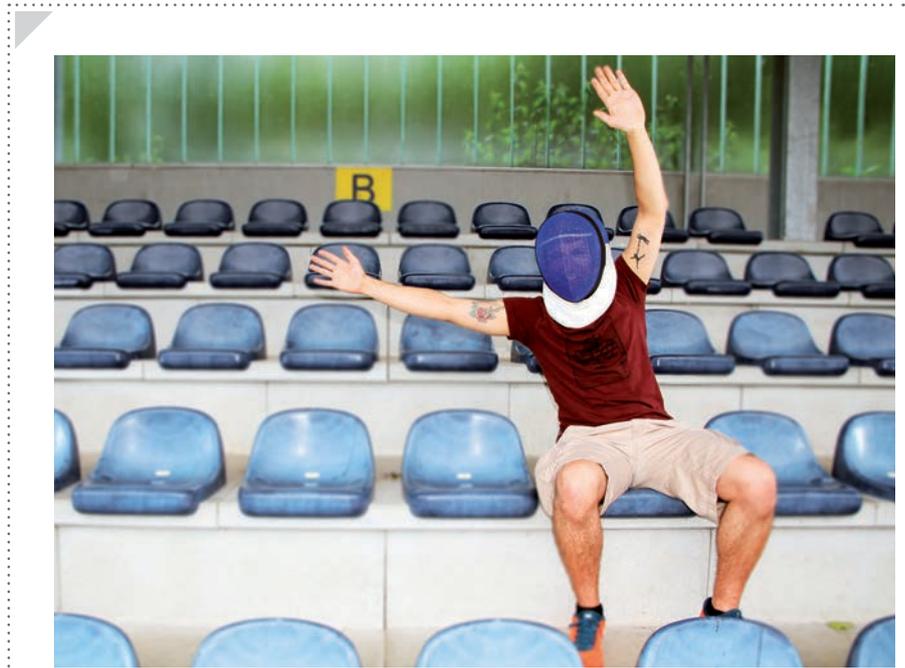
Foto: Olaf Wolf

Christian Schreiber. Er übernimmt das Amt von Christian Breuer, der den Vorsitz auf der Mitgliederversammlung des DOSB am 6. Dezember 2014 in Dresden an Schreiber übergeben wird.

„Nahrungsergänzungsmittel“: Neue DOSB-Broschüre gibt Orientierung

Mit der neuen Broschüre „Nahrungsergänzungsmittel“ gibt der DOSB für Sportler, Trainer und Betreuer eine Hilfestellung und Orientierung zur bedarfsgerechten Ernährung im Alltag und Leistungssport. Diese Handreichung ist in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), dem Zentrum für Präventive Dopingforschung der Deutschen Sporthochschule Köln und der Nationalen Anti Doping Agentur (NADA) entstanden.

Im Faktencheck werden typische Situationen aus dem Leistungssport und häufig gestellte Fragen beantwortet. Die Broschüre soll daher eine wichtige Orientierung zu Fragen der Notwendigkeit und Vertrauenswürdigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln bieten und zugleich im Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln sensibilisieren. Insofern erweitert sie das Statement des Wissenschaftlichen Beirats des damaligen Deutschen Sportbundes



Lasst euch etwas einfallen – der Fotowettbewerb der dfj.

SommerMASKE 2014: Einsendeschluss verlängert!

Die Deutsche Fechterjugend, das *fechtSport-Magazin* und allstar/uhlmann suchen die „SommerMASKE 2014“. Wir haben die Suche verlängert. Neuer Einsendeschluss ist jetzt passend zum Ende der Sommerzeit der 26. Oktober. Schickt uns eure Fotos in maximaler Auflösung an maske2014@fechterjugend.de. Wir haben schon viele tolle Einsendungen erhalten, wünschen uns aber noch viele mehr. Macht mit und knipst euch mit ein bisschen Glück auf das Cover des *fechtSport-Magazins*. Zu gewinnen gibt es außerdem allstar/uhlmann-Einkaufsgutscheine im Gesamtwert von 200 Euro.

Mitmachen ist kinderleicht: Setzt euch an den ungewöhnlichsten Orten eure Fechtmaske auf und schickt uns ein Foto in möglichst hoher Auflösung. Alles ist möglich: ob beim Schwimmen, Angeln oder Grillen – lasst eurer Kreativität freien Lauf. Eine Jury sucht das beste Bild aus. Das hat gute Chancen, als Cover-Bild eine der nächsten *fechtSport*-Ausgaben zu zieren. Der Gewinner erhält zusätzlich einen Einkaufsgutschein von allstar/uhlmann in Höhe von 100 Euro. Die Plätze zwei und drei gewinnen einen 50 Euro-Gutschein.

vom 14. Oktober 2005 zu diesem Thema. Der Beirat gab schon seinerzeit zu bedenken, „dass seitens der Sportmedizin seit Jahren ein vernünftiger Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln angemahnt wird, weil solche nur in bestimmten Situationen und bei gezielter Indikation erforderlich sind“. Außerdem wurde darauf hingewiesen, „dass die regelmäßige Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln den Glauben an die Machbar-

keit von sportlichen Leistungen durch Präparate jedweder Art fördert und damit zu einer Zunahme der Dopingmentalität beitragen kann“. Und schließlich, so der Beirat, sei „ein mögliches Risiko kontaminierter Produkte, falls nicht jede Charge kontrolliert wird, nicht auszuschließen“.

Die Broschüre steht auf der DOSB-Website online zum Download zur Verfügung.





Im Viertelfinale verlor Unterhauser gegen den Kadetten-Weltmeister und späteren Jugendspiele-Sieger Patrik Esztergalios aus Ungarn mit 10:15.

Foto: George Polster

Olympische Jugendspiele in Nanjing

Gewinn für die Karrieren: Braun und Unterhauser bei Mini-Olympia

Bei den 2. Olympischen Jugendspielen vom 16. bis 28. August in Nanjing waren auch zwei deutsche Fechter am Start: Samuel Unterhauser erreichte einen starken fünften Platz und Fabian Braun, der kurzfristig nachnominiert worden war, kam auf Rang neun. Für beide war das Nachwuchs-Sportgroß-

eignis aber ein großer Gewinn: Sie können sich nun vorstellen, was sie bei den Olympischen Spielen erwarten würde.

„Das ist eine unglaubliche Chance, sich darauf einzustellen, was auf sie zukommen kann. Die Jugendspiele hatten den gleichen Charakter wie Olympische Spiele“, sagte

Teildelegationsleiterin Britta Heidemann. „Deshalb sind diese Jugendspiele ein großer Motivationsfaktor.“ Das Internationale Olympische Komitee (IOC) hat die Jugend-Olympiade mit rund 3800 Athleten aus 205 Ländern – darunter 84 deutsche Sportler – und 222 Wettbewerben in 28 Sportarten aber nicht in erster Linie ins Leben gerufen,



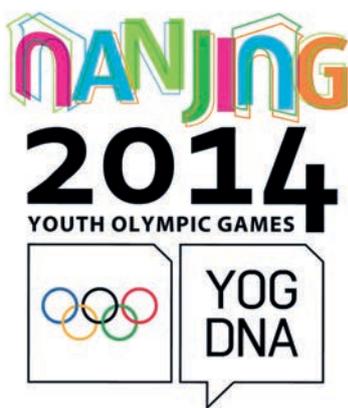
Das deutsche Fecht-Trio bei den Olympischen Jugendspielen: Samuel Unterhauser und Fabian Bauer mit Teilmannschaftsleiterin Britta Heidemann



Fabian Braun wird Neunter in Nanjing.
Fotos:DOSB

um kleine Olympiasieger zu produzieren, die später Großes leisten. Mit einem umfangreichen Kultur- und Kommunikationsprogramm soll vielmehr auch der Austausch unter den Jugendlichen aus aller Welt gefördert und die neuen Generationen von der olympischen Idee begeistert werden. „Die Jugendspiele sind mehr als Sport“, betonte IOC-Präsident Thomas Bach bei der Eröffnungsfeier und ermunterte die Teilnehmer: „Ihr zeigt hier, dass Sport über den Wettkampf hinausgeht. Teilt, lernt, findet neue Freunde rund um den Globus.“

Alles schön und gut. Viele der jungen Athleten wollten aber auch zeigen, was sie sportlich draufhaben. „Was offiziell gesagt wird, ist das eine, was die Athleten denken, etwas anderes“, meinte Heidemann, die 2008 Olympiasiegerin mit dem Degen wurde. „Für die Sportler ist es schon wichtig, was für ein Ergebnis sie im Wettkampf erzielen.“



Dies galt auch für die beiden deutschen Teilnehmer. Der 17-jährige Tauberbischofsheimer Samuel Unterhauser kämpfte sich auf einen hervorragenden fünften Platz: In der Vorrunde verlor er nur ein Gefecht. Im Viertelfinale traf er jedoch auf den Kadetten-Weltmeister und späteren Jugendspiele-Sieger Patrik Esztergalios aus Ungarn und verlor mit 10:15.

Fabian Braun vom FSV Klarenthal, der kurzfristig für die Reise nach China nachnominiert worden war, zeigte sich etwas zu sehr von der Atmosphäre des Großereignisses beeindruckt. Mit einem 10:15 gegen den Kroaten Petar Files verpasste der 17-Jährige vom FSV Klarenthal den Einzug ins Viertelfinale.

„Unsere beiden Teilnehmer erlebten tolle Jugendspiele“, sagte Sven Ressel, Sportdirektor des Deutschen Fechter-Bundes (DFB). „Mit der Teilnahme an den Jugendspielen erhielten beide Fechter einen interessanten Einblick in den großen internationalen Sport. Das soll Ansporn sein für weitere Aufgaben.“

Die alte chinesische Kaiserstadt Nanjing, heute eine Millionen-Metropole, ist der zweite Schauplatz der Olympischen Jugendspiele gewesen. Vor vier Jahren feierte das Großereignis für die Sporttalente auf der Welt in Singapur die Premiere. In dem Stadtstaat hatten die deutschen Fechter Geschichte geschrieben. Mit dem Säbel hatte Richard Hübers damals nicht nur Bronze gewonnen, sondern auch die erste deutsche Medaille bei den Jugendspielen überhaupt. Auch die beiden anderen Starter Nikolaus Bodoczi (Silber) und Anja Musch (Bronze) kehrten mit Edelplaketten und weiteren Karriereplänen zurück. Zumindest für Hübers und Bodoczi erwies sich Mini-Olympia als Sprungbrett: Beide entwickelten sich zu Fechtern von internationalem Format. Nächster Austragungsort der Olympischen Jugend-Sommerspiele ist in vier Jahren Buenos Aires.

Andreas Schirmer



Britta Heidemann ist oft als deutsche Sonderbotschafterin in China.
Fotos: Lübbe-Verlag

„KLEINER MOND“ SCHILDERT CHINA HAUTNAH

Seit Britta Heidemann als 15-Jährige in Peking in die Schule ging, wird sie von ihren chinesischen Freunden Xiao Yue, „Kleiner Mond“, genannt. Den Namen gab ihr die Gastfamilie. Seitdem ist die Degenfechterin aus Köln unzählige Male ins „Reich der Mitte“ zurückgekehrt: zum Studium der Regionalwissenschaften, um dort Olympiasiegerin zu werden oder als Sonderbotschafterin. In ihrem Buch „Willkommen im Reich der Gegensätze“ schildert „Kleiner Mond“ nun das Leben in China hautnah.

Was weiß man über das Land, in dem rund 1,2 Milliarden Menschen leben, über den Vielvölkerstaat mit seinen 56 nationalen Minderheiten, zu denen Tibeter, Mongolen oder Uiguren zählen. Man weiß viel über den wirtschaftlichen Aufschwung Chinas, über Menschenrechtsverletzungen und den Künstler Ai Weiwei oder über den Umweltschutz, weil darüber in den Medien berichtet wird. Über die Menschen, ihr Leben, ihre Marotten und Eigenheiten weiß man hingegen wenig. Britta Heidemann macht deshalb gerade das zum Thema ihres Buches.

„Durch all die Informationen, die häufig ohne umfassende Hintergrundberichte dargeboten werden, bleibt eine Fremdheit gegenüber diesem Land und seinen Menschen bestehen“, schreibt sie. Viele würden beim Stichwort China automatisch an das autoritäre Regierungssystem, an die Wirtschaftsmacht oder Billigkopien denken. „Aber darauf darf man China nicht reduzieren“, sagte Heidemann. Vielmehr sei China ein hochkomplexes Land, in dem viel mehr passiere und zu erleben sein. Deshalb schildert sie bei einem Rundgang durch ihre zweite Heimat Peking die Menschen, die Begegnungen mit ihnen und ihre Beobachtungen.

Sie sah beim chinesischen Brettspiel Mah-Jong zu, beobachtete ältere Herren mit Vogelkäfigen im Park oder eine Menschenschlange vor einem Sexshop, der Gesundheitserhaltungsladen heißt. Sie staunte über den Dauerstau in der Hauptstadt und dass Ampeln dabei keine Rolle spielen, darüber, dass in China gern und überall geschlafen wird oder über typische chinesische Art des Hockens, bei dem beide Füße ganz auf dem Boden sind. Für viele Europäer eine fast uneinnehmbare Stellung.

Die China-Kennerin berichtet über viele Facetten des Alltags der Chinesen und reichert sie mit ebenso viel Hintergrundwissen und Fakten an. Das Buch von Britta Heidemann ist das Buch einer Expertin, aber vor allem einer Autorin, die das Land mit seinen Gegensätzen liebt und schätzt. Und es ist auch das Land, in dem sie ihren größten sportlichen Erfolg feierte: 2008 wurde sie in Peking Olympiasiegerin. Auch darüber berichtet Britta Heidemann – ebenso gern wie über Land und Leute.

AS



**Britta
Heidemann**

Willkommen im Reich der Gegensätze

China hautnah



Lübbe

„Willkommen im Reich der Gegensätze – China hautnah“ (Lübbe-Verlag) heißt das neue Buch von Britta Heidemann.

BÜCHER ZU GEWINNEN

Leser des *fechtsport-Magazins* können das neue Buch „Willkommen im Reich der Gegensätze – China hautnah“ von Britta Heidemann gewinnen. Dazu müssen die folgenden Fragen beantwortet werden:

- 1. Wann und wo wurde Britta Heidemann Olympiasiegerin?**
- 2. Wer war ihre Finalgegnerin?**

Bitte mailen Sie die Antworten bis zum 1. November 2014 mit Angabe Ihrer Adresse an schirmer58@googlemail.com. Sollte die Anzahl der richtigen Antworten die Zahl der vom Lübbe-Verlag zur Verfügung gestellten Bücher überschreiten, werden die Gewinner per Losentscheid ermittelt.



Das Fechtmobil kommt auch bei der neuen Turnierserie zum Einsatz.

Foto: DFB

„ZENTREN FÜR NACHWUCHSLEISTUNGSSPORT GREIFEN AN!“

Die Einführung des achtjährigen Gymnasiums und der Ganztagschule sowie die dadurch verminderte Freizeit sind gesellschaftspolitische Veränderungen, die auch zu einem starken Rückgang der motorischen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen geführt haben. Um dem entgegenzuwirken, soll in der Saison 2014/15 eine Turnierserie mit neuen Wettkampfformen eingeführt werden.

Nur ein langfristiger Leistungsaufbau vom Anfänger- bis hin zum Spitzenbereich mit einer alters- und entwicklungsgerechten Trainingsgestaltung kann diesen Tendenzen entgegenwirken. Insbesondere hat das Nachwuchstraining Voraussetzungscharakter und darf kein Abbild des Trainings im Spitzenbereich darstellen!

Im Fechten ist die Entwicklung von koordinativen Grundlagen und Schnelligkeitsvoraussetzungen sowie die Vermittlung eines breit gefächerten technisch-taktischen Repertoires im Kinder- und Jugendbereich von höchster Bedeutung. Ebenso wichtig erscheint ein Training im konditionellen Bereich – mit Betonung von Stabilisation und Beweglichkeit – als Voraussetzung für eine beschwerdefreie sportliche Karriere sowie zur Sicherung der Belastbarkeit.

Dies bedeutet, dass der Fokus im Anfängertraining nicht ausschließlich auf einer spezifischen Fechtausbildung liegen darf. Vielmehr muss im Grundlagen- und Aufbaubereich möglichst „breit“ und allgemeinsportlich ausgebildet sowie der spezifische Trainingsanteil erst in späteren Jahren sukzessive gesteigert werden.

Um diese Ausbildungsziele auch im Wettkampf abzu prüfen, haben sich die „Zentren für Nachwuchsleistungssport“, der FC Würth Künzelsau, der Fechterring Nürnberg und die Außenstelle des Bundesstützpunkts Heidenheim, die TSG Eisligen, entschlossen, von der Saison 2014/2015 an eine neue Wettkampfform im Kinder- und Jugendbereich einzuführen. Der Mehrwert gegenüber den konventionellen Wettkämpfen liegt auf der Hand:

Die Vorteile des neuen Wettkampfformats im Überblick

- Vielseitige motorische und sportliche Grundausbildung als Basis für spätere Erfolge
- Wettkampfinhalte passen zu Trainingszielen
- Motivation für sportlich talentierte „Späteinsteiger“
- Größere Homogenität des Leistungsniveaus durch neuen Fechtmodus
- Größere Wettkämpfe
- Mögliche Kooperationen mit anderen Sportarten (gemeinsamer allgemeiner Teil)
- Messwerte zur sportlichen Entwicklung

DER NEUE TURNIERMODUS

Die Turniere „Nürnberger Trichter“ (Nürnberg), „Sparkassen Cup“ (Künzelsau) und „EMAG Cup“ (Eisligen) werden zukünftig als kombinierte Wettkämpfe stattfinden, bei denen jeweils ein allgemeinsportlicher Teil und ein Fechtwettkampf stattfinden. Der allgemeinsportliche Teil besteht aus mehreren, unterschiedlichen „Disziplinen“. Insgesamt wird es neun verschiedene Tests geben. Darunter ist das Seilhüpfen, bei dem die Durchschwünge pro Minute gezählt werden oder die Fechtwand, bei der es auf die Anzahl der Treffer pro 40 Sekunden ankommt.

Beide Wettbewerbssteile fließen zu je 50 Prozent in das Endergebnis ein. Sieger des jeweiligen Turniers ist der Sportler, der in der Kombination beider Teile am besten abschneidet. Darüber hinaus werden die drei Wettkämpfe als Turnierserie ausgetragen, sodass es am Ende einen Gesamtsieger pro Altersklasse geben wird.

Die Wettkämpfe finden nicht in den üblichen Altersklassen statt, sondern orientieren sich an den Alterseinteilungen unserer Nachbarationen in Ost und West - es werden immer zwei Jahrgänge zusammengefasst: jüngerer

und mittlerer Schülerjahrgang, älterer Schülerjahrgang und jüngerer B-Jugendjahrgang (langer Säbel), älterer B-Jugendjahrgang und jüngerer A-Jugendjahrgang. Vereinen und Sportlern, die nicht beim allgemeinsportlichen Teil mitmachen wollen, ist es trotzdem möglich, am Fechtturnier teilzunehmen. Die Ausschreibung zur Turnierserie mit detaillierten Beschreibungen der allgemeinsportlichen Teilwettkämpfe ist auf der Homepage des Deutschen Fechter-Bundes im Bereich „Wettkampfkalender“ zu finden.

Die Turnierserie wird jedes Jahr ausgerichtet und bietet somit Trainern, Eltern, Sportlern und Vereinen neben der Analyse der reinen fechterischen Entwicklung auch eine Analyse der Entwicklung sportmotorischer Fähigkeiten. Die ausrichtenden Vereine Eisligen, Künzelsau und Nürnberg hoffen auf eine rege Beteiligung an der neuen Turnierserie sowie darauf, dass dieses Konzept in den nächsten Jahren breite Anerkennung findet und in weiteren Disziplinen umgesetzt wird. Wir sind überzeugt, dass wir einen wichtigen, notwendigen und vielleicht sogar überfälligen Schritt in die richtige Richtung gehen, um nicht den Anschluss an die internationale Spitze zu verlieren.

Dominik Behr/Julian Bielenberg



Deutsche Fechterjugend auf Interview-Tour

DER MANN HINTER DEM TURNIER

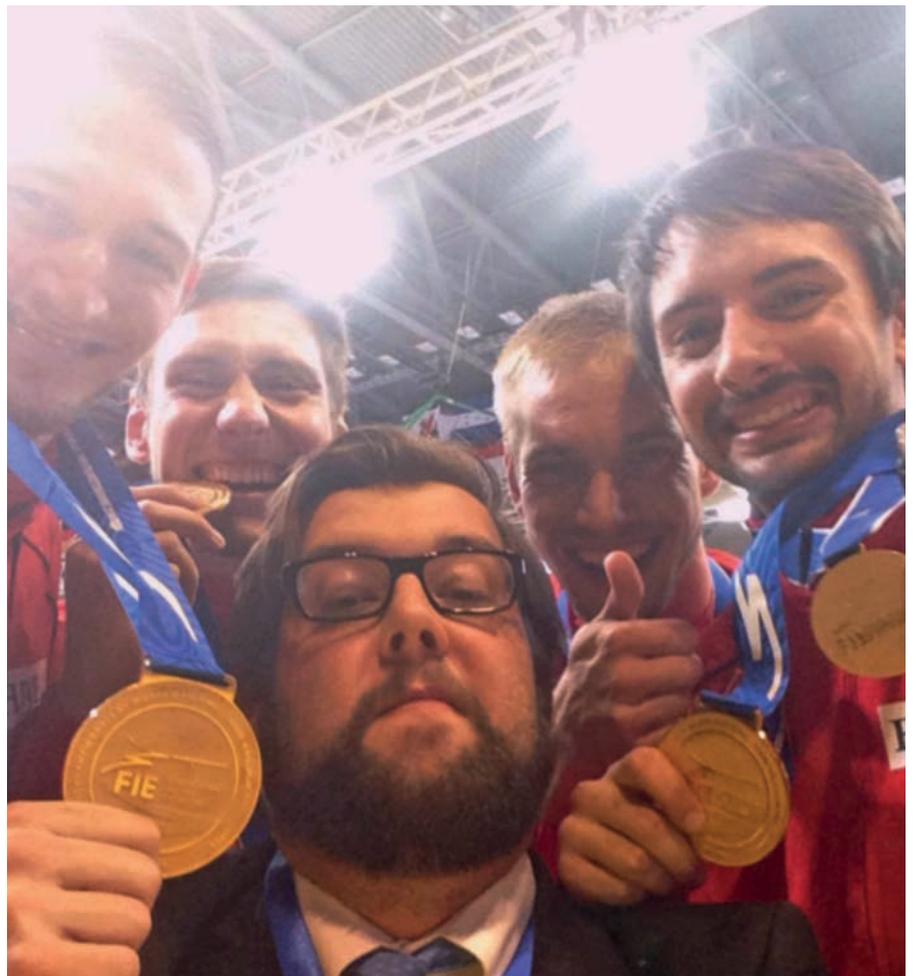
Er ist die Ruhe in Person. Während andere auf der Planche mit vollem Körpereinsatz um jeden Treffer fighten, sitzt er hinter seinem Computer und wartet auf das Ergebnis. Ohne ihn würde vieles nicht funktionieren oder zumindest länger dauern. Seit fast 10 Jahren ist Alexander Böhm freier Mitarbeiter beim Ophardt-Team. Er organisiert Welt- und Europameisterschaften sowie deutsche Meisterschaften. Eine große Verantwortung für einen jungen Mann. Philipp Gorray und Vassili Golod haben sich mit Alexander Böhm zum dfj-Interview getroffen. Es geht um den Reiz der Organisation, lange Turniertage und Weltmeister-Selfies.

W

ir haben uns mit Alexander Böhm im DFB-Hauptquartier in Bonn verabredet. Alex ist pünktlich, schreibt uns aber in einer SMS, dass er vor dem Interview noch kurz in der Halle vorbeischaute. An diesem Tag finden die Rheinischen A-Jugend-Meisterschaften statt. Die Gefechte selbst scheinen ihn nur bedingt zu interessieren. Zielgerichtet geht er in das gläserne Kabuff auf der anderen Seite der Halle und begrüßt die Leute, die hinter den Computern sitzen. „Normalerweise ist das mein Arbeitsplatz am Wochenende“, erzählt Alex, als er später zu uns nach oben kommt. In der Fechtfamilie ist er schon lange kein Unbekannter mehr. Es gibt kaum ein Wochenende, an dem er nicht in einer Sporthalle ist.

MIT 16 JAHREN ZUR WM NACH TURIN

Die Turnierorganisation ist schon lange seine große Leidenschaft. So richtig nachvollziehen können wir das aber ehrlich gesagt nicht. Selbst zu fechten macht Spaß, keine Frage. Gefechte zu jurieren auch – je nachdem, wie Sportler und Trainerstab gerade drauf sind. Aber am Rechner sitzen und immer wieder Ergebnisse eintragen? Na ja.



Selfie mit allen Weltmeistern: Alexander Böhm fotografierte sich auch mit den deutschen Säbelfechtern

Foto: Selfie Böhm



Alexander Böhm (r.) im Interview mit dsj-Reporter Vassili Golod

Foto: Philipp Goray

Alex sieht das anders. „Ich habe selbst Säbel gefochten und schon relativ früh bei Landesmeisterschaften und bei uns im Verein am PC mitgeholfen“, erinnert sich der Mühlheimer. Dann ging alles irgendwie sehr viel schneller als gedacht. Mit 16 Jahren durfte er spontan mit zur WM nach Turin reisen, weil ein Mitarbeiter des Ophardt-Teams kurzfristig absagte. Dort war alles sehr viel größer als bei den Wettkämpfen, die Alex bis dahin kannte. Es herrschte eine ganz besondere Atmosphäre. „Es gucken sehr viele Leute zu und man setzt sich selbst unter Druck, seinen Job vernünftig zu machen. Noch mehr als bei einem normalen Turnier“, berichtet der 25-Jährige. Heute hat er drei Weltmeisterschaften, vier Junioren-WM, zahlreiche EM und etliche andere Turniere auf dem Buckel. Und das soll es noch lange nicht gewesen sein.

TURNIERORGANISATION IST TEAMWORK

Ergebnisse eingeben, Runden setzen, Zeitpläne machen – dieser Ablauf ist für Alexander Böhm längst zur Routine geworden. Ob ein Wettkampf glatt über die Bühne geht oder nicht, hängt aber nicht von ihm allein ab. „So ein Turnier – ob klein oder groß – ist immer ein Zusammenspiel von vielen verschiedenen Leuten und die müssen sehr gut aufeinander abgestimmt sein“, sagt Alex. Von den Organisatoren, über die Kampfrichter und Techniker bis hin zu allen anderen Beteiligten müsse alles passen. „Wenn das läuft, die Chemie stimmt und sich jeder seiner Verantwortung bewusst ist, kann das

ganz gut klappen.“ Dabei kommt es vor allem auf die richtige Einstellung an. Wer seine Aufgaben mit einem hohen Anspruch an sich selbst erledigt, der beugt unnötigen Fehlern vor, meint „der Mann hinter dem Turnier“. In unserem Gespräch stellen wir immer wieder fest: Alexander Böhm denkt und argumentiert wie ein ehrgeiziger Top-Fechter – auf die Planche zieht es ihn aber nicht zurück. „Ich war nie der große Fechter,

die Turnierorganisation hat mir immer sehr viel Spaß gemacht.“ Eine solche Aussage ist ungewöhnlich und wohl einmalig. Aber sie ist auch charakteristisch für diesen Mann.

GELASSENHEIT ALS ERFOLGSGEHEIMNIS

Ruhe und Gelassenheit sind die Alleinstellungsmerkmale von Alex Böhm. Diese Eigenschaften sind auf der Bahn selbst eher hinderlich, daneben sind sie jedoch Gold wert. In einer Sportart, in der es häufiger mal heiß hergeht, ist ein Mann mit kühlem Kopf ein guter Ausgleich. Der Stressfaktor variiert je nach Wettkampf. „Pässe einlesen und Nachrücker berechnen, ist das eine, wenn aber noch verschiedene Leute auf dich zukommen und alle etwas anderes wollen, wird es bunt“, sagt Alex und schmunzelt. An seinem Job liebt er vor allem die Vielfalt. Woche für Woche eine andere Stadt und viele spannende Gespräche mit Menschen, das macht für ihn den Reiz aus. „Man hat mit vielen Leuten zu tun und ist relativ eigenständig in dem, was man macht. Außerdem bin ich so dem Fechtssport verbunden geblieben.“

SELFIES MIT DEN WELTMEISTERN

Der große Mann mit dem Vollbart ist aber längst nicht so trocken, wie er auf den ersten Blick häufig wirkt. In unserem Interview war ihm ein Lächeln zwar nur selten zu entlocken, für ungewöhnliche Aktionen ist er dennoch immer gut. Bei der WM in Kazan (Russland) hatte er sich vorgenommen, mit jedem Weltmeister ein Selfie zu machen. Ein überaus ambitionierter Plan! Zwischen Interviews, Siegerehrung und Dopingkontrolle bahnte sich Alexander Böhm jedes Mal seinen Weg und knipste Bilder mit dem Smartphone, die er auf Facebook veröffentlichte. Die einzelnen Sportler waren darüber mal mehr und mal weniger erfreut. Sein persönliches Highlight war natürlich das Weltmeister-Selfie mit den Dormagener Säbel-Jungs um Nicolas Limbach. „Als ich den Jungs auf der Bahn gratuliert habe, haben sie direkt gesagt: Wir machen gleich ein Selfie zusammen. Das war natürlich eine coole Sache“, erinnert sich Alex, der noch selbst bei Turnieren gegen Max Hartung gefochten hat. Für die nächste WM will sich Alexander Böhm wieder eine neue Aktion überlegen. Wir dürfen also gespannt sein.



Die Interviewserie der dfj

Das Gespräch mit Turnierorganisator Alexander Böhm und alle weiteren Interviews findet Ihr wie immer auf dem YouTube-Kanal der Deutschen Fechterjugend. Auf unserer Fechterjugend-Facebook-Seite versorgen wir Euch außerdem aktuell mit bunten Meldungen rund um den Fechtssport. Klickt Euch rein und schreibt uns. Wir freuen uns auf Fragen, Anregungen, Kritik und kreative Ideen. Gerne auch an info@fechterjugend.de

Fechten – die adlige Kunst: Das geht einem leicht über die Lippen und wird von dem einen oder anderen auch heute noch für wahr gehalten. Dabei ist es die Mode einer längst vergangenen Saison.

Von Ulrich Schülke

Fechten – die adlige Kunst: Das führten zwei Bücher im Titel, aber sie waren von 1570 und von 1612, hatten aber eine Vorgeschichte und einen langen Nachhall, recht genau 200 Jahre.

Schon Hans Sachs hatte in seinem „Fechtspruch“ (1545) das Fechten als *adelich* bezeichnet, aber dort bedeutete es nur, dass auch die Bürger Freizeit hatten, *kurtzweil* – wie es damals hieß, und dass sie sich in der Freizeit den Luxus der Fechtschule leisten konnten wie der Adel mit seinen Vergnügungen: Stechen, Turnieren, Saitenspiel, Singen und Quintieren. Immerhin deutet Hans Sachs an, dass die Meister des langen Schwerts im Dienst der Fürstenhöfe gern gesehen sind.

An den fürstlichen Höfen hatte man Freude am Zeremoniell der bürgerlichen Fechtschulen, gelegentlich machte auch ein Blaublütiger mit – wie ein Prinz des Hauses Württemberg im Jahr 1560 –, und weil Stechen und Turnieren, d. h. Reiterwettkämpfe, immer wieder, zuletzt 1575, Todesopfer gefordert hatten, fand auch der Adel Gefallen an den Fußturnieren, auf denen mit den sogenannten *bürgerlichen Wehren*, Schwert, Spieß, Dolch, Dussack und Stange, gefochten wurde.

Das erwähnte Buch aus dem Jahr 1570 war von Joachim Meyer, seine „Gründliche Beschreibung der freyen Ritterlichen und Adlichen Kunst des Fechtens“ beschrieb die Führung dieser Waffen. Es war dem Pfalzgrafen Johann Casimir gewidmet, und als einzige Neuerung beschrieb es auch die Führung des Rapiers. Das Rapier kommt aus Spanien – dieser Tradition verdanken wir den Begriff *Parade* – und beherrschte als Stoßdegen die zwei Jahrhunderte, in denen man das Fechten tatsächlich als adlige Kunst bezeichnen konnte. Das Buch wurde viermal aufgelegt, zuletzt im Jahr 1660. Mit gleichen Inhalten befasste sich Jakob Sutor in seinem „New Künstlich Fechtbuch“ (1612), das er drei württembergischen Prinzen gewidmet hatte. Sebastian Heußlers „New kunstlich Fechtbuch“ von 1615 ist das erste deutschsprachige Lehrbuch, das allein das moderne Fechten mit dem Rapier (und im Anhang das Fechten mit Rapier und Linkhanddolch) beschreibt. Es beruht auf der Lehre des Italieners Salvatore Fabris aus Padua, der seit 1590 Hoffechtlehrer Christians IV. von Dänemark war, und hatte großen Einfluss auf das Degenfechten des 17. Jahrhunderts. Die Nomenklatur der heutigen Verteidigungspositionen (*Prim, Quart, Quint* usw.) geht auf dieses Werk zurück.

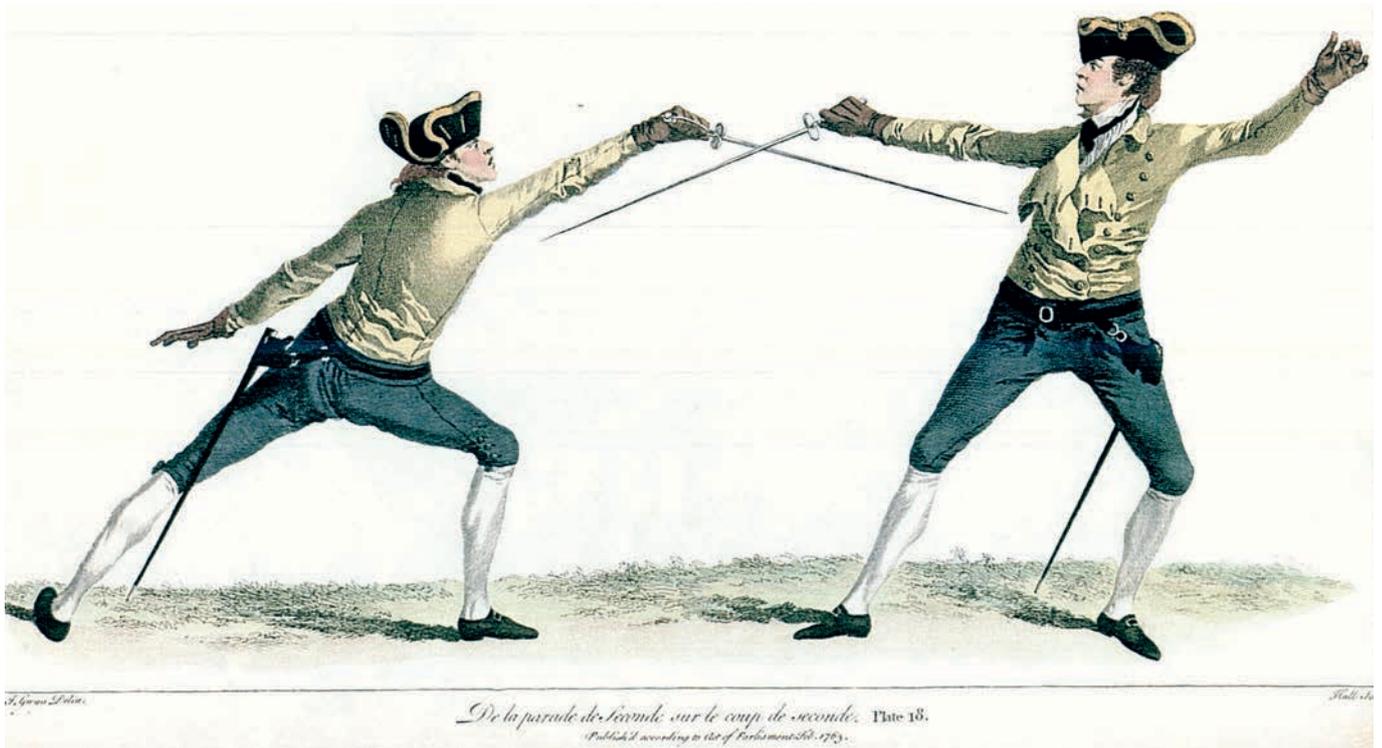
Wie ernst das Fechten an den Fürstenhöfen genommen wurde, zeigt die Tatsache, dass an den neu eingerichteten Ritterakademien Fechten auf dem Lehrplan stand. Ritterakademien: Das waren Ausbildungsstätten für die Diplomaten, die höheren Beamten und die Offiziere der Territorialstaaten des Reiches, und sie standen nur Adligen offen. Als Erste wurde im Jahr 1589 das Collegium illustre in Tübingen gegründet. Es bestand – neben der Universität – bis zum Jahr 1816. Noch vor dem Dreißigjährigen Krieg kam 1599 das Collegium Mauritanum in Kassel dazu. Und dann, dann kam die Katastrophe des Dreißigjährigen Krieges (1618-1648), in der nach Schätzungen drei Viertel der deutschen Bevölkerung ums Leben kam. Wer überlebt hatte, wusste, was es wert war, sich mit der Waffe in der Hand verteidigen zu können. Die bürgerliche Bevölkerung hatte jedoch andere Sorgen, als sich die *kurtzweil* der Fechtschulen zu erlauben.

Den Degen trugen die Ritterbürtigen, für die bis zum Beginn des 18. Jahrhunderts weitere Ritterakademien errichtet wurden: Kolberg, Lüneburg, Halle, Wolfenbüttel, Erlangen, Brandenburg, Berlin, Ettal. Halle und Erlangen entwickelten sich weiter zu Universitäten, und auch an den herkömmlichen Universitäten wurde – nach dem Dreißigjährigen Krieg – Fechten unterrichtet. In Heidelberg beispielsweise war vorher den Studenten der Besuch der Fechtschulen verboten, aber nach der Wiedereröffnung (1652) waren auch *adeliche* und *militaria exercitia* eingerichtet. Adel: Das war nun neben dem Geburtsadel an den Ritterakademien auch der Geistesadel an den Universitäten. Fechten war etwas anderes geworden: etwas nur für den Adel.

In Christoph Weigels „Abbildung der gemeinnützlichen Hauptstände“ (1698) wird die Fechtkunst denn auch so erwähnt:

Dahero dann an grosser Potentaten und PrintzenHöfen sowohl als berühmten Academien für ein hochnöthiges Werck geachtet worden / erfahrene Fechtmeister zu halten und mit erklecklichen Besoldungen zu versehen / welche die adeliche Jugend in dem Degen auf den Stoß und Hieb unterweisen / und nicht sowohl zur Verletzung ihres Gegners / als Ausnehmung dessen Streichs und Stosses belehren möchten

Die Verletzung des Gegners: Das war offenbar eine große Versuchung, und manch ein Duell endete tödlich. Abraham a Santa Clara geißelt die blutige Praxis in seinem „Narrenspiegel“ (1709), in dem



dem *Fechtnarren* ein eigenes Kapitel gewidmet ist. In einem Flugblatt aus dem Jahr 1732 heißt es in schönen Alexandrinern, dem Versmaß der Aufklärung, offenbar in Anlehnung an den „Narrenspiegel“:

Der Fechtmeister

*Wer meine Kunst begreift, den andern zu verderben
verletzt toller weis sich selbstn Seel und Leib;
ich lehre, wie durch Witz man unverletzt bleib
wann ein verwegner Narr will eitle Ehr erwerben
an uns durch wilde Rach: wer willig zum vergeben
versteht die FechtKunst wohl und bleybet lang bey leben*

Der Degen – und zwar als Stoß- und als Haudegen – war längst eingeführt. Auch den Säbel gibt es schon seit dem 15. Jahrhundert. Er stammt eigentlich aus Ungarn (*szablya*), ist aber als *szabla* über Polen vermittelt. Erwähnt ist er z. B. im Zusammenhang mit einer Kavaliertour, die zwei junge Adelige in den Jahren 1653-1655 durch ganz Europa und auch in polnische Adelshäuser führt:

Der Adel ist von großer Statur und stark, weiß seine Sebel mit verwunderlicher Behendigkeit zu führen

Das Florett wird in Deutschland erstmals im Jahr 1678 erwähnt: Es kommt aus Frankreich und wird – etwa in Stuttgart – im Jahr 1736 erwähnt. Baron von Mallknecht bewirbt sich um eine Fechtmeisterstelle am herzoglichen Hof:

weillen ich auf der Adelichen Academie zu Ettal in Bayern lauft 9 ganzer Jahre die edle Fechtkunst im Fleuret also erlehnet, daß ich capable bin, hierin als Maistre zu agieren
Er wurde tatsächlich eingestellt.

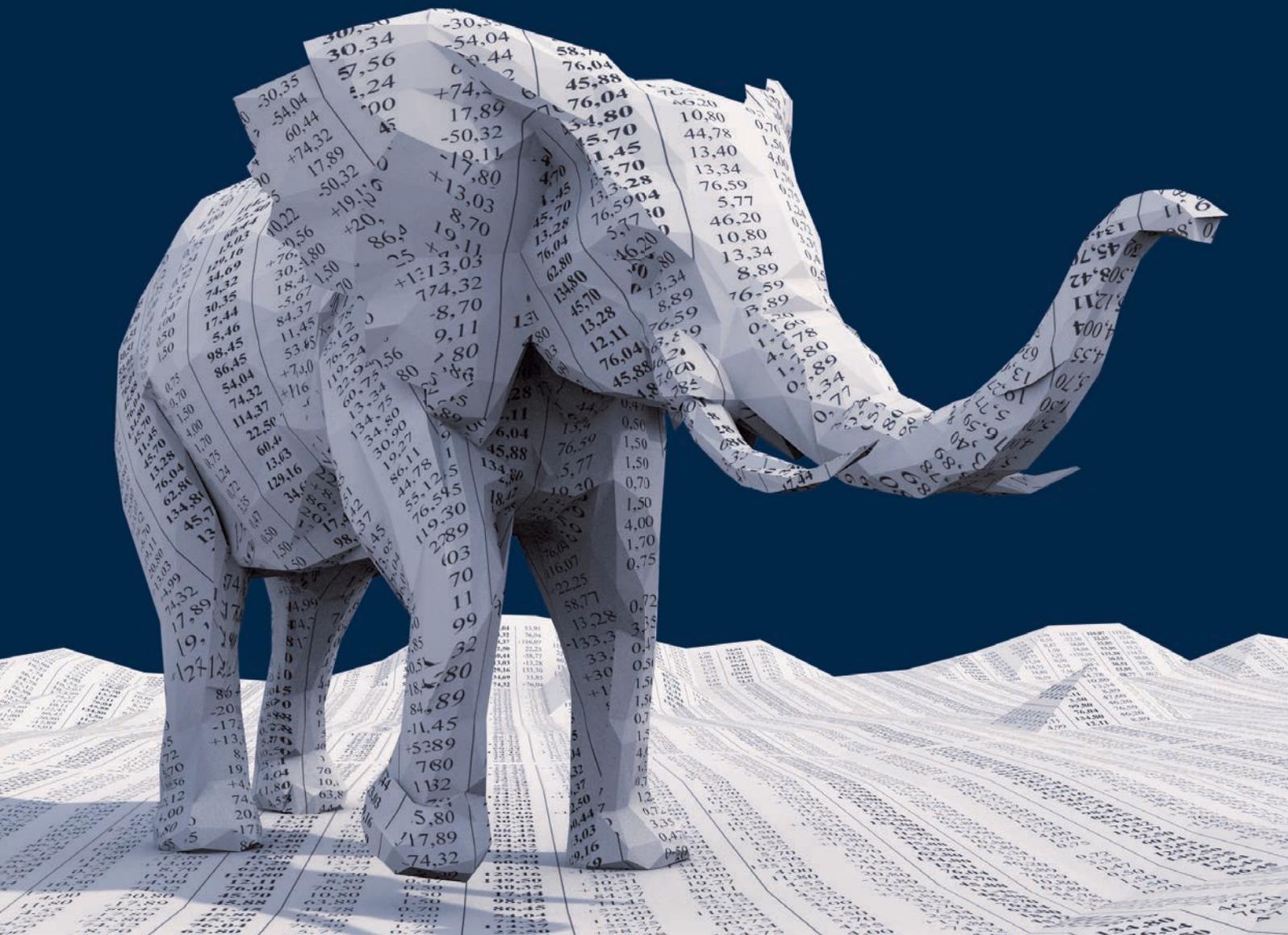
Im Jahr 1763 hat Domenico Angelo sein Werk „L'école des Armes“, übrigens mit wunderschönen Kupferstichen, in London herausgebracht: Ein Italiener schreibt ein französisches Buch, gibt es in England heraus und findet es in Deutschland – die adlige Kunst verbindet ganz Europa.

Und wie das in der Praxis aussah, schreibt Heinrich von Kleist am Ende seines berühmten Aufsatzes „Über das Marionettentheater“ (1810). Ein Herr C... wird so zitiert:

Ich befand mich, auf meiner Reise nach Russland, auf einem Landgut des Hrn. v. G ..., eines livländischen Edelmanns, dessen Söhne sich eben damals stark im Fechten übten. Besonders der ältere, der eben von der Universität zurückgekommen war, machte den Virtuosen und bot mir, da ich eines Morgens auf seinem Zimmer war, ein Rapier an. Wir fochten ...

Würde man den Blick nur auf Deutschland richten, könnte man den ganzen Zeitraum als Kreußlersche Epoche bezeichnen: Sechs Generationen lang, vom Anfang des 17. bis zum Ende des 18. Jahrhunderts unterrichteten Mitglieder dieser Fechtmeisterfamilie an deutschen Universitäten. Tatsächlich hatte aber auch die Academie d'Armes, die im Jahr 1567 in Paris gegründet worden war, nachhaltigen Einfluss auf Deutschland. Goethe erwähnt in seinem Werk „Dichtung und Wahrheit“, dass er das Fechten bei einem Franzosen gelernt hatte, und auch der hochbegabte Prinz Louis Ferdinand von Preußen (gefallen im Gefecht bei Saalfeld 1806) hatte Lektionen bei einem französischen Meister genommen. Der Glanz dieser fechterischen Tradition reicht bis in die Gegenwart: bei internationalen Turnieren oder Kongressen verständigen sich die Fechter auf Französisch.

Vertrauen auf die Stärke von Erfahrung.



Ein großer Schatz an Wissen und Erfahrung leitet den Elefanten ausgeglichen und trittsicher.

Kluge Investitionen und langjähriges Know-how sind die Basis ausgewogener vermögensverwaltender Fonds. Dafür steht die Erfolgsgeschichte des Ethna-GLOBAL Defensiv, Ethna-AKTIV E und Ethna-GLOBAL Dynamisch.

Für ausgewogene Anlagen:
www.ethenea.com



ETHENEA
managing the Ethna Funds

OLYMPIA-ZWEITE RITA KÖNIG IST NEUE SMT-CHEFIN

beim FC Tauberbischofsheim

Foto: Michael Fürst

Die Beförderung von Rita König-Römer zur Geschäftsführerin der Sport Marketing Tauberbischofsheim kam überraschend. Schließlich hatte sie der FC TBB erst im Februar als Vereinsmanagerin angestellt. Seit dem 1. Oktober versucht die ehemalige Weltklassefechterin nun, das Geld bei Sponsoren zur Unterstützung und Förderung der Fechter zu akquirieren.





Rita König (l.) kämpft bei den Olympischen Spielen 2000 gegen ihre Teamkollegin Sabine Bau. König bezwang die WM-Zweite Bau unerwartet klar mit 15:11-Treffern.

Fotos: dpa picture-alliance GmbH

Die 37-jährige Olympia-Zweite im Damenflorett von Sydney weiß, dass sie keine leichte Aufgabe übernommen hat. „Es sind keine einfachen Zeiten und es ist kein einfacher Job. Ich bin aber eine Kämpferin“, sagte sie. „Ich weiß, es braucht viel Überzeugungskraft, um Sponsoren dafür gewinnen zu können, in das Fechten und den FC Tauberbischofsheim zu investieren.“

Als Vorteil sieht Rita König, dass sie als einst erfolgreiche Fechterin eine gewisse Reputation und Glaubwürdigkeit vorweisen kann. Außerdem kennt sie ihren Sport aus dem Effeff. Nach dem Ende der Karriere 2004 war sie Landestrainerin in Würzburg und zuletzt sechs Monate Vereinsmanagerin. Gerade auf der letzten Etappe ihrer Laufbahn hat sie viele Erkenntnisse in der in den 1970er- und 1980er-Jahren weltweit führenden Medaillenschmiede an der Tauber sammeln können. „Wir brauchen neuen Schwung, neue Ideen und neue Möglichkeiten“, meinte die ge-



Pure Freude: Rita König gewinnt 2000 Olympisches Silber.

lernte Werbekauffrau. Eine Grundlage dafür ist das neue Strukturkonzept des Deutschen Fechter-Bundes (DFB).

Im Mittelpunkt stehen aber die Fechter, denen man den oft steinigen Weg in die Weltspitze ebnen will. „Ich ha-

RITA KÖNIG

Geboren: 12. März 1977 in Rumänien.

Waffe: Florett.

Förderpreis Deutscher Jugendsport: 1991, 1992, 1993.

Junioren-Weltmeisterin: 1995.

Olympia 1996: Qualifikation als Fünfte der Rangliste knapp verpasst.

Olympia 2000: Silbermedaille im Einzel und Bronzemedaille mit der Mannschaft.

Mannschafts-Weltmeisterin: 1999.

Karriereende: 2004.

Trainererfahrung: TG Würzburg.

ben zwei Medaillen gewonnen und möchte anderen Fechtern helfen, ihre Träume zu erfüllen“, verspricht König-Römer. Das ist auch eine finanzielle Herausforderung: Der immer umfangreichere Terminkalender und die immer weiteren Reisen kosten viel Geld. „Es ist nicht leicht, Fechtern sagen zu müssen, dass das und das Turnier in Asien oder sonstwo nicht zu finanzieren ist“, sagte die aus dem rumänischen Sathmar stammende Wahl-Tauberbischofsheimerin. „Ich bin im Fechtzentrum groß geworden und fühle mich dem Haus verpflichtet“, sagt sie. Immerhin ist sie schon seit einem Vierteljahrhundert Teil dieses Fechtbetriebs.

Michael Grethe, Vorstandssprecher des Fecht-Clubs, hält die neue Geschäftsführerin für eine gute Wahl. „Ich freue mich, dass wir in Rita König-Römer nicht nur eine unserer erfolgreichen Fechterinnen für diese Aufgabe gewonnen haben, sondern auch darüber, dass diese im Hinblick auf ihre Ausbildung und ihre bisher gesammelten beruflichen Erfahrungen ideal auf sie zugeschnitten ist.“

Rita König-Römer machte die Ausbildung zur Werbekauffrau bei der SMT, die damals noch von Karl-Friedrich Schönleber geführt wurde. Zusätzlich studierte sie in Düsseldorf Sportmarketing-Management und erwarb noch den Vereinsmanager-Schein des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Die Aufgabe als kommissarische Leiterin des Bundesstützpunkts in Tauberbischofsheim wird sie weiterhin wahrnehmen. Sie bleibt damit Dienstvorgesetzte aller dort tätigen Bundes-, Landes- und Vereinstrainer. Die Arbeit als Vereinsmanagerin hat sie am 30. September aufgegeben.

Mit der Berufung von Rita König-Römer ist die Hoffnung verbunden, dass wieder Ruhe in der SMT einkehrt, die zuletzt einige Personalwechsel erlebte. Nach zehnjähriger Tätigkeit hatte Schönleber den Job im November 2011 an Jochen Färber abgegeben. IOC-Präsident Thomas Bach engagierte den vielsprachigen und weltgewandten Färber jedoch als sein Büroleiter in Lausanne. Sein im Februar eingestellter Nachfolger Jens Arne Männig gab nur ein Kurzgastspiel. „Ich will Kontinuität wieder gewährleisten“, verspricht Rita König-Römer.

Andreas Schirmer/MF

SAAR-VERBAND WIRBT MIT FLASHMOB FÜR DAS FECHTEN



Die Fechter lassen sich immer wieder Neues einfallen, um für ihren Sport zu werben. Im Saarland wurde nun ein Flashmob veranstaltet. Der Begriff Flashmob kommt aus der virtuellen Welt und bezeichnet eigentlich einen scheinbar spontanen Menschaufmarsch auf Plätzen, bei denen die Teilnehmer ungewöhnliche Dinge tun.



30 Fechter wirkten beim Flashmob in Saarbrücken mit.

Foto: Fechter-Bund Saar

E

igentlich war all das ja nur eine fixe Idee. Birgit Uder, die neue Präsidentin des Fechter-Bundes Saar, hatte im Internet gelesen, dass italienische Fechter einen weltweiten Flashmob planen. Am 7. September sollten Fechter aller Altersstufen in voller Montur auf die Straße gehen, für einige Minuten Partnerübungen zeigen und ebenso schnell wieder ins Nichts verschwinden.

„Ich habe zwar damit geliebäugelt, aber noch gezögert“, sagte Uder. Die Idee gefiel ihr, aber ob sich genug Fechter im kleinen Saarland finden lassen würden, die mitmachen, war eine andere Frage. Schließlich wirkt so ein Flashmob, also die spontane, unangekündigte Versammlung ja nur, wenn auch genug Teilnehmer dabei sind. Den letzten Anstoß, es zu probieren, gab ihr Vizepräsident. „Bis Michael Trittelvitz mich gefragt hat, ob wir da nicht mitmachen sollen. Das war dann ausschlaggebend“, so Uder.

Allerdings war die Sorge, dass zu wenig Fechter kommen, damit noch lange nicht aus der Welt. „Da das alles ja sehr kurzfristig war und wir anfangs nur wenige Zusagen hatten, haben wir immer gesagt: Notfalls sagen wir es ab, nicht dass wir nachher mit einer Minitruppe dastehen“, berichtete Uder. So Feuer und Flamme der Vorstand war, so unklar war, ob er damit überhaupt einen einzigen Fechter erreichen würde.

Ein wenig mulmig war ihnen schon, als sie sich an diesem sonnigen Septembersonntag mitten in der Saarbrücker Fußgängerzone am barocken St. Johanner Markt trafen. Ein paar hatten zwar zugesagt, aber so ein Flashmob steht schließlich auf keinem Turnierkalender und bei Sonnenschein haben auch Fechter gern andere Pläne.

Doch ganz im Gegenteil! Runde 30 Fechter im Alter zwischen vier und 54 Jahren kamen, um bei dieser originellen Aktion mitzuwirken. Vor Ort gab es die ersten Instruktionen, denen schnell auf dem Markt die Vorführung folgte. Aus allen Ecken enterten die Fechter den Platz, führten ihre Übungen vor und verschwanden nach wenigen Minuten schon wieder. Anfangs reagierten die Passanten auf die Flashmob-Darbietungen irritiert und mit skeptischen Blicken, doch mit der Zeit wich die Verwunderung und man sah anerkennendes Lächeln in vielen Gesichtern. Schließlich bekamen die ungewollten Zuschauer der Aktion eine etwas bessere Vorstellung vom Fechten.

Am 6. September im kommenden Jahr wollen die italienischen Fechter wieder einen Flashmob organisieren. Das Saarland ist auf jeden Fall wieder dabei. „Da haben wir vorher viel Zeit für Vorbereitungen“, sagte Uder.

Mitmachen können natürlich auch andere Landesverbände oder Vereine. Ganz spontan!

JaneK Böffel



RAT AUS DER SPORTMEDIZIN

Erstbehandlung bei Sportverletzungen

Die Behandlung von akuten Sportverletzungen, wie Prellungen, Zerrungen, Knie- und Fußverletzungen, nach der „PECH-Regel“ ist weiterhin die Behandlung der Wahl. „PECH“ steht für **Pause, Eis, Kompression, Hochlagerung**. So wird der Schmerz gelindert, die Schwellung der Weichteile und die nachfolgende Entzündungsreaktion gemindert.

Der verletzte Körperteil sollte so lange ruhig gestellt und hochgelagert werden, bis die Schwellung und der Akutschmerz abklingen. Hilfreich sind dabei Kompressionsverbände, die Nachblutungen und Weichteilschwellungen wirksam verhindern. „Vor wenigen Jahren galt die Erstbehandlung mit Eisspray und Eiswürfeln als der Weisheit letzter Schluss. Davon ist man abgekommen.

„Die Zeit von Eiswürfeln im Plastikbeutel ist vorbei“, schreiben die Sportorthopäden Hans-Wilhelm Müller-Wohlfart und Hans-Jürgen Montag in ihrem Buch „Verletzt ... was tun?“. Im Regelfall ist die Akutbehandlung nach 1-2 Tagen beendet. Danach kann mit einer reduzierten Belastung der verletzten Stelle begonnen werden. Ziel der Erstbehandlung ist eine lange, gleichmäßige Kühlung der verletzten Stelle, um den Stoffwechsel zu reduzieren, aber diesen nicht zu blockieren.

Um gleichzeitig einen Kälteschaden zu verhindern, setzt man heute Hot-Ice und Eisbrei ein. Eine vollständige Kühlung einer verletzten Stelle mit reinem Eis führt zwar auch zu einer Blockierung des Stoffwechsels, aber nach Entfernung des Eises kommt es zu einer unerwünschten Überreaktion: Die Blutgefäße erweitern sich, die Durchblutung nimmt zu. Dadurch wird die Körperteilregion, die man eigentlich kühlen wollte, erwärmt.

Wie stellt man Hot-Ice her? Dazu wird Leitungswasser mit Eiswürfeln so lange gekühlt, bis diese geschmolzen sind. Dann hat das Wasser die optimale Temperatur von 1° Celsius. Durch die Zugabe von etwas Alkohol erhält man die ideale Temperatur, die man durch ständige Zugabe von Eiswürfeln konstant halten kann. Eine Ideal-

binde wird im Hot-Ice gewässert und dann locker und großflächig um die verletzte Region angelegt. Bei einem Druckverband (nicht zu fest) benutzt man zusätzlich einen mit dem Eiswasser getränkten Schwamm unter der Binde. Auf die Durchblutung fuß- und handwärts sollte geachtet werden.



Eisbrei erhält man, indem man Eiswürfel zu Matsch zerschlägt, diesen in ein Handtuch wickelt und auf die verletzte Region mit einer Idealbinde fixiert. Nach 20 Minuten wird der Verband entfernt, nach 5 Minuten Pause wieder angelegt.

Weitergehende, nachfolgende Behandlungsmaßnahmen sind Salbenverbände mit entzündungshemmenden Substanzen wie Diclofenac, Ibuprofen, Emetacin oder Ketoprofen. Allerdings wird die Einnahme von Medikamenten mit diesen Inhaltsstoffen kontrovers diskutiert. Die einen empfehlen diese Substanzen als begleitende Maßnahme, andere wiederum verzichten auf diese Medikamente, weil sie eine „objektive Wahrnehmung“ des Heilungsverlaufs verringern, argumentieren Müller-Wohlfart und Montag. Sie setzen auf Medikamente, die Rosskastanienextrakte und auch Arnika enthalten.

Nicht immer ist bei dem Verdacht auf eine Muskelverletzung eine Kernspintomografie oder eine Ultraschalluntersuchung erforderlich. Der geübte Untersucher hat in der Regel keine Schwierigkeiten, Verklebungen, den Spannungszustand des Muskels und dessen Veränderung im Verlauf des Heilungsprozesses zu ertasten. Kein bildgebendes Diagnoseverfahren ist dazu in der Lage.

Hans Jürgen Hehn

FENCING



The shoe of the german national fencing team now available via

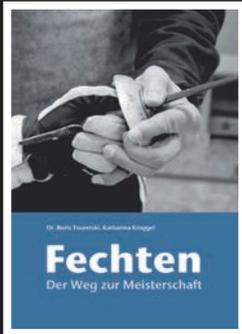
www.pfm-fechten.de

fechtschuhe@pfm-fechten.de

FECHT-TIPPS (TEIL 12)

Jede Lektion hat ein Ziel

Jeder C-Trainer kennt das: Beim Training mit Kindern und Erwachsenen trifft er immer wieder auf Probleme und Fragen, die er alleine nicht lösen kann. Und die wenigsten haben einen erfahrenen Fechtmeister in der Halle an ihrer Seite, der schnell helfen könnte. Die Fecht-Tipps-Serie möchte diese Lücke schließen und Fragen des Trainingsalltags beantworten.



Dr. Boris Touretski ist Diplom-Trainer und Sportpsychologe und seit über 50 Jahren beim Fechten. Seit mehr als 10 Jahren führt er die C-Trainer-Ausbildung in Niedersachsen durch.

Katharina Kroggel ist 1. Vorsitzende des Fechtklubs Hannover von 1862, dem ältesten Fechtclub Deutschlands mit mehr als 200 Mitgliedern, und C-Trainerin.

Gemeinsam haben sie das Buch „Fechten – Der Weg zur Meisterschaft“ geschrieben, das inzwischen in zweiter Auflage erschienen ist und über Amazon bestellt werden kann.

Alle hier veröffentlichten Fragen wurden bei Trainer- und Kader-Lehrgängen von den Teilnehmern aufgenommen – aber wir freuen uns sehr über Fragen von Euch, den *fechtSport*-Lesern! Die Fecht-Tipps-Serie wird umso spannender und lohnender, wenn Ihr uns neue Fragen schickt an die E-Mail fecht-tipps@gmx.de. Ihr bekommt unverzüglich eine Antwort per E-Mail. Die Fragen werden im *fechtSport-Magazin* anonym veröffentlicht und natürlich beantwortet.

Wenn ich kleine Kinder lektioniere, soll ich mich dabei „kleinmachen“?

Nein, nur bei der Lektion die Trefferfläche genau vorgeben, damit der kleine Fechter nicht nach oben stößt, nur um den Oberkörper des Trainers zu treffen. Er kann ebenso gut auf den Bauch stoßen. Der Trainer sollte zudem die eigene Waffe mit angezogenem Arm halten oder eventuell eine Miniwaffe für die Lektionen benutzen.

Wie kann ich mich als Lektionsmeister verbessern? Soll ich in eine Lektion viele Übungen einbauen oder wenige?

Jede Lektion hat ein Ziel. Wenn du mit Anfängern arbeitest und sie kurz vor der Fechtpassprüfung lektionierst, beinhaltet deine Lektion die Übungen speziell für die Prüfung.

Wenn Du koordinativ komplizierte fechterische Handlungen beibringen willst, braucht dein Schüler viele Wiederholungen, um sie zu beherrschen – also sind es weniger Übungen.

Gerade wenn Du wenige Übungen verwendest, musst Du dennoch Langeweile vermeiden. Wenn Du den Schüler bei den Wiederholungen mit deutlichen Korrekturen nicht nur zu motorischer, sondern auch zu analytischer Arbeit zwingst, ist er ausreichend beschäftigt und langweilt sich nicht. Der Fechter muss seine Fehler verstehen und auch verstehen, warum er korrigiert wird. Grundsätzlich sollten Lektionen ein gutes Maß haben:

- 1) Übungen wechseln,
- 2) in eine geübte Aktion verschiedene Moment- und Mensur-Variationen bringen,
- 3) nach und nach die verschiedenen geübten Aktionen miteinander kombinieren.

Wie lange soll eine Lektion mit einem Kind (etwa neun Jahre, Anfänger) dauern?

Nicht länger als 10-15 Minuten, wenn der Trainer etwas Neues übt, denn bei den vielen Wiederholungen muss sich das Kind konzentrieren. Wenn es um die Wiederholung einer bekannten Aktion geht, kann eine Lektion etwas länger dauern. Aber in jedem Fall muss der Trainer dem Zustand des Kindes angemessen handeln: Wenn das Kind z. B. nach der Schule müde ist, verkürzt man die Lektion etwas. Wenn das Kind noch genug Ausdauer hat, kann man gern auch etwas länger lektionieren.

Beim Training machen wir immer diese Übung, bei der man beim Ausfall einen Deckel einer Getränkeflasche mit dem vorderen Bein wegschieben muss. Wofür ist die eigentlich gut?

Es ist der typische Anfängerfehler, dass man beim Ausfall keine Schwung- oder Schrittbewegung mit dem Ausfallbein (vorderes Bein) macht. Fast alle heben das Bein nach oben und bewegen sich dann mit gebogenem Bein nach vorn, wodurch der Ausfall kurz ist. Aber die eigentlich schlimme Nebenwirkung ist, dass der Fechter – wenn er sich energisch abstößt – hierbei mit dem Körper nach vorne fällt. Wenn der Fechter den Ausfall richtig durchführt, streckt er das Ausfallbein nach vorn, zieht dabei die Zehen nach oben und führt die Ferse flach über den Boden – und zwar so weit, wie lang der Ausfall sein muss. Dann kommt er mit der Ferse auf den Boden, rollt mit dem ganzen Fuß ab und biegt dann erst das Kniegelenk auf etwa 90 Grad. Die letzte Phase des Ausfalls ist die Bremsphase, und so fällt sein Körper nicht nach vorne. Das ganze zu erklären wird eine lange Geschichte, also hilft man sich mit dem Getränkedeckel, einer Münze oder Ähnlichem. Diesen legen die Schüler etwa 10 cm vor ihr Ausfallbein und versuchen dann, sie beim Ausfall mit der Ferse nach vorne zu schieben. Dabei muss die Ferse möglichst flach über den Boden geführt werden. Praktisch ist übrigens, wenn man sich paarweise gegenübersteht, so spart man sich die Lauferei, den Deckel zurückzuholen: Der Partner erledigt dies.

Dr. Boris Touretski und Katharina Kroggel

„Ein kleiner Verband mit großem Erfolg werden“

Was passiert in den Landesverbänden des Deutschen Fechter-Bundes (DFB)? Das *fechtSport-Magazin* fragt bei den Präsidenten nach. In dieser Ausgabe steht Birgit Uder, Präsidentin des Fechter-Bundes Saar, Rede und Antwort.

Die meisten Landesverbandspräsidenten sind auf den Fotos des Vorstandes, die auf den Homepages zu sehen sind, in Zivil gekleidet. Sie präsentieren sich in Fechtmontur!

Birgit Uder: Was ich am liebsten mag, ist die aktive Seite des Fechtens: am Training teilnehmen und selbst zu trainieren. Ich bin kein geborener Funktionär und möchte das, was ich lange Zeit gemacht habe, die Ausbildung von Kindern und Jugendlichen, nicht missen. Die Rolle als Funktionär übe und übe ich und es klappt immer besser.



Sie sind ja auch erst seit Ende März Präsidentin des Fechter-Bundes Saar. Was haben Sie seitdem am Funktionärsdasein schätzen gelernt?

Uder: Ich habe meinen Vorstand als gutes Team um mich herum und mit dem Vizepräsident Michael Trittelvitz ergänze ich mich gut. Wenn man Ideen entwickelt und sich Ziele setzt, schafft man es nur gemeinsam.

Was für Ideen und Ziele haben Sie?

Uder: Wichtig ist bei uns die Werbung um den Nachwuchs. Mein Ziel ist, dass wir mehr als nur mit einer Handvoll Fechter in den deutschen Ranglisten vertreten sind. Wir wollen ein kleiner Verband mit großem Erfolg werden.

Aus dem Saarland kommen zwei starke Fechter: Marius und Fabian Braun. Der ältere Bruder Marius startete zuletzt bei der EM und WM, Fabian war Teilnehmer bei den Olympischen Jugendspielen in Nanjing, wo er Neunter wurde, und ist ein Talent!

Uder: Marius Braun startet inzwischen für den OFC Bonn, aber er ist im Saarland groß geworden, uns weiter sehr verbunden und unser Werbeträger.

Fabian Braun war bei den Jugendspielen und ist im Fechtinternat in Bonn. Ein großes Talent?

Uder: Den Ehrgeiz, ein sehr guter Fechter zu werden, hat er. Wir drücken ihm die Daumen.

Auf der saarländischen Website gibt es auch eine Rubrik Friesenkampf. Ist der bei Ihnen so weit verbreitet?

Uder: Der Friesenkampf mit seinen Disziplinen Fechten, Schießen, Laufen, Schwimmen und Kugelstoßen ist eine gute Ergänzung zum Fechten. Man muss ja nicht alles trainieren. Und manche Fechter kommen über den Friesenkampf zu deutschen Meisterschaften und belegen dort vordere Platzierungen.

Ist der FSV Klarenthal unter den elf saarländischen Vereinen das Aushängeschild?

Uder: Nein, das kann man nicht sagen. Man kann auch nicht sagen, es gibt Hochburgen im Saarland.

Nachbar des Saarlands ist die Fechtnation Frankreich. Gibt es einen regen Austausch?

Uder: Es ist angedacht, dass wir mehr Kontakt zu Clubs aus dem Elsass oder Lothringen bekommen. Im vergangenen Jahr hatten wir bei einem Turnier Starter aus Lothringen. Das war schon ein kleiner Erfolg. Es gilt, dies auszubauen. Die Nähe zu Frankreich sollte man schon nutzen.

Der Fechter-Bund ist mit rund 800 Mitgliedern ebenso klein wie das Saarland. Geht es deshalb eher kuschelig zu?

Uder: Insofern ist es gut, weil die Wege kurz sind. In anderen Bundesländern müssen die Teilnehmer von Landesmeisterschaften Hunderte von Kilometern fahren. Bei uns sind es maximal 50 Kilometer. Die Nähe ist ein Vorteil. So machen wir unser Kadertraining in Saarbrücken, das von jedem schnell zu erreichen ist.

Was ist das Beste an Ihrem Verband?

Uder: Wir sind ein kleiner Verband mit vielen engagierten Leuten, in den man viel Bewegung reinbringen und das Fechten im Saarland nach vorne bringen kann.

Wie sieht es mit Ihrer Fechterkarriere aus?

Uder: Ich habe ewig lange aktiv gefochten und bei den Europa-meisterschaften der Senioren mitgemacht. Inzwischen trainiere ich zweimal in der Woche viele junge Fechter und ich kann mir nicht vorstellen, bei den Landesmeisterschaften gegen einen Schüler von mir anzutreten. Da muss man schon Prioritäten setzen.

Andreas Schirmer

AMTLICHE NACHRICHTEN

INFORMATIONEN ZU DEN FECHTPASSVERLÄNGERUNGEN 2015

Bitte bestellen Sie die laut Sportordnung erforderliche Fechtpassverlängerung (FPV) über die Internetseite des Deutschen Fechter-Bundes (www.fechten.org, <http://service.fechten.org>). Die notwendigen Login-Daten für die Benutzung des Service-Portals bekommen Sie – falls noch nicht erfolgt – über die Hauptverwaltung des DFB (Frau Schwadorf/E-Mail: Info@fechten.org/Tel: 0228-98905-25) oder über http://www.fechten.org/service/online_dienstleistungen.html. Der FPV kostet 13,70 € für das Kalenderjahr.

Es wird keine Rechnung ausgestellt, sondern nur ausgewiesen, welchen Beitrag der Verein überweisen muss. Im Lieferschein sind Namen und Kosten ausgewiesen.

Bitte geben Sie den Verwendungszweck bei der Überweisung des Rechnungsbetrags eindeutig an (ausgeschriebener Vereinsname, Jahr, Bestellnummer). Überweisungen, die nicht zuzuordnen sind, können nicht nachverfolgt werden.

Achtung, neue Bankverbindung des Deutschen Fechter-Bundes:

Volksbank Bonn Rhein-Sieg eG BLZ: 380 601 86, Kontonummer: 1 505 212 017
BIC: GENODED1BRS, IBAN: DE35 3806 0186 1505 2120 17

Sobald der Rechnungsbetrag bei der DFB-Geschäftsstelle eingegangen ist, werden die FPV online freigeschaltet und zusätzlich per Post verschickt. Mit der Freischaltung ist der/die Fechter/in, unabhängig vom bis dahin erfolgten Erhalt der FPV-Marke, startberechtigt. Bitte haben Sie Verständnis, dass es um den Jahreswechsel aufgrund der geballten Bestellungen zu Verzögerungen kommen kann. Bei einem Vereinswechsel behalten die FVP für das Kalenderjahr ihre Gültigkeit. Nach erfolgter Anfängerprüfung sind diese Fechter für den Rest des Kalenderjahres ohne FPV startberechtigt. Verwenden Sie bitte das oben genannte Service-Portal des DFB für die Eingabe der Daten dieser Fechter (Vor- und Zuname, Geburtsdatum, Anschrift, vollständiger Vereinsname). Die Bestellungen für die Verlängerung 2015 sind ab Oktober 2014 möglich.

DEUTSCHE FECHTERJUGEND



Fechten verbindet: Die Deutsche Fechterjugend knüpfte auf ihrem Sommerlehrgang am Olympiastützpunkt TBB Freundschaften mit jungen Athleten aus China und Saudi-Arabien.

Foto: Philipp Gorray

Sommerlehrgänge der Deutschen Fechterjugend

INTERNATIONAL WIE NIE

Die dfj-Sommercamps sind seit Jahren Tradition. Neben der frischen Luft können die Nachwuchsfechter in Tauberbischofsheim schnuppern, wie sich die Top-Athleten auf die neue Wettkampfsaison vorbereiten. Die dfj setzt auf eine Mischung aus Spiel, Spaß und Anstrengung, um die Kids noch weiter für den Fechtssport zu motivieren.

Sie sind zwischen 12 und 21 Jahre alt, kommen aus ganz Deutschland und haben eine gemeinsame Leidenschaft: das Fechten. Einmal im Jahr bringt die Deutsche Fechterjugend den motivierten Fechter-Nachwuchs zusammen. „Wir richten einen Lehrgang für die jüngeren und einen zweiten Lehrgang für die älteren Fechter aus“, sagt Philipp Gorray. Der stellvertretende Vorsitzende der Fechterjugend organisiert die Sommerlehrgänge und setzt trotz Individualsportart auf Teamwork. „Wir motivieren die Kinder und Jugendlichen und wir bringen sie an ihre körperlichen Grenzen. Vor allem das gemeinschaftliche Bewältigen der Aufgaben lässt eine starke Gruppendynamik entstehen.“

Fast zwei Drittel der insgesamt 60 Teilnehmer sind „Wiederholungstäter“ und waren schon mindestens einmal dabei. Kein Wunder, denn die Sommerlehrgänge sind mehr als nur eine Fechtfreizeit. „Uns geht es darum, dass die Teilnehmer ein Verständnis für ihren Sport bekommen. Wir lassen sie nicht nur Übungen machen, sondern erklären auch, warum diese Bewegung oder jene Dehnung für den Körper gut ist. Unser Fokus liegt auf den sozialen und charakterlichen Aspekten, die mit dem Fechten und mit dem Sport im Allgemeinen in Zusammenhang stehen“, erklärt Gorray. Eigeninitiative, Selbstständigkeit und Toleranz werden bei den dfj-Lehrgängen großgeschrieben.

Highlight in diesem Jahr: Parallel zur Fechterjugend absolvierten auch verschiedene internationale Gruppen ihre Trainingslager im Olympiastützpunkt Tauberbischofsheim. „Der Ablauf ist eigentlich fast immer identisch. Nach anfänglichem Zögern siegt die Neugier. Zeitgleich mit uns war eine Gruppe junger Fechter aus Saudi-Arabien da. Als die ankamen, haben sie zuerst ganz begeistert Apfelbäume und den

Regen fotografiert, weil sie das nicht kannten. Darüber haben sich unsere Kids zuerst gewundert, schon bald begrüßten sie sich morgens in der jeweiligen Landessprache der anderen“, sagt Gorray. So weit es geht kombinieren die dfj-Betreuer ihr Übungsprogramm mit diesen Gruppen, eine Win-win-Situation. „In unserer ersten Woche war eine Truppe junger Chinesen aus Peking da. Die haben sich von uns sämtliche klassischen Ballspiele zum Aufwärmen abgeschaut. Das kannten sie von zu Hause nicht. Dort sind sie ganz auf ihren Sport fokussiert. Sie gehören zu einem Club, der allein 10.000 Fechter und 60 Trainer hat. Das sind ganz andere Dimensionen als hierzulande“, staunt Gorray.

Am Ende der letzten Lehrgangswoche gab es wie immer ein großes Abschlussturnier – mit gemischten Mannschaften. Sprachbarrieren spielen dabei keine Rolle, wie Gorray weiß. „Ich finde es jedes Mal aufs Neue faszinierend, wie leicht sich Kinder verständigen, während wir Erwachsenen uns so schwertun – da können auch wir in der Tat dazulernen.“

Alexander Eckert und Vassili Golod

AUS DEN LANDESVERBÄNDEN

BERLIN

Offene Berliner Meisterschaften der Aktiven 2014

Martina Zacke wird Doppel-Meisterin

Nach dem großen Erfolg 2013 sind die Berliner Aktiven-Meisterschaften auch in diesem Jahr im größeren Rahmen national offen ausgetragen worden. Gefochten wurde wieder in der großen Halle des Sportforums Berlin auf 17 Bahnen – in allen Waffen sowie mit Team- und Einzelwertungen. Und erneut kamen mehr als 150 Fechter aus dem ganzen Bundesgebiet, um sich mit Berliner Aktiven und Junioren zu messen.

Im Damenflorett dominierte erwartungsgemäß der SC Berlin das Finale mit Martina Zacke, die sich den Titel holte. Zweite wurde Kim Kirschen. Jessica Kinzel und Stephanie Reese kamen jeweils auf Platz drei. Auch im Damendegen hieß die Siegerin am Ende Martina Zacke, die im Finale gegen Elisa Sodemann (TSV Berlin-Wittenau) gewann. Im Sudden Death überraschte sie ihre Finalgegnerin mit einer blitzschnellen Quartbattuta und entschied so das spannende Gefecht für sich. Bronze errangen Janina Andersch (TSV Berlin-Wittenau) und Ilaria Luperi (PSV Berlin).

Erfreulich verliefen aus Berliner Sicht auch die Herrendegenwettbewerbe. Manuel Horstmann (TSV Berlin-Wittenau), deutscher A-Jugend-Meister, setzte sich im Kampf um Platz eins gegen Philip Jarek (FC Grunewald) mit 15:11 durch und holte damit seine erste Aktiven-Trophäe. Die beiden dritten Plätze errangen Florian Gerlach (OSC Potsdam) und Julian Jean-Baptiste (PSV Berlin).

Den Titel im Herrenflorett-Einzel erkämpfte sich Leonardo Pichler vom OSC Potsdam gegen Richard-Francis Peters (PSC Weimar). Rang drei teilten sich Lewis Pietsch (FC-Schkeuditz) und Johannes Trubel (OSC Potsdam), bester Berliner wurde Florian Reichert (SC Berlin) als Siebter. Im Herrensäbel holte sich Richard Adema vom ETV Hamburg den Titel im Kampf gegen Jörg Koslitz (USC Viadrina Frankfurt). Gerd Wichitil (Berliner SC) und Bernd Brock (FC Leipzig) errangen Bronze.

Den Herrendegen-Teamwettbewerb entschied der FC Grunewald im spannungsgeladenen Finale gegen den SC Berlin für sich. Während sich im Herrendegen insgesamt sieben Mannschaften tummelten, fielen im Damen- und Herrenflorett trotz ausreichender Einzelstartpräsenz die Gefechte mangels Startmeldungen aus. Damendegen-Mannschaftsmeister wurde erneut der TSV Berlin-Wittenau souverän. In den Säbel-Mannschaftskämpfen setzte sich der Berliner SC gegen den ETV Hamburg durch und verteidigte damit ebenfalls seine Vorjahresmeisterschaft.

Die Anerkennung der Teilnehmer galt einhellig den Organisatoren, Sponsoren und zahlreichen Berliner Helfern, die ein unaufgeregtes und gut organisiertes Turnierevent ermöglichten. Dabei sind die Kapazitätsgrenzen noch lange nicht erreicht, da die angeschlossene Fechthalle des SC Berlin wei-



Martina Zacke (r.) im Finalgefecht gegen Kim Kirschen

Foto: Stefan Bremer

tere sechs Bahnen vorhält. Es gibt Anzeichen, dass die Veranstalter auf die zunehmende europäische Nachfrage reagieren und das Turnier im kommenden Jahr als „Berlin Open“ international öffnen werden.

Fritz Strehlow, Dirk Röder

NORDBADEN

Das Kabarett bleibt im Gedächtnis

Schottland gegen Saudi-Arabien, England gegen Japan, USA gegen Belgien, Deutschland gegen Namibia – im Fechtzentrum Tauberbischofsheim ging es beim Haverstock Trainings Camp sehr international zu. Wenn er nicht selbst gerade Lehreinheiten gibt, betrachtet Jon Willis mit einem zufriedenen Lächeln



Das Haverstock Trainings Camp ist das größte seiner Art.

Foto: FC TBB

das turbulente Treiben auf den Fechtbahnen. „Nach all der Vorbereitung macht es mich jedes Mal stolz, wenn alles läuft“, sagt er. Seit fünf Jahren ist der 33-Jährige für die Organisation des Haverstock Training Camps am Olympiastützpunkt Tauberbischofsheim zuständig, das größte seiner Art weltweit in der Waffengattung Degen. Ursprünglich eine rein englische Veranstaltung, hat es mittlerweile internationale Berühmtheit erlangt.

Die 116 Teilnehmer in diesem Jahr kommen aus allen Teilen Großbritanniens sowie aus den USA, Deutschland, Dänemark, Belgien, Frankreich, Schweiz und Namibia. Vom anderen Ende der Welt hat sich eine japanische Gruppe von 16 jungen Fechtern mit ihren Betreuern aufgemacht, um hier im Trainingslager ihre Fechtkünste zu verfeinern. Auch die Nationalmannschaft aus Saudi-Arabien, die sich für einige Wochen im Fechtzentrum einquartiert hat, übt begeistert mit den renommierten Trainern, die Willis für „seine“ guten Athleten gewinnen konnte. „Die Schlechteren müssen mit mir vorliebnehmen“, sagt er mit einem Grinsen – ein typisch britisches Understatement, schließlich war er vor sieben Jahren der erste britische Fechter, der seit 1981 wieder einen Welt-Cup gewonnen hatte.

Einmalig ist auch die Zusammensetzung der Gruppe, vom Hobby- bis zum Leistungssportler. Der jüngste Teilnehmer ist 11, der älteste 51 Jahre alt. „Manche fechten erst seit einigen Monaten, andere bereits fast ihr ganzes Leben. Wir haben Kinder mit ihren Familien ebenso dabei, wie einen ‚Gentleman-Club‘ aus älteren Herrschaften, die mehr an den Hotelbars und in den Lokalen der Stadt ‚arbeiten‘, als in der Halle. Für die ist es eben mehr Urlaub als Sport. Das muss jeder für sich selbst entscheiden. Hauptsache ist, dass es jedem Spaß macht“, sagt Willis und hat dabei vor allem eine Sache im Kopf: das Haverstock Training Camp Cabaret. „Das ist unser großes Abschlussfest, bei dem jeder auftreten kann.“



„Full House“ in der Ferienzeit: Das sechste Haverstock Training Camp sorgte wieder einmal für schweißtreibende Übungen auf und viel Spaß neben der Fechtbahn. Foto: FC TBB

Um herauszufinden, wer wann dabei war, fragen Teilnehmer nicht nach Jahreszahlen, sondern nach einer bestimmten Showeinlage. Daran erinnern sich nämlich alle“, weiß der Organisator .

Alexander Eckert

Der Adler ist ein Privileg

Es war wieder das Gipfeltreffen der C-Kader-Fechter. Die besten deutschen Jugendlichen in ihrer Waffe fanden sich zum gemeinsam Lehrgang in Tauberbischofsheim ein.

Fechten, fachsimpeln, Fitness testen und, ein wenig zumindest, feiern – das alles bot der zentrale C-Kader-Lehrgang, den der Deutsche Fechter-Bund (DFB) zum Auftakt der neuen Saison wieder am Olympiastützpunkt Tauberbischofsheim veranstaltete. 50 Jugendliche schwitzten auf den Fechtbahnen, ließen sich von einem Ärzteteam der Uniklinik Ulm durchchecken und informierten sich in Vorträgen, die die Nationale Anti Doping Agentur (NADA) und die „Deutsche Sporthilfe“ anboten.



Seminar: Für die „Deutsche Sporthilfe“ informierte Sportdirektor Sven Ressel über Finanzierung, Förderung und Turnierabläufe.

„Leistungssport und Schule zu vereinen, ist sehr schwer, da zollen wir euch größten Respekt. Es ist aber auch ein Alleinstellungsmerkmal. Den Adler zu tragen, ist ein Privileg“, sagte DFB-Sportdirektor Sven Ressel, der über Finanzierung, Förderung und Turnierabläufe sprach.

Alexander Eckert



Schnelligkeit und Ausdauer standen bei der Untersuchung der C-Kader-Athleten auf dem Prüfstand. Fotos: FC TBB

RHEINLAND

RFB Fechttag: Grünes Licht für NRW-Verband

Zur diesjährigen Jahreshauptversammlung hat der Vorstand des Rheinischen Fechter-Bundes nach Köln eingeladen. Der Kölner Fechtklub mit den Verantwortlichen Steffi Roggenkamp, Lars Pickardt und Victor Mingolla empfing die Delegierten der Vereine im Katholischen Jugendzentrum „Nonni“ in Köln-Ehrenfeld, bei dem ihr Verein auch beste Gelegenheit hatte, in den Pausen das Rollstuhlfechten den Anwesenden näherzubringen.

Auf die Mitglieder wartete wieder eine lange Tagesordnung. Am Anfang stand eine Diskussion über die Position des Verbandes zu einem neuen gemeinsamen Verband für Fechten in Nordrhein-Westfalen. Hierzu erläuterte der vom Landessportbund NRW zum Fechttag eingeladenen Referent für Leistungssport, Volker Gabel, die Position des Landessportbundes. Er fordert einen eingetragenen Verein für Fechten in NRW bis Januar 2016 und nicht nur eine bloße Arbeitsgemeinschaft. Als Lösung schlägt der Landessportbund zwei Varianten vor. Die erste wäre die Gründung eines Dachverbandes für Leistungssport in NRW, bei denen die Verbände Nordrhein und Westfalen als autonome Verbände im Deutschen Fechter-Bund bestehen bleiben und die Mitgliedschaft im NRW-Verband den einzelnen Vereinen für die Zuwendung der Mittel offensteht. Die zweite Variante wäre eine vollständige Fusion beider Verbände unter Mitgliedschaft aller rheinischen und westfälischen Vereine. Die anwesenden Delegierten sprachen sich hier einstimmig für die Variante der Fusion aus.

Nach längerem Austausch waren die Delegierten der Ansicht, dass eine Fusion langfristig die konsequentere Variante ist, nicht zuletzt gibt es auch in anderen Bundesländern wie in Baden-Württemberg ähnliche Bestrebungen. Auch ohne die Forderungen des Landessportbundes gibt es schon auf der Ebene des Leistungssportbundes Kooperationen in der Form des vor einem Jahr gegründeten Leistungssportausschusses unter Vorsitz von Peter Wirtz (Stützpunktleiter in Solingen) sowie der erstmalig stattfindenden Nordrhein-Westfälischen Landesmeisterschaften Ende August 2014 in Bonn und Dortmund.

Dieses eindeutige Votum bedeutet für die verantwortlichen Personen bis Anfang 2016 viel Arbeit. Dies ist unter anderem auch der Tatsache geschuldet, dass der Rheinische Fechter-Bund 2015 bei den Vorstandswahlen vor einer kompletten, personellen Neuaufstellung steht. Neben Knut Oetter als Vizepräsident Sport kündigte auch Anne Nix als Vizepräsidentin für Lehr- und Prüfwesen aus Altersgründen an, auf dem nächsten Fechttag sich nicht mehr zur Wahl zu stellen. Vakant ist im Rheinischen Fechter-Bund außerdem das Amt des Vizepräsidenten für Kommunikation, da Christian Rieger im Zuge der personellen Neuaufstellung für andere Aufgaben vorgesehen ist. Darüber hinaus werden weitere Personen gesucht werden, wenn sich die Verbände Nordrhein und Westfalen für die Variante des Dachverbandes entscheiden.



Der Rheinische Fechter-Bund gibt grünes Licht für NRW-Verband

Foto: Christian Rieger

Außerdem kündete Präsident Emmo Kawald an, dass der Rheinische Fechter-Bund in der Geschäftsstelle bald durch eine neue hauptamtliche Kraft unterstützt wird. Zur Unterstützung administrativer Aufgaben hat sich der Verband ab August 2014 die Dienste von Spitzenfechterin Stefanie Kubissa gesichert, die nach dem Ende ihrer Laufbahn als Sport-soldatin im Bereich Sportmanagement studieren und arbeiten möchte.

Abgerundet wurde der Rheinische Fechtertag mit den Ehrungen der Sportler. Neben den internationalen Erfolgen würdigte Sportwart Knut Oetter besonders die Leistungen der deutschen Meister Merrit Erkens, Lennart Esser, Pascal Becher, Eric Simon Seefeld (alle WMTV Solingen), Lennart Werner, Moritz Kröplin (beide OFC Bonn), Sophie Irene Brunets (VfL Merkur Kleve) sowie Matyas Szabo, Sybille Klemm und Domenik Koch (alle TSV Bayer Dormagen). Mit diesen 10 deutschen Meistertiteln im Einzel war der Rheinische Fechter-Bund in dieser Saison besonders stark.

Christian Rieger



RFB-Präsident Emmo Kawald bei der Siegerehrung des frisch gebackenen NRW-Landesmeisters André Sanita

Foto: Lisa Kernchen

NORDRHEIN- WESTFALEN

Projekt „Fechten NRW“ gestartet

Der Saisonbeginn nach Ende der Schulferien in Nordrhein-Westfalen wartete direkt mit einem großen neuen Highlight für alle Fechter im Bundesland auf: Zum ersten Mal überhaupt nach Gründung der

autonomen Verbände Nordrhein und Westfalen im Jahre 1950 fanden in Bonn und in Dortmund gemeinsame Landesmeisterschaften im Aktiven- und Juniorenbereich statt. Angesichts der bundesweit meist rückläufigen Zahl aktiver Fechter in der Altersklasse der Aktiven konnten die ersten Landesmeisterschaften eine beachtliche Teilnehmerzahl von rund 350 Fechtern aufweisen, die von Aachen bis

Quernheim aus dem gesamten Bundesland verstreut anreisen und dabei zum Teil über 250 Kilometer zurücklegen mussten.

Die NRW-Landesmeisterschaften sind ein weiterer Meilenstein innerhalb der Kooperation beider Verbände. Hintergrund dieser neuen Kooperation ist das Verlangen des Landessportbundes NRW, zukünftig als ein ordentlicher NRW-Verband in der Form eines eingetragenen Vereins gegenüber dem Landessportbund zu fungieren. Um den sportlichen Wert der Landesmeisterschaften zu steigern, entschied man sich, diese zum Anlass zu nehmen, um das Projekt Fechten in NRW voranzutreiben.

Nicht zuletzt zeigten die Auszeichnungen für den Nachwuchsleistungssport der Vereine Bayer Leverkusen, FSV Mülheim, FC Moers, TB Burgsteinfurt sowie TSC Eintracht Dortmund, dass im gesamten Bundesland exzellent in diesem Bereich gearbeitet wird und dass sich ein gemeinsamer Weg der Förderung der beiden noch autonomen Verbände lohnen wird. Ergänzt wird das Projekt „Fechten NRW“ bereits schon länger durch einen gemeinsamen Leistungssport-ausschuss unter Vorsitz von Peter Wirtz.

Sportlich boten sich an beiden Wochenenden Kämpfe auf höchstem Niveau. Mit insgesamt 13 Medaillen konnte der OFC Bonn den Medaillenspiegel unter den Vereinen für sich entscheiden. Die ersten NRW-Landesmeister im Einzelnen: **Degen:** Fabian Herzberg (Bayer Leverkusen), Marco Brinkmann (Bayer Leverkusen), Marzia Muroli (OFC Bonn), Kim Treudt-Gösser (WMTV Solingen). **Säbel:** Ton Möller (Bayer Dormagen), Jan Ole Hülshörster (OFC Bonn), Léa Krüger (Bayer Dormagen), Antonia Kosel (TSC Eintracht Dortmund). **Florett:** André Sanita (OFC Bonn), Paul Tenbergen (OFC Bonn), Larissa Merkl (Bayer Leverkusen), Pia Ueltgesforth (FC Moers).

Christian Rieger

SAAR

Sommerlehrgang an der Landes-sportschule Saarbrücken

26 Fechter nahmen in den Sommerferien an einem Lehrgang des Saarländischen Fechter-Bundes teil, der an der Landessportschule ausgetragen wurde. Das Trainergespann um Danielle und Mark Trittelvitz und Birgit Uder hatte für die Teilnehmer ein vielseitiges Trainingsprogramm zusammengestellt.

Als Vorbereitung auf die neue Saison stand das Fechten im Vordergrund – zur Abwechslung wurde

Anzeige



www.gebrauchte-fechtkleidung.de

Der Online-Shop für gebrauchte Fechtkleidung

An- und Verkauf von gebrauchter Fechtkleidung

Christiane Hentschel
Fon/Fax 0 71 63 - 908 28 45
Mobil 0 174 - 446 41 41
info@gebrauchte-fechtkleidung.de



Sommerlehrgang in der Landessportschule Saarbrücken

Foto: privat

eine etwas andere Trainingseinheit außerhalb des Geländes der Sportschule durchgeführt. Mit dem Bus ging es für einen Nachmittag in die Kletter- und Boulder Arena nach Dudweiler. Auf einer Kletterfläche von 400 qm mit bis zu 4,20 Meter hohen Blöcken konnten verschiedene Schwierigkeitsstufen gemeistert werden. Beim Bouldern werden nahezu alle Muskeln beansprucht, zudem Koordination, Gleichgewichtssinn und Körperspannung gefördert.

Auch das Sportabzeichen wurde in Angriff genommen: mit Seilspringen, Standweitsprung, Weitsprung, Sprints sowie 800-m- und 1.000-m-Läufen. Schade war nur, dass die Schwimmhalle mit dem 50-m-Bekken wegen Wartungsarbeiten nicht genutzt werden konnte. Zu Beginn des Lehrgangs hat zudem Prof. Dr. Hanno Felder, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Olympiastützpunkt, bei allen Teilnehmern eine Sprungdiagnostik durchgeführt.

Birgit Uder

Saarländische Erfolge in London

Vier Fechter aus dem Saarland sind beim 1. Internationalen Leon-Paul-Jugendturnier in dem neuen ultramodernen Fencing-Center des gleichnamigen Ausrüsters in London an den Start gegangen. Auf die Reise nach England gingen im August die Schwestern Hannah und Halina Stein (TG Rohrbach) und Philipp und Anna Zens (Fechterring Hochwald Wadern).

Während Halina Stein in der Vorrunde noch gegen Anna Zens knapp gewann, konnte Anna im saarlän-



Trainingslager des Fechterring Hochwald Wadern in den Vogesen

Foto: Peter Molterer



Die vier Starter aus dem Saarland beim Leon-Paul-Turnier in London

Foto: Herbert Stein

Trainingslager in 1000 m Höhe

Bereits zum fünften Mal veranstaltete der Fechterring Hochwald Wadern ein Trainingslager zur Saisonvorbereitung in den Vogesen. In luftigen Höhen von über 1000 m wurden eine Woche lang in Munster die konditionellen Fähigkeiten trainiert. Landestrainer Peter Molter arbeitete mit seinen Schützlingen täglich acht Stunden, um Kondition und Technik für die neue Saison zu verbessern.

Auch diesmal wurde neben dem fechtspezifischen Training ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm geboten, wie zum Beispiel Wanderungen durch die Gebirgslandschaft der felsigen Vogesen und zur Sommerodelbahn am Col de la Schlucht. Durch ein spezielles propriozeptives Training auf der Slakeline wurden koordinative Akzente für die Saison 2014/15 gesetzt. Die Waderner Sportler verbrachten eine rundum gelungene Woche in Frankreich und kehrten mit der Gewissheit zurück, den ersten Grundstein für eine neue und hoffentlich erfolgreiche Saison gelegt zu haben.

dischen Finale des Jahrgangs 2003 den Spieß umdrehen und die Rohrbacherin schlagen. Nach einer durchwachsenen Vorrunde steigerte sich Hannah Stein bei den K.-o.-Gefechten des Jahrgangs 2001 und musste sich lediglich im Finale der Engländerin Taylor Ashby aus Plymouth geschlagen geben.

Auch Philipp Zens (ebenfalls Jahrgang 2001) musste sich im Turnier nur dem ungeschlagenen Sieger Steven MacPherson beugen. In einem hochklassigen Endkampf siegte MacPherson, der zur absoluten Spitze der Degenfechter seines Jahrgangs in England gehört, nur knapp.

Die saarländischen Fechter kamen somit mit einer Goldmedaille und drei Silbermedaillen nach Hause – eine starke Ausbeute.

Herbert Stein

SCHLESWIG-HOLSTEIN

100 Fechter beim Lehrgang des Hanseatischen Fechtclubs Lübeck

Wie in den beiden vorangegangenen Jahren trafen sich engagierte Fechter aus Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen, Berlin und neuerdings auch aus Magdeburg für eine Woche zum Sommerlehrgang auf Usedom. Als Ort des Geschehens bewährte sich auch erneut die Sportschule Zinnowitz. Insgesamt 100 Fechter vom Schüler bis zum Senior trainierten acht Tage auf der Ostseeinsel nahe der polnischen Grenze.

Der Lehrgang wurde wie in den Vorjahren von der Florett- und Säbeltrainerin Friederike Janshen (HFC Lübeck und FC Lütjensee) zusammen mit Sergej Kentesh (TSG Winsen, TSG Bergedorf, EMTV, Hamburger FC) organisiert und geleitet. Unterstützt wurden sie von Jan-Hendrik Lühr (C-Trainer des HFCL) und fünf weiteren Co-Trainern – Keno Schwalb (WSV), Jean Surmomt (HFC), Finia Glattkowski, Jonas Obermann, Henrik Fey (alle HFCL). Aus Berlin-Wittenau reiste Cheftrainer Fritz Strehlow mit seinen Kollegen Laurent Lhussier und Christopher Prohl an, um vor allem das Degentraining durchzuführen.

Die Fecht-Woche begann mit einem Fußball-Event: dem Finale der Fußball-WM. In den Tagen danach begann das Programm mit einem Waldlauf und Schwimmen in der Ostsee. Trainiert wurde in den beiden Hallen der Sportschule, auf dem anliegenden Sportplatz und immer wieder gern am unmittelbar in der Nähe gelegenen Strand mit anstrengender Beinarbeit im Wasser oder Laufspielen im tiefen Sand.

Das Fechtraining zielte besonders auf die fechterische Selbsterfahrung im Kampf. Die meisten Nachmittage wurden genutzt, um sich ins Gefecht zu begeben. Hierbei wurden verschiedene Wettkampfmethoden ausprobiert. Es gab Mannschaftskämpfe in einer oder mehreren Waffen, gemischte Wettkämpfe für Jüngere und Ältere, Marathongefechte, Er-und-Sie-Teamwettbewerbe. Höhepunkt des Lehrgangs war das von Fritz Strehlow organisierte „Bärderturnier“.

Auf dem Abendprogramm standen „Mentales Training“ mit Dr. Hans-Georg Brinkmann, „Einführung ins Jurieren“ mit Friederike Janshen, „Waffenreparatur“ mit Jan-Hendrik Lühr und Henrik Fey. Neben dem Fechtraining gab es aber auch zahlreiche Freizeitangebote: einen Triathlon, ein Fußballturnier, Strandbesuche oder ein paar Runden Capture-The-Flag im Wald. Der Lehrgang im kommenden Jahr ist bereits in der ersten Sommerferienwoche Schleswig-Holsteins (19.-26. Juli 2015) geplant. Informationen auf facebook unter „Fechten Usedom“ oder bei fjanshen@gmx.de

Mahnaz Shahriyari



Aufmerksame Zuhörer: Eine Woche mit Theorie und Praxis des Fechtens

Foto: Mahnaz Shahriyari

SÜDBADEN

Ferierspielaktion als Werbemöglichkeit

Auch das Fechten ist im Wettkampf mit anderen Sportarten. Die Vereine, Fechtclubs und -abteilungen buhlen und kämpfen um den Nachwuchs. Die Ganztagschulen und geburtenschwächeren Jahrgänge machen es nicht einfach, die Anfängerkurse zu füllen. Da sind auch Fechter gefordert, kreativ zu sein.

Eine Möglichkeit, für den Fechtsport zu werben, sind die landauf und landab stattfindenden Ferierspielaktionen. So beispielsweise geschehen in Waldkirch, wo die Stadt ein rund dreiwöchiges Angebot

für die Kinder und Jugendlichen zusammen mit den Vereinen auf die Beine stellt. So hat auch die dortige Fechtabteilung an der Ferienaktion teilgenommen und gleich zwei Schnupperkurse angeboten. Vereinstrainer Andy Langenbacher zeigte sich ob der zwei vollen Gruppen sehr zufrieden und den Kindern habe es Spaß gemacht.

Morgens erhielten die 7-9-Jährigen und nachmittags die 10-14-Jährigen einen ersten Einblick in die Kunst des Fechtens. Sie durften mal in die Fektkleidung schlüpfen, mal einen Degen führen und auch mal erste Fechtschritte ausprobieren. Die Schnelligkeit wurde unter anderem bei einem Stoßkissen ausprobiert. Es war in Waldkirch eine lohnenswerte Aktion, um das Fechten bei den Kindern vorzustellen und bei den Eltern ins Bewusstsein zu bringen.

Hubert Bleyer



Fechten steht in Konkurrenz zu anderen Sportarten. Mit der Ferierspielaktion in Waldkirch gab es eine gute Chance, für das Fechten zu werben.

Foto: Hubert Bleyer

Sommerlehrgang mit Südbadens
Verbandstrainer

Zur Vorbereitung auf die neue Fechtseason hat Verbandstrainer Jörg Ruppenthal zum Sommerlehrgang in den südbadischen Stützpunkt nach Waldkirch eingeladen. 25 Fechter aus Baden-Baden, Schweningen, Lahr und Waldkirch legten mit zwei intensiven Trainingstagen die ersten Weichen für die neue Saison. Jörg Ruppenthal, teilweise unterstützt durch Waldkirchs Vereinstrainer Andy Langenbacher, hatte ein abwechslungsreiches Programm erstellt, angefangen vom Aufwärmtraining, Dehnübungen, Beinarbeit, Waldlauf und anderem mehr. Natürlich wurde in der Kastelberghalle auch viel gefochten, um in den Rhythmus zu kommen. „Sehr engagiert“ haben die jungen Fechter mitgemacht, lobte Verbandstrainer Ruppenthal die Teilnehmer. Der Grundstein sei gelegt, die ersten Turniere können kommen.

Hubert Bleyer



Sommerlehrgang im Stützpunkt Waldkirch

Foto: Hubert Bleyer

MENSCHEN DES SPORTS

Mary Gensicke: 50 Jahre Fechten im OFC München

Maria „Mary“ Gensicke hat am 7. Oktober ein beeindruckendes Jubiläum gefeiert. Sie ist seit 50 Jahren Mitglied des Olympischen Fechtclubs München (OSC). Ich kenne Mary seit 12 Jahre, als eine vitale, ungeheuer soziale und lustige Fechterin. Obwohl Mary kulturell sehr engagiert und interessiert ist, findet sie sicher einmal pro Woche Zeit fürs Fechten. Ich fragte sie, wie sie es schafft, über all die Jahre regelmäßig zum Fechten zu kommen. Sie schaute mich mit großen Augen unverstänlich an und sagte: „Ja, Sylvie! Weil es mir Spaß macht, natürlich!“ Nun ja, das war natürlich keine schlaue Frage; wer ficht, macht das nicht aus gesundheitlichen Gründen, sondern weil es Spaß macht und man im Verein nette Leute kennenlernen kann. Aber Marys Antwort hat für mich genau das ausgedrückt, was ich an Mary so bewundere: durch regelmäßiges Training bis ins hohe Alter mit viel Spaß Sport zu treiben.

Wie kommt ein Mädchen wie Mary, geboren 1935 in Leipzig zum Fechten? In Ingolstadt gab es einen Trainer, der auch Nachbar war oder ein Nachbar, der auch Trainer war. Dieser Nachbar, Ludwig Bahnmüller vom TSV 1861 Ingolstadt, hat Mary für den Fechtsport begeistert. Da seit 1949 in Deutschland wieder Kampfsport betrieben werden durfte, hätte Mary, gerade 15 Jahre geworden, mit dem Fechten beginnen können. Sie musste jedoch



Mary Gensicke bei einem Fechtabend
Foto: privat

bis zu ihrem 18. Geburtstag warten, bis es endlich so weit war. Das abendliche Training wurde dem Teenager von der Großmutter untersagt. Nur um Fechten zu können, ließ sich Mary vorzeitig am 18. Geburtstag für volljährig erklären. „Endlich konnte ich machen, was ich wollte“, sagte sie zielstrebig. Mary kam am 1. Januar 1954 zum TSV 1861 Ingolstadt zum Fechten.

Kurz vor dem Bau der Mauer in Berlin begegnet Mary ihrem Wolfgang. Sie heirateten 1956 und bekamen zwei Töchter. Die Familie zog nach München und Mary startete am 7. Oktober 1964 vor 50 Jahren beim Fechtclub Würmtal, der sich später in OFC München umbenannt hat. „Wieso hast du diesen Verein gewählt?“, fragte ich. Mary antwortete: „Ich habe den Ludwig in Ingolstadt gefragt, wo ich hin soll und dann hat er gesagt, geh zum Fechtclub Würmtal, der Club ist nicht so groß und die Leute sind nett.“ Da habe ich innerlich gelächelt und habe gedacht: „Ja! So sind wir immer noch!“ Und ehrlich, solche Momente machen mich sehr stolz auf meinen Verein!

So, liebe Leser, kann ein Sport wie Fechten einen Menschen ein Leben lang begleiten. Wir danken und gratulieren unserem Golden-Girl Mary herzlich zu diesem Anlass.

Sylvia Lemstra,
2. Vorstand OFC München

Anzeige

**MEYER
& MEYER
VERLAG**

DIE SPORTEXPERTEN

www.dersportverlag.de

80 Jahre in einem Verein: Egon Gehlen

In der heutigen Zeit gibt es immer weniger junge Erwachsene, die sich über Jahre hinweg einem Verein verschreiben. Viele versuchen sich in verschiedenen Sportarten und verlassen spätestens nach dem Abi den Verein, weil nun eine Ausbildung oder ein Studium in einer anderen Stadt ansteht. Im Deutschen Fecht-Club Düsseldorf gibt es ein Mitglied, das seit 80 Jahren im Verein ist.

Egon Gehlen ist mittlerweile 90 Jahre alt und lebt mit seiner Ehefrau Margot im Düsseldorfer Stadtteil Himmelgeist. Als er mit dem Fechtensport im Alter von 10 Jahren angefangen hat, ein Freund hatte ihn mitgenommen, gab es noch keine elektronischen Melder, auch dass es weibliche Fechter gab, war eher eine Seltenheit. Er fing wie jeder Fechter beim DFCD mit dem Florett an. Je länger er im Verein war – sein Freund, der ihn zum Fechten geholt hatte, war schon wieder ausgetreten –, desto mehr Gefallen fand er an der schnellen Waffe Säbel. Deshalb machte er sich auch die Hieb- und Stichwaffe zu eigen. Mit dieser Waffe hatte er auch viele nationale und internationale Erfolge. „Doch der erste Platz blieb mir immer verwehrt“, sagte Gehlen.

Als der Zweite Weltkrieg auch Düsseldorf erreicht hatte, musste der Fechtbetrieb eingestellt werden. Auch Egon Gehlen musste an die Front gehen, doch zum Glück für die Düsseldorfer Fechter kam er unversehrt nach Hause. Zurückgekehrt, machte er sich mit Paul Schulze an die Arbeit, den Fechtbetrieb des DFCD wieder aufzubauen. Egon Gehlen übernahm auch die ehrenamtliche Tätigkeit als Fechtwart, heute mit der Position des Sportwarts gleichzusetzen.

Nach dem Krieg kam für ihn und den Fechtclub eine erfolgreiche Ära. Er selbst wurde in der für ihn fremden Waffe Degen deutscher Mannschafts-Meister. „Bei den stattfindenden Meisterschaften ist ein Vereinskollege ausgefallen, sodass einer einspringen musste. Ich dachte mir, was die können, kann ich



Egon Gehlen erhält vom 2. Vorsitzenden des Düsseldorfer Clubs, Richard Weinhold, einen Satz Ehrenmedaillen für 80 Jahre Vereinsmitgliedschaft.

Foto: DFCD

auch und lieh mir die Waffe bei meinem Vereinskollegen aus. Damit habe ich auch meinen Anteil an diesen Titel“, meinte Gehlen.

Das Fechten war und ist für ihn eine Faszination, weil eine gute Ausdauer erforderlich ist – sowohl mental als auch körperlich. Als das elektronische Fechten zur Tagesordnung gehörte, merkte der damals 35-jährige Gehlen, dass er dieser Umstellung nicht mehr gewachsen ist. Er entschied sich, den aktiven Fechtensport aufzugeben, aber weiterhin den

Verein durch seine passive Mitgliedschaft und seine Ratschläge zu unterstützen. Doch in den letzten Jahren haben seine Ratschläge nachgelassen, ihm ist der Fechtensport durch die immer neuen Regeln zu schnell geworden und kann diesem nur noch schwer folgen. „Doch für mich stand es nie zur Debatte, aus dem Verein auszutreten“, sagte er. Der Club dankte es ihm: Am 26. August bekam Egon Gehlen vom 2. Vorsitzenden Dr. Richard Weinhold einen Satz Ehrenmedaillen des DFCD für 80 Jahre Vereinsmitgliedschaft überreicht.

Stella Kluge

Daniel Zimmermann gestorben

Am 23. Juli verstarb unser langjähriges Verbandsmitglied Daniel Zimmermann nach schwerer Krankheit.

Daniel hat sich große Verdienste um den Fechtensport in Deutschland, vor allem aber in Schleswig-Holstein, erworben. Seine große Leidenschaft galt dem Säbelfechten, das er durch intensive Arbeit im Landesverband förderte. Für sein Engagement ehrte ihn der Fechter-Bund Schleswig-Holstein 2009 mit der

Bronzenen Ehrennadel. Die größten Erfolge konnte er als Trainer des Kieler MTV, dessen Fechtabteilung er lange Zeit leitete, feiern. Von 1998 bis 2011 trainierte Zimmermann dort die Säbelfechter und erreichte mit ihnen mehrfach das Finale im Deutschlandpokal. Neben vielen nationalen und internationalen Erfolgen wurden zwei seiner Schützlinge in den DC-Bundeskadern des Deutschen Fechter-Bundes berufen. Zuletzt trainierte er die Fechter des SV Tüngendorf.

Für seine Mitarbeit im Vorstand des FBSH als Jugendwart und Säbelwart danken wir Daniel sehr. Seine intensiven Bemühungen um den deutschen Säbelfechternachwuchs machten ihn zu einer herausragenden Persönlichkeit.

Der Fechter-Bund Schleswig-Holstein und seine Mitglieder werden ihm immer ein ehrendes Gedenken bewahren.

Florentin Thum

TERMINE

Datum	Ort	Nat.	Name	Altersklasse	Waffe	Qu/DFB
November						
01.-02.	Düren	GER	Internationales Turnier	mehrere Altersklassen	Degen, Florett	
01.-02.	Colmar	FRA	U23 European Circuit		Degen	
01.	Bochum	GER	World Cup	Junioren	Damenflorett	JWC/JQA
01.-02.	San Juan de los	VEN	World Cup		Damensäbel	WC
01.	Bad Segeberg	GER	Nord-Ostsee-Pokal	Junioren	Herrendegen	QJB
01.-02.	Dakar	SEN	World Cup		Herrensäbel	WC
01.-02.	Aarhus	DEN	The JAF Jubilee Tournament		Degen	ST
01.-02.	Eislingen	GER	Deutsche Junioren-Meisterschaft	Junioren	Säbel	JDM
02.	Burgsteinfurt	GER	Internationales Turnier	Junioren	Herrenflorett	QJB
07.-09.	St. Maur	FRA	Challenge International de St. Maur		Damenflorett	WC/QA
07.-09.	Tokyo	JPN	Prince Takamado		Herrenflorett	WC
08.-09.	Immendingen	GER	Mini-Cup	Schüler	Degen, Florett	
08.-09.	Immendingen	GER	Herbstturnier	mehrere Altersklassen	Degen, Florett	
08.-09.	Sofia	BUL	Cadet Circuit		Säbel	CC
08.-09.	Kenten	GER	Willy-Schlegelmich-Gedächtnisturnier	A-Jugend	Säbel	AJQN
08.	Saalfeld	GER	Degenstafettturnier ER-SIE-ES	Aktive	Degen	
08.-09.	Ingolstadt	GER	Ingolstädter Degen	mehrere Altersklassen	Degen	
08.-09.	Mülheim an der Ruhr	GER	Internationales Degen-Pokal-Turnier	mehrere Altersklassen	Degen	
08.-09.	Hamburg	GER	C-Trainer-Lizenzverlängerung			
08.-09.	Moedling	AUT	Cadet Circuit		Florett	CC
08.-09.	Copenhagen	DEN	Satellite Tournament		Degen	ST
08.	Frankfurt	GER	Frankfurter Bembel	Aktive	Herrendegen	QB
08.-09.	Frankfurt	GER	Kampfrichterprüfung Degen			
08.-09.	Espoo	FIN	Young Lions		Damendegen	JWC/JQA
08.-09.	San Salvador	ESA	World-Cup		Herrendegen	JWC
08.-09.	Remscheid	GER	Internationales Fechtturnier	mehrere Altersklassen	Florett	
08.-09.	Berlin	GER	Berliner B-Jugend Meisterschaft	B-Jugend	Degen, Florett	
08.-09.	Stuttgart	GER	Rössle-Pokalturnier	mehrere Altersklassen	Florett	
09.	Saalfeld	GER	Thüringenpokalturnier	Aktive	alle Waffen	
09.	Saalfeld	GER	Offene Mannschaftsmeisterschaften	Aktive	Degen	
09.	Frankfurt	GER	Frankfurter Bembel	Aktive	Damendegen	
14.-16.	Tallin	EST	Glave de Tallin		Herrendegen	WC/QA
14.-16.	Xuzhou	CHN	World Cup		Damendegen	WC
15.-16.	Nürnberg	GER	Nürnberger Trichter	mehrere Altersklassen	Säbel	
15.-16.	Antalya	TUR	Satellite Tournament		Florett	ST
15.	Backnang	GER	Backnanger Degen	Aktive	Degen	
15.-16.	Bonn	GER	Cadet Circuit	A-Jugend	Herrendegen	CC/AJQ
15.-16.	Heidenheim	GER	Cadet Circuit	A-Jugend	Damendegen	CC/AJQ
15.-16.	Burgsteinfurt	GER	Kampfrichterprüfung Florett			
15.	Burgsteinfurt	GER	Internationales Turnier	Aktive	Herrenflorett	QB
15.	Wangen	GER	Paul-Kindl-Gedächtnisturnier	Aktive	Degen	
15.	Mosbach	GER	Toto-Lotto-Cup	Aktive	Damenflorett	QB
15.-16.	Hamburg	GER	Hamburger Meisterschaften	Aktive	Degen	
15.-16.	Rastatt	GER	Spätlese-Turnier	Senioren	alle Waffen	
15.-16.	Ludwigshafen	GER	Ed. Krapp Gedächtnis-Turnier	A-Jugend	Degen, Florett	
15.	Friesenheim	GER	Pfalzlöwe	Aktive	Degen	
16.	Bremen	GER	Schüler- und Jugend-Turnier	mehrere Altersklassen	Florett	
16.	Friesenheim	GER	Eulenturnier	Aktive	Degen	
21.-23.	Bratislava	SVK	Memorial de Martinengo		HD, Florett	JWC/JQA
22.-23.	Budapest	HUN	Gerevich-Kovacs-Karpati		Herrensäbel	WC/QA
22.-23.	Grenoble	FRA	Cadet Circuit		Damendegen	CC
22.-23.	Marburg	GER	Marburger Stadtmeisterschaften	mehrere Altersklassen	Degen, Florett	
22.-23.	Bonn	GER	Ausbildung C-Trainer Modul 5			
22.-23.	Moscow	RUS	Cadet Circuit		Säbel	CC
22.-23.	Pliezhausen	GER	Neckar-Schönbuch-Cup	mehrere Altersklassen	Degen	
22.	Essen	GER	U23-Q + Jun.-QC Turnier	U23	Herrenflorett	U23QC
22.-23.	Berlin	GER	Wittenauer Fuchs	mehrere Altersklassen	Florett	
22.-23.	Zweibrücken	GER	Südwestdeutsche Meisterschaft	Aktive	alle Waffen	
22.-23.	Oslo	NOR	Satellite Tournament		Degen	ST
22.-23.	Orléans	FRA	Trophée BNP-Paribas		Damensäbel	WC/QA
22.-23.	Oelsnitz/Erzgeb.	GER	Erzgebirgs-Cup	mehrere Altersklassen	Degen	
23.	Lütjensee	GER	Säbelturnier	alle Altersklassen	Säbel	
28.-30.	Ciudad Bolivar	VEN	World Cup		Damendegen	JWC
29.	Osnabrück	GER	QJB Turnier	Junioren	Damendegen	QJB
29.	Dublin	IRL	Satellite Tournament		Herrendegen	ST
29.-30.	Hamburg	GER	Hamburger Meisterschaften	Aktive	Florett	
29.-30.	Tauberbischofsheim	GER	Cadet Circuit	A-Jugend	Damenflorett	CC/AJQ
29.-30.	Ditzingen	GER	Ditzinger Young Masters	mehrere Altersklassen	Degen, Florett	
29.-30.	Bochum	GER	Sparda-Bank-Mannschaftsturnier	mehrere Altersklassen	Degen, Florett	
29.-30.	Torino	ITA	Grand Prix Trophée Lancia	Aktive	Damenflorett	GP/QA
29.-30.	München	GER	Franz-Hofer-Turnier	Aktive	Degen, Florett	
29.-30.	Reutlingen	GER	Allstar-Cup	Aktive	Herrendegen	QB
29.-30.	Halle	GER	Cadet Circuit	A-Jugend	Herrenflorett	CC/AJQ
29.-30.	Chalons	FRA	Cadet Circuit		Herrendegen	CC
29.-30.	München	GER	Münchener Schwert/Nymphenburger Schloss	Aktive	Säbel	QB
30.	Osnabrück	GER	Internationales U23-Turnier	U23	Degen	
Dezember						
06.	Spremberg	GER	Lauermann-Cup	mehrere Altersklassen	Florett	
06.-07.	Rostock	GER	Weihnachts-Turnier	mehrere Altersklassen	Florett, Säbel	
06.-07.	Doha	QAT	Grand Prix Qatar	Aktive	Degen	GP
06.-07.	Cabries	FRA	Cadet Circuit		Florett	CC/AJQ
06.	Laupheim	GER	Internationales Turnier	Junioren	Herrendegen	QJB
06.-07.	Bonn	GER	Internationales Turnier	A-Jugend	Damendegen	AJQN
06.	Nürnberg	GER	Nürnberger Rauschgoldengel	mehrere Altersklassen	alle Waffen	
06.	Schkeuditz	GER	Sächsisches Wichtel-Turnier	Schüler	Florett	
06.-07.	Dormagen	GER	40. Preis der Chemiestadt	Junioren	Säbel	JWC/JQA
06.-07.	Cancun	MEX	Satellite Tournament		Damensäbel	ST
06.-07.	Moedling	AUT	U23 European Circuit		HD, Florett	
06.-07.	Tauberbischofsheim	GER	VS-Möbel-Cup	Schüler	Florett, Säbel	
07.	Spremberg	GER	Lauermann-Cup Youth-Marathon	mehrere Altersklassen	Florett	

IMPRESSUM

Offizielles Organ des Deutschen Fechter-Bundes e. V.



Herausgeber:
Deutscher Fechter-Bund e. V.
Am Neuen Lindenhof 2
53117 Bonn
Telefon: (02 28) 98 90 50
Fax: 67 94 30
E-Mail: info@fechten.org
Internet: www.fechten.org

Redaktion:
Andreas Schirmer (verantwortlich)
Hans-Sachs-Str. 55, 40237 Düsseldorf
Tel.: (02 11) 23 96 170
Fax: (02 11) 23 96 171
E-Mail: schirmer58@googlemail.com

Fachredaktion:
Sven Ressel, Am Neuen Lindenhof 2
53117 Bonn
Tel.: (02 28) 98 90 50, (0 93 41) 8 09 51
E-Mail: s.ressel@fechten.org

Druck: A. Ollig GmbH & Co. KG, Köln

Verlag:
Meyer & Meyer Verlag GmbH
Von-Coels-Str. 390, 52080 Aachen
Tel.: (02 41) 95 81 00
Fax: (02 41) 9 58 10 10
www.versportverlag.de

Member of the World Sport Publishers' Association (WSPA)

Schlussredaktion, Satz & Gestaltung:
Andreas Mann
Tel.: (02 41) 9 58 10 19, Fax: (02 41) 9 58 10 10
E-Mail: andreas.mann@m-m-sports.com

Titelfoto: © Serge Timacheff
Kleine Fotos: © dpa picture-alliance GmbH, Olaf Wolf

Anzeigen:
Marion van Beuningen, Tel.: (02 41) 9 58 10 40
E-Mail: marion.vanbeuningen@m-m-sports.com
Anzeigenpreisliste Nr. 7

fecht sport erscheint 6 x jährlich; der Abopreis beträgt € 20,- inkl. Versand (im Ausland auf Anfrage). Für die Lizenznehmer des DFB ist der Bezugspreis in der Lizenzgebühr enthalten. Abokündigung muss mit einer Frist von drei Monaten vor Ablauf des Kalenderjahres erfolgen. Einzelheft € 4,-

Redaktionsschluss ist ca. vier Wochen vor Erscheinen und wird in der jeweils vorherigen Ausgabe bekannt gegeben. Die Zeitschrift und alle Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Die Verwendung ohne Zustimmung des Verlages ist strafbar – insbesondere Vervielfältigung, Übersetzung, Verfilmung und Einspeicherung in Datensysteme. Gekennzeichnete Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wieder. Wir behalten uns vor, Manuskripte und Leserbriefe zu kürzen. Die in dieser Zeitschrift erwähnten Übungen und Trainingsprogramme wurden nach bestem Wissen und Gewissen entwickelt und zusammengestellt, jedoch können wir keine Haftung für durch während und/oder nach der Ausübung auftretende Beeinträchtigungen jeder Art nehmen.

ISSN 0720-2229

Nächster Erscheinungstermin: 12. Dezember 2014
Verbindlicher Redaktionsschluss für die Ausgabe 6/2014 ist der 17. November, für die Ausgabe 1/2015 der 6. Januar.

Weitere Zeitschriften im Meyer & Meyer Verlag:
Badminton Sport, Betrifft Sport, International Journal of Physical Education, Judo-Magazin, Laufzeit & Condition, Sportjournalist, TurnMagazin, Ü-Magazin für Übungsleiter, Zeitschrift des Instituts für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT), Zeitschrift für sportpädagogische Forschung



Quality since 1964

Am 5. Oktober 1964 wurde allstar gegründet. Dieses Jubiläum wollen wir zum Anlass nehmen, uns bei Ihnen, liebe Fechterinnen und Fechter, für das Vertrauen zu bedanken, das Sie uns in den letzten 50 Jahren entgegen gebracht haben. Wir werden auch in Zukunft alles daran setzen, Ihnen qualitativ hochwertige, innovative Produkte zu fairen Preisen anzubieten.

Gerne laden wir Sie ein, sich an unserem Jubiläumsgewinnspiel unter www.allstar.de zu beteiligen und einen der wöchentlich ausgespielten Einkaufsgutscheine im Wert von 50,- EUR oder den Hauptgewinn in Form eines Einkaufsgutscheins im Wert von 500,- EUR bei der Schlussziehung zu gewinnen.



allstar Rollbag Premium Sonderedition „50 Jahre allstar“

verfügt über ein riesiges Platzangebot und ist extrem vielseitig. In den beiden Hauptfächern, den drei Ausentaschen und der abnehmbaren Aufsatztasche kann alles Wichtige verstaut werden.

Die hochgezogene Hartschale bietet den perfekten Schutz für Ihre Fechtwaffen und macht die Rollbag enorm robust. Die Inliner-Räder sorgen für komfortables Rollverhalten.

Weitere Farbvarianten auf Anfrage erhältlich.

Art.-Nr. RB6S kostet 225,- EUR inkl. MwSt

allstar Waffen-Rucksack In neuem Design

mit gepolsterten Trägern und ausziehbarem, flexiblem Waffenfach.

Art.-Nr. WS-RS2 für nur 58,- EUR inkl. MwSt



Informationen

zu einem weiteren neuen Produkt,

das wir an dieser Stelle leider nicht vorstellen können, finden Sie indem Sie dem nebenstehenden QR-Code folgen oder direkt unter

www.allstar.de/514.pdf



14513 Teltow (Berlin)
Fechtsport-Kindermann
Iserstrasse 8-10, Haus 2
Tel.+ Fax 033 28 - 308173

allstar Vertretungen

22769 Hamburg
Fechten i. Norden F. Janshen
Stresemannstr. 140
Tel. 0 40 - 31 63 59
Mobil 0172 - 40 58 280

32429 Minden
Adam Robak-Fechtservice
Ringstrasse 93
Tel. 0571 - 8837-10
Mobil 0162 - 69 21 240

53111 Bonn
Andreas Müller
Breite Strasse 93
Telefon
02 28 - 69 59 60

50767 Köln
Fechtsport H. Liefertz
Eibenweg 1
Tel. 02 21 - 79 52 54
Fax 02 21 - 79 04 633

63069 Offenbach / M.
Hansjoachim Langenkamp
Blumenstrasse 120
Tel. 069 - 845566
Fax 069 - 83837278

80339 München
Fechtsport Strohmaier
Bergmannstr. 3
Tel. 089 - 58939274
Mobil 0173 - 95 77 326

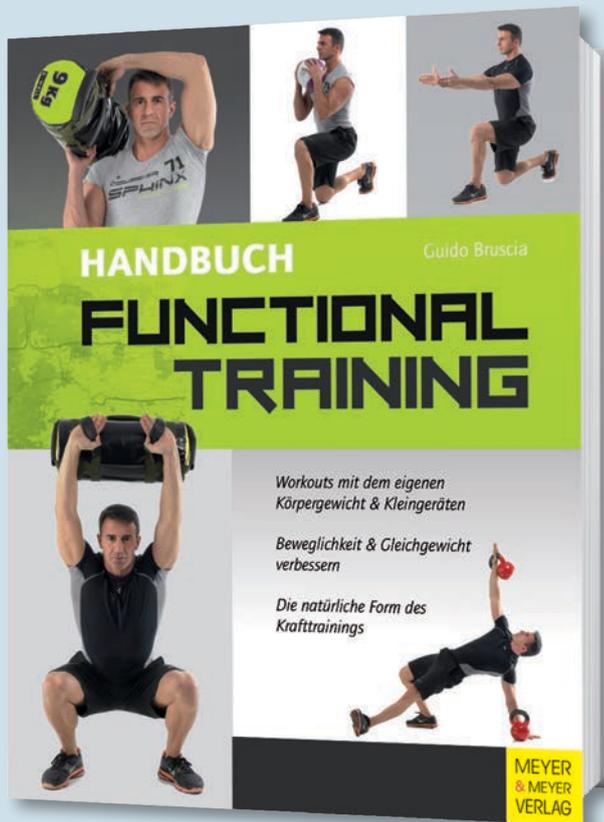
www.allstar.de

allstar Fecht-Center

Carl-Zeiss-Str. 61, D-72770 Reutlingen
Telefon: 0 71 21 / 95 00- 0
Telefax: 0 71 21 / 95 00 - 99
info@allstar.de



DER ULTIMATIVE FITNESSTREND



Guido Bruscia

HANDBUCH FUNCTIONAL TRAINING

Funktionales Training ist einfach, schnell, macht Spaß und wird Ihre Gesundheit und Ihre Fitness verbessern. Es ist eine wissenschaftliche Methode für das individuelle Training, egal ob zu Hause, draußen oder im Fitnessstudio. Das Buch ist in drei Teile unterteilt: Zunächst wird im theoretischen Teil das „Warum“ erklärt, dem das Funktionale Training zugrunde liegt. Im zweiten, praktischen Teil finden Sie Übungen mit dem eigenen Körpergewicht sowie mit verschiedenen Geräten (z. B. Sandsack, Medizinball, Kettlebells). Im abschließenden Teil werden verschiedene Trainingsprogramme vorgestellt, mit denen Sie Ihr Ziel erreichen können und z. B. Ihre Kraft steigern oder abnehmen können.

512 Seiten

19,6 x 25,4 cm, Klappenbroschur

in Farbe, 657 Fotos, 26 Abb.

ISBN 978-3-89899-876-5

€ [D] 29,95

Auch als E-Book erhältlich.

DER AUTOR

Guido Bruscia ist ein in Italien und darüber hinaus bekannter Trainer für funktionales und Kettlebell Training. Er ist technischer Leiter der Functional Training School, Lehrer an Bildungseinrichtungen für Fitness und Bodybuilding, Personal Trainer und Fitnesscoach. Er hat mehrere erfolgreiche Bücher geschrieben.

**MEYER
& MEYER
VERLAG**



MEYER & MEYER Verlag

Von-Coels-Str. 390

52080 Aachen

Unsere Bücher erhalten Sie online oder bei Ihrem Buchhändler.

Telefon

Fax

E-Mail

Website

02 41 - 9 58 10 - 13

02 41 - 9 58 10 - 10

vertrieb@m-m-sports.com

www.dersportverlag.de