

13. Literatur.

Für alle, die Interesse haben, noch etwas mehr über das Fechten zu lesen, haben wir hier eine kleine Literaturlauswahl zusammengestellt.

Barbasetti, Luigi	Das Stoßfechten, übersetzt von Bernhard Dimand, Georg Ernst, Wien 1990
Beck, Emil	Fechten-Florett-Degen-Säbel Falken-Verlag, Niedernhausen/Ts 1978
Beck, Emil	Tauberbischofsheimer Fecht- ktionen für Anfänger und Fortge- schrittene, Trainerbibliothek des Deutschen Fechterbundes 1978.
DeBeaumont, Charles L.	Fechten nach den Regeln der Kunst: Florett, Degen und Säbel- Franckh, Stuttgart 1977
Internationaler Fechtverband (FIE)	Wettkampffregeln (jeweils aktuelle Fassung).
Lochner, Karl E.	Die Entwicklungsphasen der euro- päischen Fechtkunst, Wien 1953
Paschel, Bernd	Fechten, Limpert, Bad Homburg 1981
Güse, Klaus-Dieter Schirmer, Andreas	Faszination Fechten, Limpert, Wiesbaden 1986
Horst H. Tein	Mit dem Fechten auf Du

Rheinischer-Fechter-Bund e.V.



Turnier - Reifeprüfung

Hydrogencarbonat getrunken werden. Bei sportlichen Aktivitäten von über 60 Minuten sollte das natriumhydrogencarbonatreiche Mineralwasser als Sport-Schorle vor dem Wettkampf mit Fruchtsaft im Verhältnis drei (3) Teile mineralstoffreiches Mineralwasser : ein (1) Teil Fruchtsaft gemischt werden.“

Das erfolgreiche Trinken während der sportlichen Tätigkeit.

„Wenn die Schweißverluste nicht durch ein entsprechendes Trinkverhalten ausgeglichen werden, wird Flüssigkeit aus Blut, Lymphe, Gewebe und Gehirn entzogen. Die Körperflüssigkeiten dicken ein. Das Blut fließt nicht mehr so gut. Die Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen ist geschwächt...

Es kann zu Schwindel, Erbrechen, Muskelkrämpfen und Kreislaufversagen kommen.....

Viele Sportler trinken während des Sportes sehr wenig, weil es angeblich den Magen belastet. Das ist falsch. Vorausgesetzt, man trinkt richtig und das Richtige.“

Erprobte Trinkregeln für den Sportler.

1.

Trinke so oft wie möglich mineralstoffreiches Mineralwasser

2.

Verteile die Getränke auf kleine Portionen von 0,2 Liter

3.

Achte darauf, dass die Getränke nicht zu kalt sind

Das richtige Trinken nach Training und Wettkampf

„Nach dem Training oder Wettkampf sollte schnellstmöglich mit dem Trinken begonnen werden. Wichtig ist hierbei, in kleinen Schlucken zu trinken, da der Verdauungstrakt noch gereizt ist, und es bei einem hastigen Ess- und Trinkverhalten zu Bauchkrämpfen kommen kann.“

Auszugsweise aus der Broschüre „Das richtige Trinken bei Freizeit, Sport & Spiel“, herausgegeben von der Kaiser Friedrich Quelle.

INHALT

Ein Wort zuvor _____ 5

1. Die Waffen für das Sportfechten _____ 6

1.1 Das Florett _____ 6

1.2 Der Degen _____ 8

1.3 Der Säbel _____ 10

1.4 Die Griffe _____ 11

2. Technik der Waffen und Geräte _____ 14

3. Die häufigsten Fehler und deren Behebung _____ 22

4. Schutz- und Sicherheitsbestimmungen _____ 29

5. Ein wenig Geschichte _____ 31

6. Die Organisationen der Fechter _____ 37

7. Die Zulassungsbestimmungen _____ 38

8. Der Wettkampf _____ 40

8.1 Grundlegende Bestimmungen _____ 40

8.2 Die Wettkampfbahn _____ 44

8.3 Das Gefecht _____ 45

8.3.1 Die Treffflächen _____ 47

Die Trefffläche beim Florett _____ 47

Die Trefffläche beim Degen _____ 48

Die Trefffläche beim Säbel _____ 48

8.3.2 Die Aufstellung der Fechter / innen _____ 49

8.3.3 Das Kampfgericht _____ 49

8.3.4 Kampfzeit und Trefferzahl _____ 50

8.3.4.1 Das Tableau _____ 51

9. Fechtschulen und Fechtmethodik oder Fechten lehren - Fechten lernen _____ 53

9.1 Die Fechtaktionen _____ 53

9.1.1 Der Angriff _____ 54

11. Einige Worte zur Ernährung.

In diesem Abschnitt geht es nicht darum, einen feststehenden und verbindlichen Ernährungsplan aufzustellen, an den du dich unbedingt halten musst. Das ist höchstens für den absoluten Hochleistungssportler von Bedeutung.

Allerdings sollte man sich grundsätzlich bewusst ernähren und bestimmte Regeln beachten, die übrigens nicht nur für das Fechten gelten.

Es gibt durchaus bestimmte Nahrungsmittel und Getränke, die für einen Sportler besser geeignet sind als andere. Eiweißreiche und fettarme Kost sind, vor allem vor und während eines Wettkampfes, bestimmt besser als ein fettes Schnitzel mit Kartoffelsalat.

Auch bei den Getränken gibt es solche die geeigneter sind als andere. Vor allem beim Wettkampf aber auch sonst sind kohlehydrat- und mineralstoffreiche Getränke die besten Durstlöcher.

Ein voller Magen ficht nicht gern.

Manche Lebensmittel sind leicht verdaulich und liefern schnell die gewünschte Energie sowie wichtige Nährstoffe. Andere Speisen dagegen liegen lange und auch schon mal schwer im Magen - und das ermüdet. Denn für die Verdauung müssen die Magenwände besonders gut durchblutet werden, und dann steht anderen Körperorganen, beispielsweise dem Gehirn, weniger Sauerstoff zur Verfügung. Das bremst nicht nur die Konzentration, sondern auch die

körperliche Leistungsfähigkeit. Andere Speisen belasten den Organismus allein durch ihr großes Volumen und führen zu Völlegefühl und Unwohlsein. Wer sich sportlich betätigen möchte, sollte daher seine Mahlzeiten besonders sorgfältig zusammenstellen. Sportlernahrungsmittel bieten dem Sportler hier eine gute Hilfe. Sie versorgen den Körper mit den nötigen Nährstoffen, sind besonders leicht verdaulich und bleiben nur kurze Zeit im Magen.

Aus dem Aprilheft 1992 des "Fechtsport".

Ein Wort zuvor.

Liebe(r) _____ !
Trage hier bitte Deinen Namen ein

Du hast dich vor einiger Zeit dazu entschlossen, den Fechtsport zu erlernen. Dabei wirst du von den Übungsleitern und Trainern deines Vereins unterstützt. Sie werden dich im Laufe der Jahre in die Geheimnisse unseres schönen Wettkampfsportes einweihen und dir beibringen, wie man sich in einem Gefecht am besten zur Wehr setzt.

Da uns vom Rheinischen-Fechter-Bund die Gesundheit unserer Fechter und eine gute Grundausbildung ganz besonders wichtig sind, darf an Turnieren nur derjenige teilnehmen, der in einer besonderen Prüfung nachgewiesen hat, daß er die entsprechenden Vorausset-

Das Sportfechten, das du ganz besonders viel vielen technischen und keiten richtig nutzen bietet. Dazu ist neben der Übung im Training Anteil an Theorie nötig, herrschen muß.



Na, 'nen starken Gegner gehabt?

zungen besitzt. derzeit erlernst, macht Spaß, wenn man die taktischen Möglichkeiten, die dieser Sport langer und ausdauernd auch ein gewisser den der Fechter be-

Dieses Heft soll dir dabei helfen, dich in die Grundlagen dieser Theorie einzuarbeiten und die wichtigsten Bestimmungen des Fechtsports kennenzulernen. Außerdem soll es dir helfen, dich auf die Turnierreifeprüfung vorzubereiten und das, was du bei deinem Trainer gelernt hast, noch einmal nachzulesen und zu vertiefen.

Wir wünschen dir viel Freude an deinem neuen Sport und viel Glück bei der Prüfung, damit du dann endlich bei Turnieren beweisen kannst, was du schon alles gelernt hast.

Aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung wurde in den meisten Fällen die männliche Sprachform gewählt.

Damit ist keine Benachteiligung des weiblichen Geschlechts gemeint.

Der Vorstand des
Rheinischen-Fechter-Bundes

9.6 Weitere wichtige Angriffsformen.

9.6.1 Die Finte.

Die Finte ist ein besonders wichtiger **technisch-taktischer** Teil des Fechtens. Erst ihre Beherrschung ermöglicht ein interessantes Fechten. Sie ist ein **Scheinangriff**, der den / die Gegner / in zu einer **falschen Reaktion** (Parade) verleiten soll, die eine **Blöße freigibt**, in die man dann selbst stoßen kann. Da sie ohne Klingenberührung stattfindet nennt man sie auch „freie Finte“.

Die Finte ist ein zusammengesetzter Angriff. Um den / die Gegner / in zu einer Reaktion zu verleiten, muss der **Scheinangriff** als echt angesehen werden, das heißt, die gegnerische Trefffläche muss tatsächlich bedroht werden. Der folgenden Parade weicht man dann mit einer Umgehung aus.

9.6.2 Die Rimesse.

Die **Rimesse** ist ein **sofortiger Nachstoß** nach einem Angriff oder einer Riposte, die nicht zum unmittelbaren Treffererfolg geführt haben.

Die Rimesse hat jedoch nur dann **Treffervorrecht**, wenn der / die

Gegner / in sein / ihr Recht auf eine Riposte (nach vorheriger Parade) oder einen Zwischenstoß nicht genutzt hat.

Die reine Klingenslänge von der **Glocke bis zur Spitze** beträgt **90 cm**. Sie hat einen rechtwinkligen Querschnitt.

Schau dir die Klinge deines Floretts noch einmal genauer an. Bestimmt wirst du erkennen, dass sie unterschiedlich dick ist. Vorne an der Spitze ist sie am dünnsten. Wenn du nun mit zwei Fingern an ihr entlang zur Glocke fährst, bemerkst du, dass sie immer dicker wird und auch schwer zu verbiegen ist. Die Klinge wird deshalb in jeweils **30 cm lange Teilstücke** unterteilt, die unterschiedliche Namen haben.

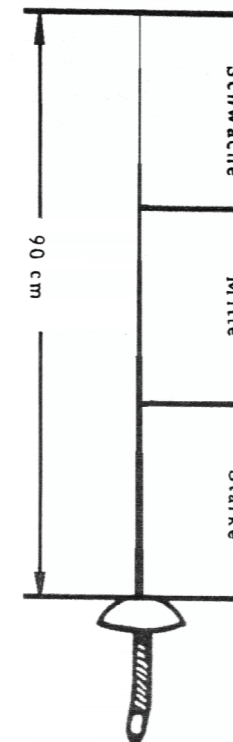
Beginnend bei der Glocke unterscheiden wir:

Die Klingensstärke

Die Klingensmitte

Die Klingenschwäche

Die Glocke trennt den Griff von der Klinge und dient dem Schutz der Hand. Der **Durchmesser** der Glocke beträgt **12 cm**.



9.4 Die Mensur.

Als Mensur bezeichnen wir den **Abstand** der Fechter / innen untereinander.

Wir unterscheiden drei Varianten :

Die enge Mensur

ist der Abstand, aus dem man den / die Gegner / in **durch Strecken des zuvor gebeugten Armes** treffen kann.

Die mittlere Mensur

ist der Abstand, aus dem man den / die Gegner / in durch **Strecken des zuvor gebeugten Armes und einen Schritt vorwärts** oder einen **Ausfall** treffen kann.

Die weite Mensur

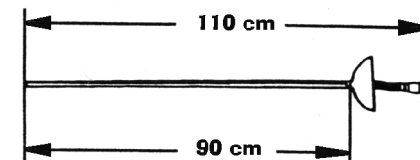
ist der Abstand, aus dem man den / die **Gegner** / in durch **Strecken des zuvor gebeugten Armes mit Schritt oder Sprung vor und Ausfall** treffen kann.

9.5 Die Beinarbeit.

Die Beinarbeit macht zusammen mit den Armbewegungen die **Technik des Fechtens** aus. Sie gehört demnach zur **Grundschule des Fechtens**.

Je besser sie beherrscht wird, umso sicherer gelingen die Aktionen und umso mehr kann man sich auf die Taktik konzentrieren.

Die Regeln schreiben vor, dass der Degen unter 770 Gramm wiegen muss und 110 cm Länge, gemessen von der Spitze der Klinge bis zum Ende des Knaufes, nicht überschreiten darf.



Die **reine Klingenlänge** von der **Glocke bis zur Spitze** beträgt wie beim Florett **90 cm**. Ihr **Querschnitt ist V-förmig**.

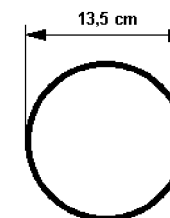
Schau dir nun die Klinge bitte etwas genauer an. Du wirst sehen, dass sie eine andere Form als die des Floretts hat.

Beim Herunterdrücken der Spitze bemerkst du vielleicht, dass der Druck, den du ausüben musst, größer ist als beim Florett.

Wie beim Florett, spricht man auch beim Degen von :

Klingenstärke,
Klingenmitte und
Klingenschwäche

Der Durchmesser der Glocke beträgt 13,5 cm.



Die **Feder der beweglichen Degenspitze** muss ein Gewicht von **mindestens 750 Gramm** hochdrücken.

Das heißt, erst wenn die Spitze den Gegner mit diesem Druck berührt, wird ein Treffer angezeigt.

Die Tempoaktion durchbricht nur in bestimmten Fällen das Treffervorrecht. Sie hat deshalb ihre größte Bedeutung beim **Degenfechten**, da hier lediglich der Treffer zählt, der zuerst aufkommt und der Angreifer **kein Treffervorrecht** besitzt.

9.2 Die Blößen.

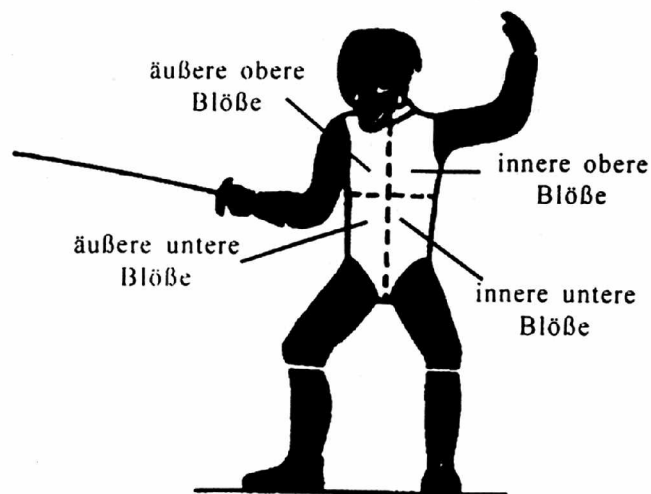
Als **Blößen** bezeichnet man die gültigen Treffflächen, die sich gut beim Florettfechten erklären lassen (siehe Abbildung).

Um das Ganze zu vereinfachen, wird diese Fläche durch zwei gedachte Linien in **vier Blößen** eingeteilt.

Es sind:

die **obere**,
die **untere**
die **innere** und
die **äußere** (auf der Seite des Waffenarms)
Blöße.

Je nach **Einladung** (siehe weiter unten) wird der Gegner „ eingeladen“ seinen Angriff auf eine der vier Blößen zu richten.



Auch die Säbelklinge wird, wie bei Degen und Florett, in **Klingenstärke**, **Klingenmitte** und **Klingenschwäche** unterteilt.

Die Glocke des Säbels muss **abgerundet**, **aus einem Stück hergestellt** und **außen glatt** sein.

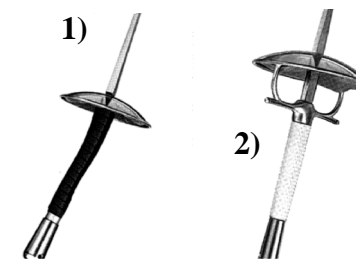
1.4 Die Griffe.

Wenn du dich beim Training in deinem Verein einmal umschaust, wirst du vielleicht feststellen, dass einige Fechter unterschiedliche Griffe an ihren Waffen haben.

Lasse sie dir ruhig einmal zeigen und den Unterschied erklären. Frage die Fechter auch einmal, weshalb sie gerade diesen Griff bevorzugen. Dein Trainer wird dir sicherlich auch gerne die Unterschiede erklären.

Meistens benutzen die Fechter **drei Grundtypen**.

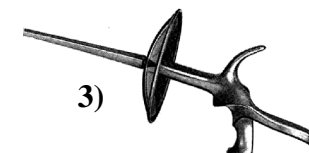
1. **Den französischen Griff.**
2. **Den italienischen Griff.**
3. **Den orthopädischen Griff oder Pistolengriff.**



Florettgriffe

Der italienische Griff wird heute nur noch selten verwendet.

Den orthopädischen oder Pistolengriff gibt es in verschiedenen Ausführungen.



Dabei muss der Fechter in Fechtstellung die Waffe mit gestrecktem Arm halten.

Wir unterscheiden zwei Linien, - **die obere Linie** und die **untere Linie** - .

Die **obere Linie** zeigt auf die **obere Blöße** (siehe unter 9.2),
die **untere Linie** zeigt auf die **untere Blöße**.

9.1.2 Die Parade und Riposte.

Unter einer Parade versteht man allgemein das Abwehren der unmittelbaren gegnerischen Bedrohung.

Dies kann dadurch geschehen, dass man dem Angriff durch einen Schritt oder Sprung ausweicht, oder indem man die gegnerische Klinge beseitigt.

Wir unterscheiden deshalb :

Körperparaden und Klingenparaden

Ausweichen durch Schritt
oder Sprung zurück.

Ausweichen zur Seite.

Einfache Parade

Beim Fechten gibt es acht verschiedene Paraden. Für dich sind jedoch zunächst nur die drei in den Abbildungen dargestellten Paraden von Bedeutung.

Kreisparade

Hierbei beschreibt die Klinge des Angegriffenen einen **Kreis nach unten** um die gegnerische



9.1.1 Der Angriff.

Der Angriff ist eine ununterbrochen durchgeführte Vorwärtsbewegung, die das Ziel hat, den Gegner zu treffen.

Nach den Fechtregeln wird ein Angriff eingeleitet, in dem der bewaffnete Fechtarm gestreckt und die gegnerische Trefffläche durch die Spitze der Waffe bedroht wird.

Wir unterscheiden dabei zwei Arten von Angriffen:

Die freien Angriffe.

Gerader Stoß

Vorwärtsbewegung der Klinge durch Armstrecken.

Umgehungsstoß

Vorwärtsbewegung der Klinge wie beim geraden Stoß, wobei die Spitze eine schraubenähnliche Bewegung um die gegnerische Waffe macht.

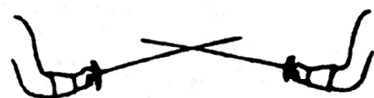
Coupéstoß

Hier umgeht man die gegnerische Klinge um die Spitze herum. Die eigene Spitze bewegt sich dabei zuerst nach hinten und sofort wieder nach vorne über die Spitze des Gegners.

Die Klingenangriffe.

Bindung - Stoß

Hierbei wird versucht, die gegnerische Klinge zur Seite zu bewegen, indem man mit der eigenen Klingenstärke Druck auf die Klingenschwäche des Gegners ausübt.



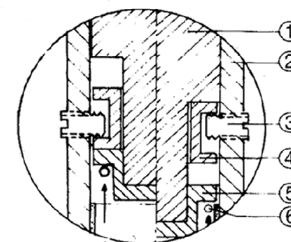
Die Bindung der Waffen

Filo - Stoß

Hierbei handelt es sich ebenfalls um einen Bindungsstoß, bei dem der Klingenkontakt bis zum Endstoß beibehalten wird, weil der Gegner die Angriffsklinge drückt.

Es ist verständlich, dass an dieser Stelle besonders häufig Störungen auftreten, weil nur die Schneide einiger Gewindegänge Kontakt mit einem umgebogenen Blech (4) haben. Ist dieses noch verbogen, was bei älteren Spitzen häufig vorkommt, besteht lediglich Punktkontakt. Bewegungen mit der Waffe können diesen Kontakt kurzzeitig unterbrechen, genauso, wie durch Verschmutzung an dieser Stelle. Die Folge davon sind ungültige Trefferanzeigen.

Detail - Skizze der Florettspitze



- | | |
|-------------------|----------------|
| 1 Spitzenoberteil | 2 Spitzenhülse |
| 3 Madenschrauben | 4 Kragenhülse |
| 5 Messinghütchen | 6 Druckfeder |

Zur besseren Kontaktübertragung sind bei guten Spitzen diese Hütchen versilbert. Eine weitere Gefahrenstelle durch Verschmutzung ist die Anlage der Feder am Hütchen und am Metallplättchen.

Zur besseren Kontaktübertragung sind bei guten Spitzen diese Hütchen versilbert. Eine weitere Gefahrenstelle durch Verschmutzung ist die Anlage der Feder am Hütchen und am Metallplättchen.

Fehler und deren Behebung.

Die Fechter sind angeschlossen, aber die weiße Lampe brennt ständig.

1. Schritt : das Florett.

Um den Fehler zu lokalisieren, wird das Körperkabel ab der Glockenstecker-Seite (2 Pole) kurzgeschlossen. Die beiden Pole des Steckers werden miteinander mit einem metallischem Teil verbunden. Das kann die Glocke des Florett sein, aber auch ein anderer Gegenstand aus Metall (Schraubenzieher, die Klinge). Erlischt die weiße Lampe, so liegt der Fehler wahrscheinlich am Florett.

Ursachen und die mögliche Behebung des Schadens:

- das Florett gegen ein funktionierendes austauschen,
- das bewegliche Oberspitzenteil drehen,
- die gelockerte Spitzenhülse festziehen

Ist der Fehler damit nicht behoben, geht es so weiter :

RFB - Turnier - Reifeprüfung

Hier ist ein Beispiel für ein fertig ausgefülltes Tableau einer Fünfferrunde. Du kannst es dir noch einmal von deinem Trainer erklären lassen.

Nr.	Name	1	2	3	4	5	S	G	geg. Tr.	erh. Tr.	%Siege	Treffer
73	Ittner, E.	1	V3	4	V4	V5	3	4	16	8	0,750	+ 8
74	Nass, K.	2	2	V4	V3	V2	3	4	11	7	0,750	+ 4
15	Böll, M.	3	V4	1	4	V5	2	4	14	14	0,500	+ 0
61	Pusch, T.	4	2	2	V4	V5	2	4	13	14	0,500	- 1
11	Nagel, C.	5	0	1	2	3	0	4	6	17	0,000	-11

Dies ist die Nr. des Fechters im Turnier.
 Dies ist die Nr. des Fechters im Tableau.
 Anzahl der Siege des Fechters in der Runde.
 Anzahl der Gefechte, die der Gegner geführt hat.
 Treffer, die der Fechter gesetzt hat. Hierzu wird die Zeile zusammengezählt.
 Diese beiden Eintragungen gehören zusammen. Fechter 1 hat mit V3 : D2 gegen Fechter 2 gewonnen.
 Treffer, die der Fechter erhalten hat. Hierzu wird die entsprechende Spalte zusammengezählt.
 Hier wird die Anzahl der Siege durch die Anzahl der Gefechte geteilt.
 Hier wird die Anzahl der erhaltenen Treffer von der Anzahl der gesetzten Treffer abgezogen.

Wenn ihr im Verein eine kleine Runde fechtet, kannst du es hier einmal selbst versuchen.

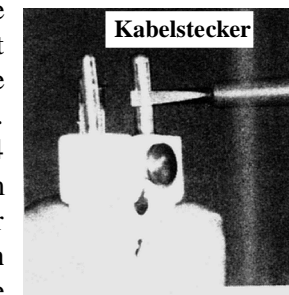
Nr.	Name	1	2	3	4	5	S	G	geg. Tr.	erh. Tr.	%Siege	Treffer
		1										
		2										
		3										
		4										
		5										

RFB - Turnier - Reifeprüfung

Die Behebung aller dieser Mängel ist unproblematisch, das Problem ist mehr, sie zu finden. Beim Einbau einer neuen Leitung ist es immer zu empfehlen, die Isolierung sehr gründlich zu entfernen. Hierzu eignen sich am besten Schmirgelpapier, ein scharfkantiger Gegenstand (Messer oder Schere) oder auch ein Feuerzeug. Empfehlenswert ist eine Prüfung der neuen Leitung dann, wenn die Spitze montiert und die Leitung in der Spitze eingebaut, aber noch nicht eingeklebt ist.

2. Schritt: das Körperkabel.

Brennt die weiße Lampe auch dann weiter, wenn die beiden Pole des Glockensteckers kurzgeschlossen sind, dann wird im nächsten Schritt das Körperkabel überprüft, indem der 3-Pol-Stecker etwas aus dem Rollenstecker herausgezogen und mit einem Metallstab (Schraubenzieher oder auch die Klinge) der mittlere mit dem weit äußeren Stift verbunden wird. Geht die weiße Lampe aus, so liegt der Fehler wahrscheinlich am Körperkabel. Wahrscheinlich deshalb, weil noch andere Schwächen auftreten können, die später erwähnt werden. Lockere Madenschrauben der Steckerstifte sind ebenfalls häufig die Ursache für Störungen. Am häufigsten treten Litzenbrüche so cirka 2 bis 4 cm hinter dem Glockenstecker, seltener hinter dem Rollenstecker auf. Wenn der Stecker auseinander gebaut ist, zieht man an den Enden kräftig, um den Litzenbruch festzustellen und das abgerissene Ende herauszuziehen. Einige Male kann das Kabel gekürzt werden, irgendwann wird es aber zu kurz. Die neuen Enden sollen aber abgelötet werden, weil die Madenschrauben der Stecker besser in abgelöteten Enden haften und sich nicht so schnell lockern. Beim Zusammenbau ist darauf zu achten, dass die Adern auch richtig angeschlossen werden.



Merke:

Der mittlere Pol des Rollensteckers muss mit dem dünnen Stecker des Glockensteckers und der weite äußere Pol mit dem dicken Stecker verbunden sein. Der Anschluß für die Westenklammer ist der äußere Kontakt.

Recht häufig sind die Stifte der Glockenstecker - Seite des Kabels verschlissen und stellen keinen guten Kontakt in der Glocken - Steckdose

8.3.4 Kampfzeit und Trefferzahl.

Ein Gefecht in einer **Runde** wird bei **allen Fechtern** auf **max. 5 Treffer** gefochten.

Bei **Rundengefchten** aller Altersklassen ist die **Kampfzeit** auf **3 Minuten** begrenzt.

Nach Ablauf der Kampfzeit wird das unterschiedliche Ergebnis eingetragen. Beispiel: Fechter A gewinnt gegen Fechter B 2:1, Eintragung V2-D1.

In der **Direktausscheidung** wird bei der B- Jugend auf max. 10 Treffer und ab A- Jugend auf max. 15 Treffer gefochten. Die reine Kampfzeit beträgt bei B- Jugend **zwei (2) mal drei (3) = sechs (6) Minuten**, ab A- Jugend **drei (3) mal drei (3) Minuten**, insgesamt also **höchstens neun (9) Minuten**.

Wenn nach **drei (3) oder sechs (6) Minuten** noch nicht 10 bzw. 15 Treffer auf **einer Seite** gefallen sind, **wird der Kampf jeweils für eine (1) Minute unterbrochen**.

Beim **Säbelfechten** wird bei Erreichen von **acht (8) Treffern** auf **einer Seite** der Kampf für **eine (1) Minute unterbrochen**.

Während dieser Pausen können die Fechter / innen betreut werden.

Damen und Herren fechten nach dem gleichen Modus.

Die Reihenfolge der Schritte 1 bis 5 vom Florett zum Melder wurde deshalb gewählt, weil die Fehlerursache auch entsprechend der Häufigkeit in dieser Reihenfolge auftritt.

Beim Stoß auf die Brokatweste zeigt der Melder ungültig.

1. Schritt: die Elektro - Weste.

Zeigt sich dieser Mangel nur an einer Stelle, so kann der Fehler provisorisch mit Leitsilber behoben werden. Löcher in der Weste können durchaus mit Flickern aus dem gleichen Material repariert werden. Zeigt sich dieser Fehler an mehreren Stellen, so muss die Weste ausgetauscht werden. Bei Turnieren ist meistens vorher eine Materialkontrolle, die die Westen auf deren Widerstand messen. Dabei wird so ein Fehler schon meistens festgestellt. Da der Stoff aus metallische Fäden besteht, kann es bei längerem Gebrauch schon vorkommen, dass diese reißen und so den Stromdurchfluss unterbrechen. Schon beim Einkauf sollte der Anfänger nicht unbedingt die billigste Jacke kaufen, weil er daran meistens nur kurze Freude hat, denn es gibt bei den Westen unterschiedliche Qualitäten. Schonendes Behandeln, also nicht knicken, sondern rollen, schützt die Fäden vor Brüchen. Verschmutzte Westen können durchaus in der Waschmaschine gewaschen werden.

2. Schritt: die Körperkabel.

Ist der Fehler nicht an der E-Weste, so kann die Ursache auch am Körperkabel zu finden sein. Die Prüfung erfolgt, indem auf die Klammer des Westenkabels gestoßen wird. Zeigt sich der Fehler auch hier, so liegt es wahrscheinlich im Rollenstecker des Körperkabels. Die weitere Prüfung kann in der Weise erfolgen, dass immer auf den äußeren engen Kontakt gestoßen wird, der farbig anzeigen muss. Leuchtet nach wie vor die weiße Lampe, so wird der Fehler weiter gesucht, indem die Rolle, dann die Zuleitung und schließlich der Melder geprüft werden. Selbstverständlich kann der Fehler auch am Körperkabel des Gegners oder der dahinter geschalteten Geräte liegen. Die Prüfung erfolgt wie vorher beschrieben.

Das Florett drückt das Prüfungsgewicht von 500 g nicht wieder hoch.

1. Schritt: der Schlag auf den Boden.

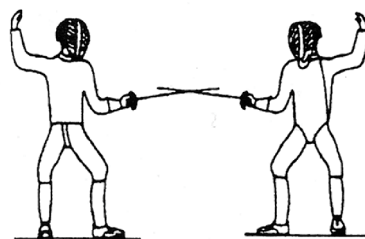
Hier hilft oft ein flacher Schlag auf den Boden, die Feder wird entlastet und drückt das Prüfungsgewicht wieder hoch.

Stöße, die **auf** einer an sich **nicht gültigen Trefffläche** auftreffen, werden **trotzdem als gültig** gezählt, **wenn** der / die Fechter/in **durch** eine **unnormale Körperbewegung** (siehe S. 41) **diese nicht gültige Trefffläche an die Stelle einer gültigen gesetzt hat.**

Dies bedeutet, wenn du beim Florettfechten deinen hinteren Arm vor die Brust hältst und dann auf diesen getroffen wirst, wird dieser Treffer gezählt.

Die Trefffläche beim Degen.

Beim Degenfechten ist der **ganze Körper** gültige Trefffläche. Auch die Füße und der Kopf dürfen getroffen werden.

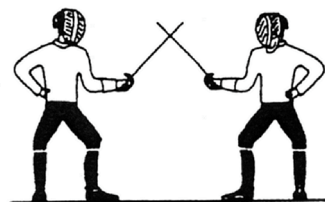


Die Trefffläche beim Degen

Die Trefffläche beim Säbel.

Beim Säbelfechten erstreckt sich die gültige Trefffläche auf **den gesamten Oberkörper einschließlich Kopf und Arme.**

Jeder Treffer, auch der auf der ungültigen Trefffläche aufgekommene, unterbricht das Gefecht.



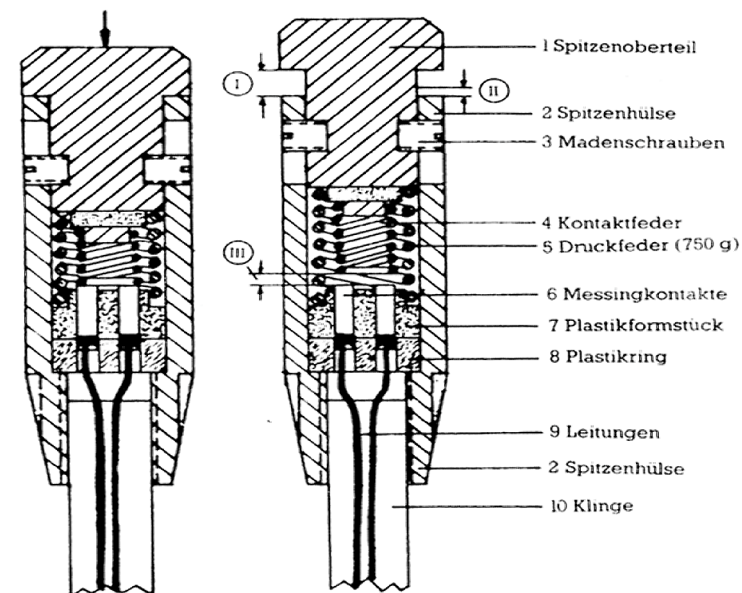
Die Trefffläche beim Säbel

Degen.

Schon die Konstruktion der Spitze ist robuster als die des Florettes und daher auch nicht so anfällig. Das System bei der Betätigung der Spitze einen Kontakt zu schließen, ist ebenfalls einfacher technisch zu lösen.

Funktionsweise der Spitze.

Das Spitzenoberteil 1 wird gegen die Feder 5 mit mehr als 750 g heruntergedrückt. Die Kontaktfeder 4 verbindet die Kontakte 6 und leitet den Strom über die Leitungen 9 zum Steckkontakt des Degen. Damit ist der Stromkreis geschlossen und der Treffer wird angezeigt.



- ① Lehre 1,5 mm muß zwischen 1 und 2 passen
- ② Lehre 0,5 mm. Das auf die Lehre heruntergedrückte Teil 1 darf den Treffer noch nicht auslösen.
- ③ Abstand größer als 0,5 mm.

*Elektrische Degenspitze
(links: Treffer wird angezeigt, rechts: in Ruhestellung)*

ein Fechter die Kampfbahn mit beiden Füßen seitlich verlässt. Dabei gibt es zwei Möglichkeiten:

1. **Unbeabsichtigtes Verlassen der Kampfbahn.**
2. **Beabsichtigtes Verlassen der Kampfbahn.**

Hierbei gelten folgende Regeln:

Verlässt ein/e Fechter/in die Kampfbahn mit beiden Füßen seitlich, wird **der / die Gegner / in von der zuletzt gehaltenen Position um 1 Meter** vorgestellt und **der / die zu bestrafende Fechter / in weicht** in Fechtstellung **entsprechend zurück**.

Überschreitet ein/e Fechter / in mit beiden Füßen **absichtlich** die seitliche Kampfbahngrenze, **um einem Treffer zu entgehen**, so erhält er / sie **eine für das laufende Gefecht wirksam bleibende "strenge Verwarnung"**.

Im **Wiederholungsfall im laufenden Gefecht**, erhält er / sie einen **Straftreffer**.

Das heißt, wer die Bahn verlässt, muss von dieser Stelle aus einen Meter zurückgehen und sich erneut aufstellen, während der Gegner einen Meter nach vorne gehen darf. **Diese Regelung gilt für alle drei Waffen.**

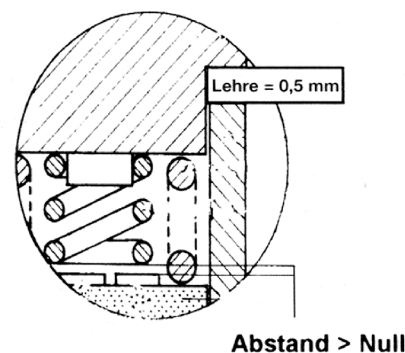
Dies bedeutet, wenn du versuchst, einem Treffer dadurch zu entgehen, dass du die Kampfbahn absichtlich verlässt, muss dich der Obmann "streng" verwarnen, das heißt, er zeigt dir die gelbe Karte. Wenn du es trotzdem ein weiteres Mal versuchst, erhältst du jedes Mal einen Straftreffer.

Leitungsbruch.

Neben den Brüchen in der Degenrille werden auch oft bei der Montage der Glocke, des Griffes und des Steckers die Leitungen entweder am Durchgangsloch in der Glocke oder vom Griff abgequetscht. Sofern der Leitungsbruch dadurch hinter der Glocke auftritt, kann dieser Schaden durch Löten behoben werden, ansonsten müssen 2 neue Litzen eingezogen werden.

Einstellung des Zündlaufs.

Die Einstellung des Zündlaufs hat schon manchen Fechter zur Verzweiflung gebracht, weil die Einstellung recht kompliziert ist und bei den herkömmlichen Degenspitzen sich auch sehr leicht verstellt. Die Einstellung muss daher mit sehr viel Fingerspitzengefühl durchgeführt werden. Die Prüfung erfolgt, indem das Spitzenoberteil 1 auf die Lehre von 0,5 mm heruntergedrückt wird. Bis dahin darf die Kontaktfeder 4 die beiden Kontakte 6, die mit den beiden Leitungen in der Degenklinge verbunden sind, nicht berühren. Dann entspricht der Degen dem Reglement (siehe Bild). Durch Drehen der Kontaktfeder wird sie verlängert oder verkürzt.



Degen in der Kontrollstellung des Zündlaufes

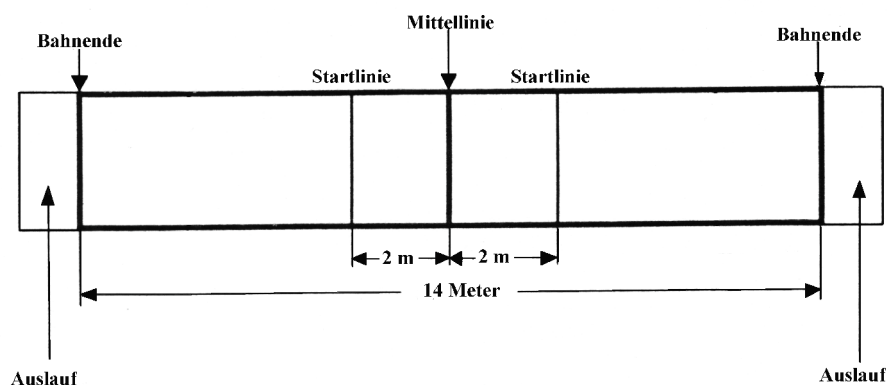
Der Degen hat Masse.

Die Behebung muss, sofern der Massekontakt im Bereich der Glocke auftritt, so wie oben beschrieben, geprüft und behoben werden. Der Anschluss am Glockenstecker bietet auch Fehlerquellen, sei es, dass ein Draht lose oder nicht abisoliert ist, oder gar mit der Masse des Steckers Kontakt hat. Hier genügt ein genaues Hinschauen oft schon, um diese banalen Fehler zu entdecken. Seltener tritt dieser Fehler in der Spitze auf. Dann allerdings hilft nur das

8.2 Die Wettkampfbahn.

Der für den Wettkampf bestimmte Teil des **Fechtbodens** heißt **Fechtbahn** oder französisch **Planche**.

Diese Fechtbahn ist **14 Meter lang** und **1,50 Meter bis 2 Meter breit**.



Die Fechtbahn ist durch verschiedene Markierungslinien gekennzeichnet (siehe die Zeichnung oben).

Die Länge der Fechtbahn beträgt **14 m**. Jeweils **7 m** nach rechts und links.

Geteilt wird die Fechtbahn von der **Mittellinie**.

Rechts und links davon ist, **2 m** von der **Mittellinie entfernt**, jeweils eine **Startlinie**.

Einziehen einer neuen Leitung.

Nun noch das Einziehen einer neuen Leitung in eine gebrauchte Klinge. Hier gibt es bei Fechtanfängern - und nicht nur bei denen - erhebliche Schwierigkeiten, weil viele kleine Fehler zu Misserfolgen führen. Und wer versteht schon, wenn ein Florett oder Degen mit einer neuen Leitung nicht funktioniert oder nur gelegentlich. Alles schon erlebt!

Zunächst schauen wir uns die Klinge an:

Starke Roststellen sollten mit Schmirgelpapier beseitigt werden.

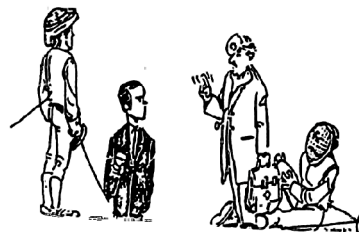
Die in der eingefrästen Nut befindlichen Restklebstoffe müssen selbstverständlich entfernt werden. Aus meiner Erfahrung eignet sich sowohl bei der Florett - als auch Degenklinge ein scharfkantiger kleiner Schraubenzieher oder ein feststehendes, scharfkantiges Messer. Feststehend deshalb, weil es sonst sehr leicht zusammenklappt, und wenn die Finger dazwischen kommen, sehen sie danach nicht so gut aus. Die sich bildenden Krümel können mit einer Drahtbürste entfernt werden. Manche bevorzugen klebstofflösende Flüssigkeiten, aber das lohnt sich nur, wenn mehrere Klingen zur Reparatur vorliegen. Sie werden über Nacht in diese Flüssigkeit gelegt. Dabei löst sich der Klebstoff auf.

Nun prüfen wir die Länge der Angel und sägen sie, falls notwendig, auf die entsprechende Länge ab. Sinnvoll ist es, die alte Angel als Muster zu verwenden. Nach dem Absägen wird das Gewindeende mit einer Feile entgratet und leicht angeschrägt. Die Mutter zur Probe aufschrauben. Nun probieren wir, ob die Angel auch in das Loch der Glocke und in den Griff hineinpaßt. Falls nicht, muß entweder gefeilt oder geschliffen werden. Selbstverständlich an der Klinge, nicht am Griff oder an der Glocke! Handelt es sich um eine gebrochene Klinge, so ist die Spitze ja noch in Ordnung und kann durchaus wieder verwendet werden. Also, sie wird sorgfältig abgeschraubt (Degen Schlüsselweite 6 und Florett SW 5). Danach bauen wir die Spitze auseinander, die sich im Innenteil der Spitze befindlichen Kunststoffteile lassen sich bequem mit einem Nagel herausdrücken.

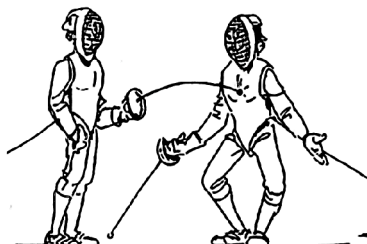
Normalerweise paßt die neue Kunststoffhülse in die Spitzenhülse gut hinein. Sollte sich ein Grat an den Löchern der Madenschrauben gebildet haben, oder Schläge haben die Hülse verformt, so hilft nur ein Nacharbeiten der Hülse, entweder mit einer Rundfeile oder mit einem passenden Fräser.

Wenn die Hülse fest angezogen ist, lockert sie sich auch nicht so schnell wieder. Allerdings darf auch nicht zu fest angezogen werden, weil sonst die Hülse platzen kann oder das Gewinde wird überdreht. Die Leitung mit der Kunststoffhülse wird eingeführt. Der richtige Sitz wird mit einem Dorn geprüft und falls notwendig durch leichte Schläge korrigiert.

Unterbrechung des Gefechts wegen einer vorgetäuschten Verletzung.



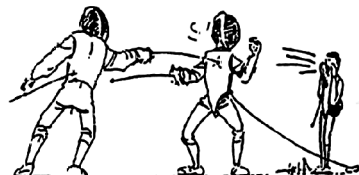
Begünstigung des Gegners.



Vorteile durch Absprache mit dem Gegner.

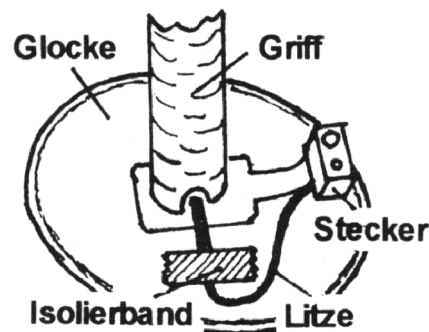


Störung des Gefechts durch einen anderen Fechter.



werden. Nach ca. 10 bis 15 Minuten, wenn der Kleber gerade beginnt fest zu werden, soll der überflüssige Klebstoff abgerubbelt werden, so dass nur noch die Litze zu sehen ist. Die eingeklebte Litze selbst sollte über mehrere Stunden trocknen.

Beim Zusammenbau der Waffe muss recht vorsichtig umgegangen werden, damit die Isolierung der Litzen nicht beschädigt wird, weil die Berührung einer abisolierten Stelle mit der Klinge Massenschluß erzeugt und zur Störung führt. Über jedes Litzenende wird ein Isolierschlauch geschoben, der bis zur

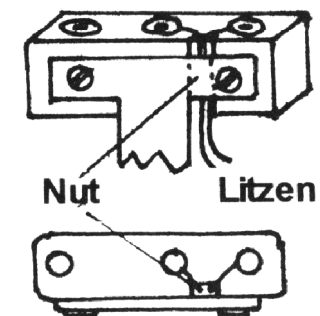


Glockenaußenseite gehen sollte. Beim Degen dürfen diese beiden Isolierschläuche allerdings nicht soweit herausragen, dass der Gegner darauf einen Treffer setzen kann. Nun wird die Glocke aufgesteckt und die beiden Litzen vorsichtig durch die Glockenöffnung geführt, das gleiche gilt für den Glockenstecker. Über den Glockenstecker werden die Litzen rechtwinklig abgebogen und mit Isolierband fixiert. Das nun eingelegte Glockenpolster mindert zwar den Druck auf eventuell verrutschte Leitungen, verhindert

Führung der Litzen

aber nicht, dass sie abgequetscht werden. Bevor der Glockenstecker (Degen) montiert wird, sollen die beiden Litzen durch den Spalt am Stecker geführt werden, weil es nachher viel mehr Mühe macht. Wichtig ist, dass die beiden Litzen mit Isolierschlauch durchgezogen werden, weil sonst eine Berührung der beiden Litzen vorkommen könnte.

Bevor die Litzen angeschlossen werden, wird der Griff mittels der Mutter festgezogen. Es empfiehlt sich eine M 6 - Feder-scheibe unter die Mutter zu legen, weil sich der Griff dann nicht so leicht löst.



Lage der Litzen am Stecker

8. Der Wettkampf.

8.1 Grundlegende Bestimmungen.

Damit ein Gefecht oder ein ganzes Turnier **fair und sportlich** ablaufen können, müssen die Bedingungen für alle Sportler gleich sein. Für jeden Teilnehmer müssen dieselben Regeln gelten und die technischen Bedingungen dürfen niemanden bevorzugen oder benachteiligen.

Dazu gehört auch, dass sich alle Fechter an die **fundamentalen Fechtregeln** halten, so dass jedes Gefecht ein **formgerechter und fairer Kampf** ist. Dies gilt auch für Übungsgefechte im Training.

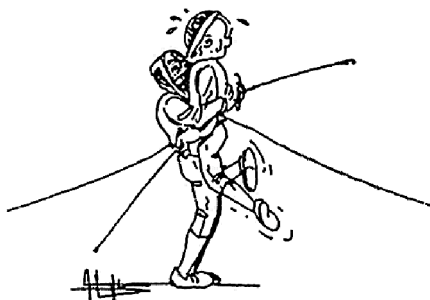
Bei Beachtung der grundsätzlichen Regeln ficht jeder Fechter auf seine eigene Weise und eigene Gefahr.

Unfaire und unsportliche Verhaltensweisen sind verboten und können zum Ausschluss vom Wettkampf führen.

Dies können sein:

Absichtliches Herbeiführen von Körperberührungen (z. B. ein Sturzangriff, der mit heftigem Aufprall auf den Gegner endet).

Racheakte; brutale Hiebe und Stöße.



4. Schutz - und Sicherheitsbestimmungen.

Wenn du zum ersten Mal bei einem Fechtwettkampf zuschaust, stellst du fest, dass die Fechter eine ganz besondere Kleidung tragen. Das **Weiß** der Fechtanzüge leuchtet in der Halle und verleiht dem Turnier eine ganz besondere Atmosphäre. Außerdem wirkt der Sport dadurch noch eleganter.

Der Grund dafür, dass Fechter diese Art von Bekleidung tragen, hat aber wenig mit dem Aussehen zu tun als vielmehr mit der **Sicherheit der Fechter**. Deshalb sind die Hosen und Jacken aus besonders festem Material angefertigt. Bei der Jacke bestehen der Waffenarm von der Schulter bis zum Handgelenk und das Vorderteil der Jacke aus **doppeltem Material**. Damenjacken müssen einen besonderen **Brustschützer** aufnehmen können. Für Jungen gibt es einen besonderen Tiefschutz.

In der modernen Fechtbekleidung ist aus Schutzgründen ein **Kevlargewebe** eingearbeitet.

Die Kniestrümpfe dienen dem Schutz der Beine, die sie bis unter den Kniebundhosenrand bedecken müssen. Dem Schutz der Waffenhand dient ein **Handschuh**, der gefüttert sein kann und eine Stulpe besitzt, die auch den Unterarm teilweise bedeckt.

Die Fechtschuhe sollen möglichst eine griffige Sohle haben, um ein Rutschen auf der Fechtbahn zu vermeiden.

Die Maske schließlich besteht aus einem **Gittergeflecht aus Stahl** und aus einem kunststoff - oder lederumkleideten Drahtbügel. Sie ist innen gepolstert und besitzt vorne einen **Latz aus Kevlar**, der den Hals schützt. Die Maske soll bequem sein aber fest sitzen, so dass sie beim Gefecht nicht herunterfallen kann.

Die Fechtbekleidung (Jacke und Hose), die Maske und die Klingen der

7. Die Zulassungsbestimmungen.

Wie du nun schon des öfteren gehört hast, legen wir Fechter sehr großen Wert auf die Sicherheit unserer Sportler.

Aus diesem Grund darf nur derjenige an Turnieren teilnehmen, der bestimmte Voraussetzungen erfüllt, zu denen auch die erfolgreich bestandene Turnier-Reifeprüfung gehört.

Die Fechterin oder der Fechter **muss zur Teilnahme an Wettkämpfen** im Besitz eines gültigen **Fechtpasses** sein.

Fechter / innen, die **noch nicht 18 Jahre alt** sind, müssen vor Turnierbeginn ein **ärztliches Attest** vorlegen, das **nicht älter als 365 Tage (1 Jahr)** sein darf.

Jeder Fechter muss **bei allen offiziellen Turnieren** (Meisterschaften, Ranglistenturniere usw.) einen **gültigen Fechtpass** vorlegen.

Diesen Fechtpass erhältst du über deinen Verein. Er hat eine **Gültigkeitsdauer von einem Jahr.**



Diesen Fechtpass erhältst du nach bestandener
Turnier - Reifeprüfung!

5. Ein wenig Geschichte.

Den Kampf mit Schwert, Säbel, Degen und Florett und den vielen anderen Hieb - und Stichwaffen gibt es schon seit vielen Jahrhunderten. Dabei haben sich die Waffen im Laufe der Zeit verändert. Auch die Art und Weise, wie man sie benutzte, hat sich von unserer heutigen Fechtweise, die du inzwischen kennengelernt hast, unterschieden.

Deshalb wollen wir dir an dieser Stelle ein wenig über die Geschichte des Fechtens erzählen.

Schon immer versuchten Menschen, ihr Leben und ihr Eigentum zu schützen, und dies auch sehr früh mit Hilfe von Waffen. Die Griechen benutzten das Bronzeschwert, die Römer das eiserne Kurzschwert und die Germanen das Langschwert.

Feste Regeln für die Handhabung gab es jedoch noch nicht.

Es war alles erlaubt, was zum Erfolg führte.

Erst Jahrhunderte später, nach der Erfindung der Feuerwaffen, als Panzer, Schild und Helm keinen Schutz mehr boten, man diese deshalb wegließ und dadurch ein Waffengang noch gefährlicher wurde, begannen die Menschen, feste Regeln auszubilden und das Fechten systematisch zu üben.



Die Römer fochten mit dem eisernen Kurzschwert.

schen Fechterbundes, entwickelte die Tauberbischofsheimer Fechtlektionen, an denen sich heute die ganze Welt orientiert. Aber auch der Rheinische-Fechter-Bund hatte großen Anteil daran, dass die deutschen Fechter seither immer an der Weltspitze mitfechten. Klaus Reichert, Mannschaftsweltmeister 1987, Felix Becker, Monica Weber, Alexander Koch, Jojo Nolte, Wolfgang Wienand. Alles Weltklasse-Fechterinnen und -Fechter, die bei Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen Titel erfochten haben. Auch heute fechten Athletinnen und Athleten des RFB an der Weltspitze mit. Nachdem 1987 das Verbot aufgehoben, und auch Damen mit dem Degen fechten und an Wettkämpfen teilnehmen dürfen, kommen unter anderem mit Claudia Bokel auch aus den Reihen des RFB Fechterinnen mit Weltklasse. Seit nun mehr als 25 Jahren vergeht kaum ein Jahr, in dem nicht deutsche Fechter bei Weltmeisterschaften oder Olympischen Spielen in den Siegerlisten stehen. Anja Fichtel, Arnd Schmidt und Thorsten Weidner sind einige der bekanntesten Namen. Wenn wir alle aufzählen wollten, wäre die Liste viel zu lang für dieses Heft. Nach der Wiedervereinigung des Deutschen Fechterbundes mit dem Fechterverband der DDR am 3. Oktober 1990 konnte man feststellen, dass auch in der ehemaligen DDR gute Fechter ausgebildet worden waren. Ingo Weissenborn wurde 1991 Weltmeister im Herrenflorett und er gehört, wie Udo Wagner, zu der Mannschaft, die 1992 in Barcelona die Olympische Goldmedaille mit der Mannschaft gewann.

modernen Sportfechten in unserem Sinn sprechen. Die Fechtmeister der Clubs kamen meistens vom Militär. Entsprechend waren die Waffen, der „Schwere krumme Säbel“ der „Lange schwere Säbel“ (Pallasch), der Infanteriesäbel, die



Fechter mit Degen und Dolch. Aus der Zeit des Dreißigjährigen Krieges (1618-1648)

Lanze, das Bajonett und das Florett. Die Regeln waren starr, das Fechten unbeweglich und wenig attraktiv. Das Florett durfte nur in der „Festen Mensur“, das heißt, ohne Schrittbewegungen gefochten, der Säbel nur als Hiebwaffe benutzt werden. Die französische und italienische Fechtschule, die schnell und beweglich war, die „Bewegliche Mensur“ erlaubte und den Säbel als Stichwaffe zuließ, wurden nur ansatzweise gelehrt. Erst 1888 wurde bei einem Allgemeinen Deutschen Fechterkongress beschlossen die „Bewegliche Mensur“ einzuführen und eine Sportordnung festzulegen. Allerdings dauerte es noch zehn Jahre, bis sich diese endgültig durchgesetzt hatte. Der Präsident des FC Offenbach, Jakob Erckrath de Bary, war daran maßgeblich beteiligt. Durch seinen Einsatz wurde am 17. Dezember 1911 in Frankfurt der Deutsche Fechterbund gegründet, der auch heute noch die Dachorganisation der deutschen Fechter ist. Er wurde der erste Präsident (bis 1925) und vertrat die deutschen Fechter auch im Internationalen Fechterbund der FIE. Der Aufbau von Fechtvereinen, deren Zweck die sportliche Betätigung und nicht der blutige



Militärfechten - Übung unter Aufsicht des Fechtmeisters

Zweikampf war, führte in dieser Zeit dazu, endlich geeignete Schutzmaßnahmen für die Fechter zu entwickeln. Auch im Training ging man neue Wege.

Vor allem die Verpflichtung italienischer Fechtmeister wie Gazzera und Tagliabo in Offenbach führte zu einer Änderung und Verbesserung des Fechtens. Das bewegliche Fechten setzte sich mehr und mehr durch. Schwerer



Säbel und Studentischer Schläger wichen dem leichten Säbel und dem Florett. Regelmäßige Turniere und Meisterschaften wurden abgehalten.

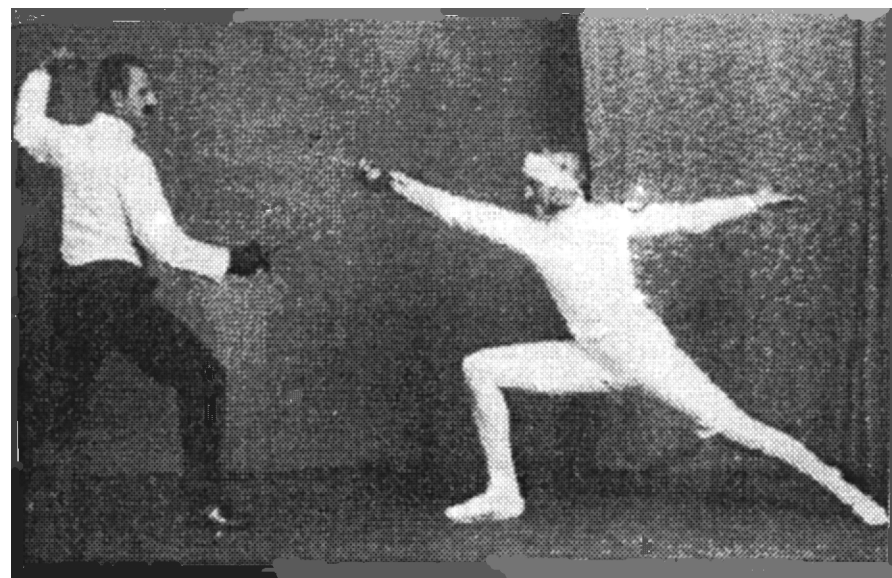
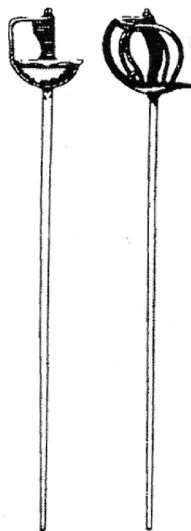
Der erste Weltkrieg brachte eine längere Pause und den zeitweiligen Ausschluß der deutschen Fechter aus der FIE. Trotzdem gelang der Neuaufbau, was sich in großen Erfolgen deutscher Fechter zwischen den beiden Weltkriegen zeigte.

Helene Meyer vom FC Offenbach und Erwin Casmir von Hermania Frankfurt waren die berühmtesten und erfolgreichsten Sportler. Als achtzehnjährige Schülerin wurde Helene Meyer bei den Olympischen Spielen 1928 in Amsterdam Olympiasiegerin im Damenflorett und

blieb danach über Jahre hinweg eine der besten Fechterinnen der Welt. Sie wurde zweimal Europameisterin und 1937 Weltmeisterin.

Erwin Casmir gewann in Amsterdam die Silbermedaille im Herrenflorett und war viele Jahre in Deutschland in allen drei Waffen unbesiegbar.

Der zweite Weltkrieg brachte dann wieder einen tiefen Einschnitt, indem er alles zerstörte, was mühselig aufgebaut worden war und schließlich zu einem Verbot des Fechtens in ganz Deutschland durch die Besatzungsmächte führte. Erst 1950 wurde es wieder erlaubt.



Helene Meyer lektioniert mit Meister Arturo Gazzera

Trotzdem wurde schon 1949 der Deutsche Fechterbund wieder errichtet. In den neu entstandenen Bundesländern wurden Landesverbände gegründet, unter anderem der Rheinische-Fechter-Bund, der am 15. Januar 1950 ins Leben gerufen wurde.

Da viele der ehemaligen Fechter im Krieg umgekommen waren, musste man ganz von vorne anfangen. Es dauerte einige Jahre, bis man international wieder mithalten konnte. Trotzdem zeigte die Jugendarbeit bald Erfolge und fand ihre Krönung mit der Weltmeisterschaft durch Friederich Wessel 1969 in Kuba und 1970 in Ankara. Im Jahr 1965 wurden die ersten Leistungszentren eingerichtet. Neben Bonn und Heidenheim wurde ganz besonders Tauberbischofsheim bekannt. Emil Beck, seit Jahren Cheftrainer des Deut-

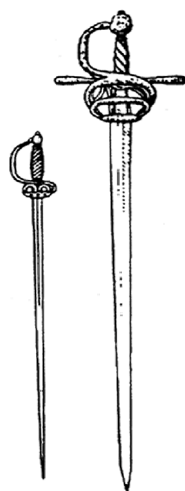
Die Erfindung des Buchdrucks im Jahr 1440 spielte hierbei eine große Rolle, denn reich bebilderte Fechtlehrbücher sorgten von da ab für eine weitere Verbreitung des Fechtens, vor allem in den Städten. Die Waffen waren zur damaligen Zeit allerdings noch sehr grob und unseren heutigen nur wenig ähnlich. Am gebräuchlichsten waren die „Lange Stange“ (Spieß), die „Halbe Stange“, die Hellebarde, das „Lange Schwert“, der „Dussack“, (kurzes Holzschwert), der Degen und der Dolch, die vorwiegend als Hieb- und Stichwaffen benutzt wurden. Fechtgesellschaften wie die „Marx Brüder“ (1487) und die Freifechter von der Feder entstanden und veranstalteten regelmäßig Schaukämpfe vor einem interessierten Publikum, die wegen der fehlenden Schutzmaßnahmen nicht ungefährlich waren und in der Regel blutig endeten. Um die eigene Ehre zu verteidigen,

setzte sich das Duell auf Leben und Tod immer mehr durch. Die Waffen verfeinerten sich und besonders der Degen als reine Stichwaffe wurde immer häufiger gebraucht. Durch die weitere Verbesserung der Schusswaffen verloren die Fechtwaffen als Kriegsgerät oder für das Duell immer mehr an Bedeutung und damit auch das Fechten selbst. Lange Zeit fochten deshalb nur noch Studenten und Offiziere. Erst im vergangenen Jahrhundert ging es dann wieder voran. Mit dem FC Hannover wurde 1862 der erste deutsche Fechtclub gegründet, dem schon wenige Monate später 1863 der FC Offenbach folgte. Die nächsten waren 1865 der Fecht- und Turn Club Köln und der FC Germania Frankfurt, 1876 der FC Mainz und 1879 der Wiesbadener Fechtclub. Hessen spielte eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung und Verbreitung des Sportfechtens in Deutschland.

Allerdings konnte man zu dieser Zeit noch lange nicht vom



Hellebarden aus dem 15. Jahrhundert



Hofdegen (18. Jahrhundert) und Spanischer Degen (16. Jahrhundert)

6. Die Organisationen der Fechter.

Trage hier bitte den Namen deines Vereins ein



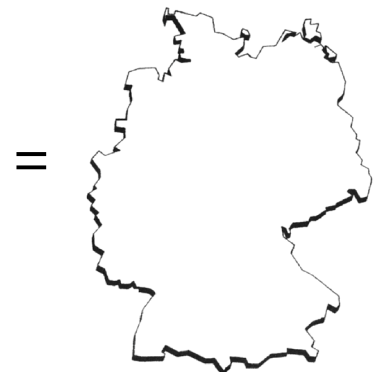
RFB



Rheinischer Fechter-Bund e.V.



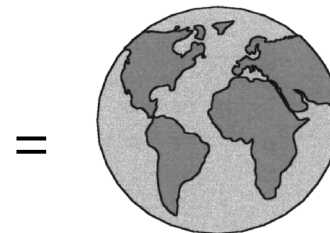
DFB



Deutscher Fechterbund e.V.



FIE



Fédération Internationale d'Esgrime (Internationaler Fechterbund)

Waffen müssen den strengen **FIE-Prüfnormen** entsprechen. Ausrüstungsgegenstände, die diese Norm erfüllen, sind deshalb mit dem **FIE-Prüfzeichen** versehen.

Zur Fechtausrüstung gehören:

- Weißer oder farbiger Bekleidung (Jacke und Hose).

Bei farbiger Bekleidung müssen die **Treffflächen** auf jeden Fall hell und die **Rumpfpartie** durchweg in einer Farbe gehalten sein.

- Strümpfe, die die Beine bis unter den **Kniebundhosenrand** bedecken und nicht rutschen können.

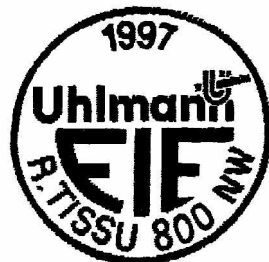
- Brustschutz für Fechterinnen.

- Unterzieh-Schutzkleidung bzw. **Fechtkleidung** die den geforderten **FIE-Normen** entspricht (**Prüfzeichen!**).

- Handschuh aus Leder oder vergleichbarem Material.

- Fechtschuhe mit rutschfester Sohle.

- Die Maske und die **Waffen** müssen der **FIE-Norm** entsprechen (**Prüfzeichen!**).



Das FIE - Prüfzeichen für
Jacke und Hose.

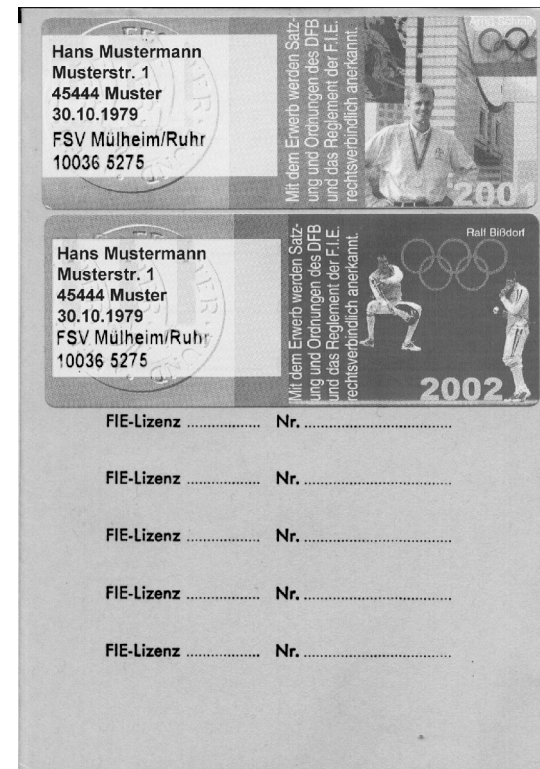


Fechtmaske



Das FIE - Prüfzeichen
für die Maske.

Alle Fechter der **Schüler A- und B- Jugend**, der **Junioren**, der **Aktiven** und der **Senioren** sind nach der bestandenen Turnier-Reifeprüfung **verpflichtet**, diese Fechtpassverlängerung **jährlich** zu erwerben (§ 29 der **DFB-Sportordnung**).



RFB - Turnier - Reifeprüfung

Die Kontaktschrauben am Glockenstecker sollten von Drahtresten befreit werden, weil dadurch der feste Sitz der Leitungen nicht gewährleistet ist. Bei manchen Waffen kommt man mit einem normalen Mausschlüssel M8 nicht an die Gegenmutter. Hier kann eine abgewinkelte Zange oder auch ein abgewinkelter Schlüssel hilfreich sein.

Beim Florett muss noch die Spitze und ca. 15 cm der Klinge abgeklebt werden. Dieses Abkleben ist wichtig, weil die Berührung der Klinge mit der Brokatweste jeden Treffer auf älteren Meldern blockiert.

Nach dem Zusammenbau werden die Waffen geprüft.

Florett: mit einem Prüfgewicht von 500 Gramm.

Degen: mit einem Prüfgewicht von 750 Gramm
und den Lehren von 1,5 mm und 0,5 mm.

**Quelle: Mit dem Fechten auf DU
von Horst H. Tein**



Junge Fechter/innen des FechtSportVereins 1999 Mülheim an der Ruhr e.V.

RFB - Turnier - Reifeprüfung

Verworrene Fechtweise.

**Benutzen des freien Arms
oder der freien Hand** (z. B. zum Festhalten oder Wegdrücken der gegnerischen Waffe).

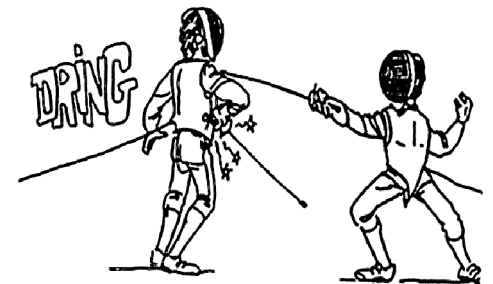


**Unfaire und unkorrekte
Fechtweise** (z. B. Ablenkungsversuche).

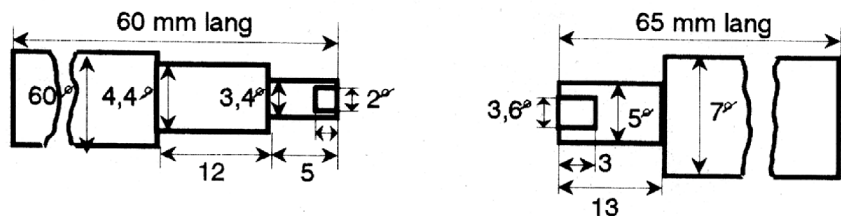


Sturz auf den Boden.

**Berühren der Metallweste
mit der eigenen Waffe** (Florett und Säbel).



Im Fallen gesetzte Treffer.



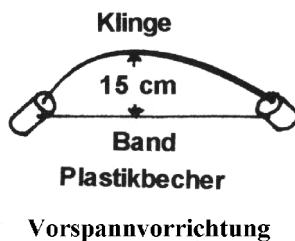
Florett und Degenorn

Danach wird die Feder (4 beim Degen und 6 beim Florett) und das Spitzenoberteil (1 bei beiden Waffen) eingebaut und mit den Schraubchen verschraubt. Mit der nun zusammengebauten Spitze und den noch losen Litzen ist es sinnvoll, einen Funktionstest durchzuführen. Hierzu benötige ich allerdings ein Prüfgerät. Zuvor müssen aber die Leitungsenden gründlich abisoliert werden.

Florett : Die Litze wird an einen Pol des Körperkabels gehalten und der andere Pol an die Klinge. Wenn das grüne Lämpchen am Prüfgerät brennt und bei Betätigung der Spitze erlischt, war der Einbau erfolgreich.

Degen : Die beiden Litzenenden werden mit den beiden engen Kontakten des Körperkabels verbunden. Bei Betätigung der Spitze muss die rote Kontrollampe brennen.

Nun ist es soweit, dass die Leitungen eingeklebt werden können. Die Angel wird in einen Schraubstock gespannt, und zwar so, dass das Gewinde nicht beschädigt wird. Auf die Rille wird nun der Klebstoff aufgetragen. Viele Fechter schwören auf die unterschiedlichsten Kleber, aber ganz gewöhnliches UHU oder Pattex tun es auch. Damit der Klebstoff auch in die Rille fließt, sollte mit einem kleinen Schraubenzieher oder dem Daumnagel nachgeholfen werden. Die Litze selbst wird nun einige Male um das Gewinde gewickelt. Damit die Litze bei Durchbiegung der Klinge nicht reißt, wird sie vorgespannt. Die Vorspannung beträgt 15 cm im Bogen. Zum Vorspannen empfiehlt es sich, eine Vorrichtung zu bauen, die aus einem entsprechend langen Band besteht (siehe Skizze). Natürlich kann die Klinge auch unter einem Tisch mit entsprechender Vorspannung gestellt



Beim Florettfechten ist es verboten, während des Kampfes die Schulter des unbewaffneten Arms vor die Schulter des bewaffneten Arms zu bringen.

Zu Beginn eines Gefechtes müssen mindestens zwei intakte Waffen sowie ein Körperkabel auf die Fechtbahn mitgebracht werden.

Am Glockenstecker oder am Ende des Körperkabels **muss eine Haltevorrichtung sein.**

Treten eine Fechterin oder ein Fechter mit **fehlerhaftem Material** zum Gefecht an, erhalten sie oder er vom Obmann (Schiedsrichter) eine **einfache Verwarnung.**

Tritt **im gleichen Gefecht erneut ein Materialfehler** auf, so erhalten die Fechterin oder der Fechter einen **Straftreffer.**

Zusätzlich zur Waffe, mit der gefochten wird, muss eine Ersatzwaffe vorhanden sein.

Das Körperkabel wird beim Ankleiden angelegt.

Florettkabelstecker mit Sicherung



Degenglockenstecker mit Sicherungsbügel

Fehlerhaftes Material = einfache Verwarnung

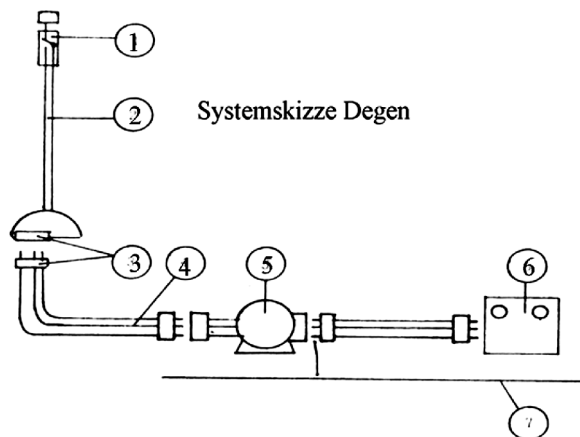
Wiederholung im gleichen Gefecht = Straftreffer

Auswechseln des Spitzenoberteiles oder gar der kompletten Spitze.

Generell ist bei der Reparatur des Degens darauf zu achten, dass die beiden Leitungsenden vom Durchgang der Glocke bis zum Glockenstecker mit je einem Plastikschlauch gegen Massekontakt zu schützen sind. Das ist auch Vorschrift.

Weiterhin soll der Reparateur die Leitungsenden gründlich reinigen, um möglichst guten Kontakt zu schaffen. Denn die Klarlackschicht ist nicht sichtbar. Zum Entfernen eignet sich Schmirgelpapier, ein Messer oder auch ein Feuerzeug (der Lack ist brennbar).

Auch die Degenfechter sollen bei Turnieren niemals vergessen, sowohl das Gewicht als auch den Zündweg nach jedem Gefecht zu prüfen. Sie sparen sich dadurch eine eventuelle und völlig überflüssige Verwarnung oder gar einen Straftreffer.



1 Degenspitze
3 Körperkabelstecker
5 Kabelrolle
7 Metallbahn

2 Leitung in der Klinge
4 Körperkabel
6 Degenmelder

Durchgezogene Linie am Ende der Wettkampfbahn.

Das Ende der Fechtbahn **muss** durch eine durchgezogene Linie gekennzeichnet sein.

Wenn eine Fechterin oder ein Fechter das markierte Bahrende **mit beiden Füßen** überschreitet, so erhält sie / er einen Treffer.

8.3 Das Gefecht.

Nachdem du nun einige grundsätzliche Dinge über die Wettkampfbestimmungen gehört hast, die vor allem den sportlich fairen Ablauf der Gefechte ermöglichen sollen, wollen wir uns nun etwas genauer mit einem Gefecht befassen.

Dabei geht es darum, **wo ein Treffer beim Gegner gesetzt werden kann (Treffflächen)**, wie sich die Fechter **aufstellen** müssen, welche Aufgabe das **Kampfgericht** hat, **wie lange ein Gefecht dauert** und **wieviele Treffer** gesetzt werden müssen.

Dabei hat der Obmann eine ganz wichtige Rolle. Er leitet das Gefecht, entscheidet, ob Regelverstöße vorliegen und **verhängt die entsprechenden Strafen**. Strafen muss er beispielsweise verhängen, wenn

Der Fechter ist sehr daran interessiert, dass der Abstand zwischen der Kontaktfeder 4 und den Kontakten 6 möglichst gering ist, um den Auftreffweg zu minimieren. Er wird also versuchen, den Abstand zwischen der Kontaktfeder und den Kontakten so gering wie möglich einzustellen. Gewiefte Fechter benutzen eine Lehre von 0,49 mm, bei der der Degen schon anzeigen soll. So haben sie den Abstand auf einen 10-tel mm gebracht.

Achtung, an dieser Stelle besteht die Gefahr, dass sich Schmutz sammelt. Beim Ausbau des Spitzenoberteils sollte die Kontaktfeder 4 an den letzten Windungen mit Schmirgelpapier gereinigt werden, um so auch einen guten Kontakt herzustellen.

3. Die häufigsten Fehler und deren Behebung.

Das Gewicht wird nicht wieder hochgedrückt.

Behebung: Spitzenoberteil 1 ausbauen und die Feder 5 etwas längen. Reicht das nicht aus, so muss eine neue Feder eingebaut werden.

Die Spitze zeigt zu früh an.

Die Spitze muss auf die 0,5 mm - Degenlehre heruntergedrückt werden können, ohne dass der Treffer angezeigt wird.

Behebung: Spitzenoberteil 1 ausbauen, die Kontaktfeder 4 etwas hochschrauben. Reicht das nicht aus, so muss entweder eine neue Kontaktfeder oder ein neues Spitzenoberteil eingebaut werden.

Spitzenoberteil klemmt.

Durch das häufige harte Auftreffen des Spitzenoberteils 1 auf die Hülse 2, bildet sich an der Hülsenöffnung ein Grat, der mit einer kleinen Rundfeile oder mit einem Dreikantschaber entfernt werden kann.

Der Degen zeigt nicht an.

Die Kontakte 6 können verschmutzt sein. Zur Reinigung muss das Spitzenoberteil ausgebaut werden. Mittels Schmirgelpapier sind dann die Kontakte 6 zu reinigen.

Es kann ein Leitungsbruch in der Spitze durch häufiges Festziehen der Spitzenhülse vorliegen. Diesen Defekt kann der Fechter nur durch Messungen lokalisieren. Hier hilft nur der Einbau von neuen Degenspitzen. Die Kontaktfeder schließt nicht die Kontakte (Zündlauf nachstellen).

8.3.1 Die Treffflächen.

Sicher ist dir im Training oder bei einem Turnier schon einmal aufgefallen, dass man beim Degenfechten Treffer an Körperstellen setzen kann, die beim Florett - oder Säbelfechten ungültig sind.

Tatsächlich gibt es bei allen drei Waffen jeweils unterschiedliche Treffflächen.

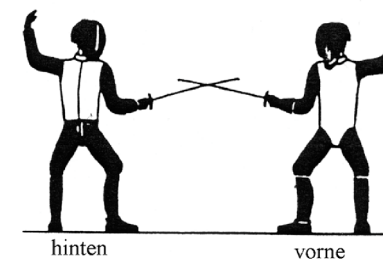
Die Trefffläche beim Florett.

Beim Florettfechten zählen nur die Treffer auf der sogenannten **gültigen Trefffläche**.

Kopf und Glieder (Arme und Beine) gehören **nicht** zur gültigen Trefffläche.

Am Rumpf (Oberkörper) ist sie nach oben **am Hals begrenzt** und **unten vorne** in der **geraden Verbindungslinie von Hüftknochen - Oberkante bis zum Schnittpunkt der verlängerten Leistenfurchen** (die Stelle am Rumpf zwischen den Oberschenkeln). **Am Rücken** bildet eine **gerade Verbindungslinie der Hüftknochen - Oberkante** die Begrenzung.

Die Trefffläche beim Florett ist durch die elektrisch leitende Überziehweste gekennzeichnet.



Die Treffflächen beim Florett

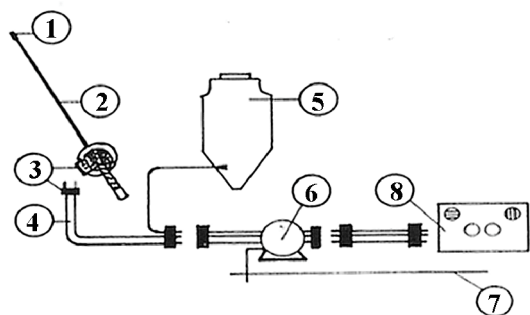
Jeder Treffer, der auf einer gültigen Trefffläche auftrifft, unterbricht das Gefecht. Beim Florettgefecht unterbrechen auch die auf eine ungültige Fläche gesetzten Treffer das Gefecht.

Achtung: Diese Prüfung kann aber leicht zu einer roten Karte führen, denn für den ersten Fehler bei der Prüfung gibt es schon die gelbe Karte, bei der nächsten Prüfung - und die Feder schafft es nicht - erhält der Fechter einen Treffer. Auswechseln des Florettes ist da sicherer.

2. Schritt : Feder längen.

Spitzen-Oberteil ausbauen und die Feder etwas längen und wieder einbauen. Meistens genügt das schon. Wenn nicht, muss eine neue Feder eingebaut werden. Die Madenschrauben an der Spitzenhülse so weit herunterschrauben, bis das Oberteil nach oben abnehmbar ist. Die Madenschrauben müssen nicht ganz herausgeschraubt werden. Vorsicht, sobald die zweite Madenschraube, die ja die Feder hält, so weit herausgedreht ist, kann das Oberteil und die Feder mit Schwung herauspringen und nicht wiedergefunden werden.

Erfahrende Fechter prüfen nach jedem Gefecht das Gewicht, damit sie eine derartige Überraschung nicht erleben, denn für jeden Fehler an der Waffe gibt es die gelbe Karte und im Wiederholungsfalle eben die rote - also einen Treffer.



Systemskizze Florett

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1 Florettspitze | 2 Leitung in der Klinge |
| 3 Körperkabelstecker | 4 Körperkabel |
| 5 Metallweste | 6 Kabelrolle |
| 7 Metallbahn | 8 Melder |

8.3.2 Die Aufstellung der Fechter / innen.

Der / Die zuerst aufgerufene Fechter / in stellt sich rechts vom Obmann auf.

Eine **Ausnahme** gilt bei **Gefechten zwischen Links- und Rechts-händer.**

Hier gilt: **Wenn der / die zuerst aufgerufene Fechter / in Linkshänder / in ist, stellt sich der / die Linkshänder / in links vom Obmann auf.**

Um mögliche Fehleintragungen im Tableau zu vermeiden, **muss** der Obmann **immer** auf die Umstellung aufmerksam gemacht werden.

8.3.3 Das Kampfgericht.

Die Gefechte werden durch einen **Obmann** geleitet, dem das Aufkommen der Treffer durch einen Elektromelder angezeigt wird.

Nur in **Ausnahmefällen**, beim Fechten ohne Elektromelder besteht das Kampfgericht aus **einem Obmann und vier Seitenrichtern.**

Der Obmann hat dabei **1 1/2 Stimmen**, die Seitenrichter jeweils **eine Stimme.**

Sonst werden die Gefechte nur noch von den Seitenrichtern assistiert, die dem Obmann das Parieren mit der waffenfreien Hand oder das Bedecken der gültigen Trefferfläche anzeigen.

her. Werden die Stifte mit einem Messer oder Schraubenzieher etwas aufgeweitet, so ist der Schaden häufig schon behoben (siehe Bild). Auch das Anfeuchten der Stifte mit etwas Spucke hilft unter Umständen schon.

3. Schritt: die Rolle.

Sofern die weiße Lampe nach dem Wechsel des Körperkabels immer noch brennt, wird die Rolle überprüft, indem der Stecker der Zuleitung etwas herausgezogen wird und der mittlere mit dem äußeren Stift mit einem Metallstab verbunden wird. An der Rolle sind die Stecker recht einfach zu überprüfende Fehlerquellen: **Leistungsbruch** oder lockerer Sitz an den Eingangs-Buchsen. **Das Kabel**, das einem gewissen Verschleiß am Einlaufloch der Rolle unterliegt, ist häufig eine Fehlerquelle, die aber nicht direkt zu erkennen ist. Ein geübter Fachmann erkennt allerdings am Verschleiß des Kabels die Fehlerursachen. Durch Verdrehung und Erosionen werden die Isolierungen der einzelnen Leitungen bloßgescheuert und können sich berühren und die unmöglichsten Anzeigen auslösen, was die Lokalisierung eines Fehlers besonders erschwert. Die Reparatur der Rollen sollten nur ausgebildete Fechter (Waffenwarte) durchführen.

4. Schritt : die Zuleitung (vom Melder zur Rolle).

Wenn hier die Fehlerquelle liegt, zeigt es sich, daß die weiße Lampe brennt, obwohl wir die beiden Pole der Zuleitung (mittlere und der weit äußere) kurzgeschlossen haben und zwar an der Rollenseite. Der Fehler liegt nun meistens daran, dass sich das Kabelende im Stecker gelöst hat und ein Wackelkontakt entsteht. Die Ursache liegt in der unsachgemäßen Behandlung, weil am Kabel statt am Stecker gezogen wird, wenn die Verbindung gelöst werden soll. Festziehen, fertigt. Kabelbrüche, wie im Körperkabel kommen sehr selten vor.

5. Schritt : der Melder.

Zum Überprüfen wird, um die Zuleitung und die Rolle auszuschalten, das Körperkabel mit dem Florett direkt am Melder angeschlossen und wird dann kurzgeschlossen. Brennt die weiße Lampe weiterhin, dann kann es nur der Melder sein, weil bei einigen Meldertypen bei Erwärmung schon des öfteren Fehler aufgetreten sind. Den Melder abklemmen und nach Abkühlung kann er durchaus wieder eingesetzt werden. Die Reparatur des Melders kann nur eine Fachfirma ausführen.

In allen Fällen (Runde, Direktauscheidung, Mannschaftskampf) wird ein Gefecht **bei Treffergleichstand um eine Minute verlängert.**

Vor Beginn der Verlängerung wird **ausgelost**, wer als Sieger gilt, falls das Gefecht **nach Ablauf einer Minute immer noch unentschieden** steht.

Fällt in der Verlängerung **ein einziger zählbarer Treffer** ist das Gefecht **beendet.**

8.3.4.1 Das Tableau.

Die Ergebnisse der Einzelgefechte in den Rundenkämpfen werden in ein **Tableau** eingetragen. Dabei wird für den **siegreichen Fechter ein V** und für den **Verlierer die gesetzte Trefferzahl** vermerkt.

In dem Tableau wird auch die Platzierung der einzelnen Fechter nach der Runde berechnet.

Beispiel:

In einem Rundengefecht steht es nach drei (3) Minuten 3:3. Nun wird gelost.

Fechter A wird gezogen.

Nach einer Minute steht es immer noch 3:3. Fechter A ist der Sieger, eingetragen wird V3-D3.

Fechter B setzt in der Verlängerung einen Treffer. Fechter B ist der Sieger, eingetragen wird V4-D3.

Beim Degenfechten Stand 3:3 nach vier Minuten. Doppeltreffer in der nächsten Minute werden ignoriert.

Bei den Gefechten der Direktauscheidung ist die Kontrolle der Fechtmasken fünf (5) Minuten vor dem Kampf vorzunehmen.

Achtung !!

Prüfe nach jedem Gefecht und am Ende der Runde, ob der Obmann die Ergebnisse richtig eingetragen hat.

Spitze:

Die **Leitung** 9 an der Lötstelle mit dem Metallplättchen 7 ist durch häufiges Anziehen der Spitze **abgerissen**. Diesen Fehler erkennt der Fechter, indem er das Spitzenoberteil abbaut und die Klinge senkrecht nach unten hält; das lose Plättchen fällt heraus.

Die **Feder 6 ist verschmutzt** und hat keinen dauernden Kontakt zum Plättchen 7 oder zum Hütchen 5. Hier hilft oft als vorläufige Lösung der flache Schlag auf den Boden. Das Reinigen der Feder mit Schmirgelpapier und das Ausblasen der Hülse bringen einen Dauererfolg.

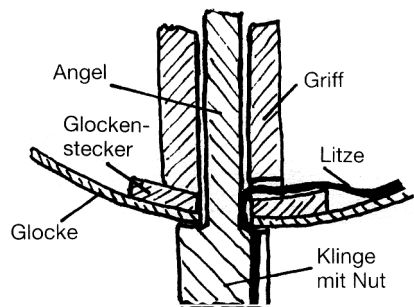
Kragenhülse 4 ist verbogen. Das Oberteil drehen kann einen kurzfristigen Erfolg bringen, sicherer ist der Ausbau des defekten Teiles gegen ein neues.

Leitung:

Die **Leitung in der Klinge ist gerissen**. Hier hilft häufig nur das Einziehen einer neuen Leitung. Sicher, der geschickte Reparateur kann auch eine Leitung löten und so isolieren, dass das Florett wieder funktioniert.

Am Glockenloch, wo die Klinge mit dem Griff verbunden wird, ist bei unsachgemäßem Einbau eine Beschädigungsgefahr, derart, dass die Leitung an der **Isolierung beschädigt** wird und Masse hat. Sofern die Leitung nicht gerissen ist, kann der Fehler durch Herunterziehen des Ölschlauches (die Schutzleitung über dem Kupferdraht) und vorsichtigen Zusammenbau den Schaden recht einfach beheben.

Die **Leitung ist vom Griff abgequetscht** und hat dadurch Kontakt mit der Glocke oder dem Griff. Es entsteht Masse. Durch den richtigen Einbau kann



Lage der Leitung zwischen Griff und Glocke

der Fehler recht einfach behoben werden. **Achtung**, vorher prüfen, ob die Leitung nicht gerissen ist. Auch an dieser Stelle ist die Verbindung durch Löten recht einfach herzustellen. Damit die Leitung vom Griff nicht abgequetscht wird, hat der Griff eine Einkerbung, in der die Leitung liegen muss.

Der Anschluss der Leitung am Glockenstecker kann locker sein oder das Litzenende ist nicht genügend abisoliert.

9. Fechtschule und Fechtmethodik oder Fechten lehren- Fechten lernen.

Nachdem wir nun einiges über die Waffen, die Bekleidung, die Geschichte des Fechtens, die Voraussetzungen und die Organisationen, sowie über den Ablauf eines Gefechtes und die Regeln erzählt haben, wird es Zeit das vorzustellen, **was jeder Fechter von Grund auf lernen muss, um seinen Sport wirklich mit Spaß und Erfolg durchführen zu können.**

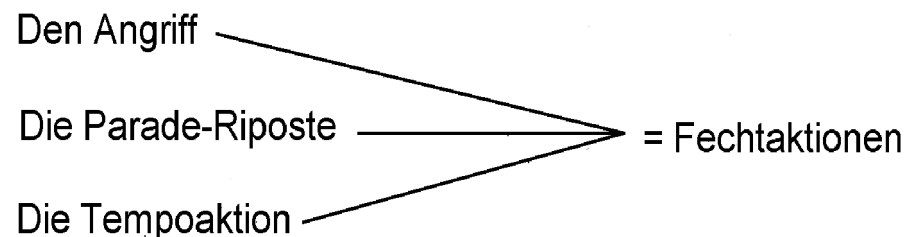
Wie du schon im Geschichtsteil (Abschnitt 5) erfahren hast, gibt es seit jeher **verschiedene Fechtschulen**, das heißt unterschiedliche **Methoden**, wie man das Fechten lehrt. Wir wollen hier nicht die einzelnen Methoden vorstellen, das wäre zu umfangreich. Allerdings ist es wichtig zu wissen, dass sich die verschiedenen Fechtschulen besonders deutlich an den **Auslagen (Einladungen)** unterscheiden lassen.

9.1 Die Fechtaktionen.

Fechten ist eine Zweikampfsportart, die mit Florett, Degen oder Säbel nach unterschiedlichen Regeln ausgeführt wird.

Dabei unterscheiden wir **drei grundsätzliche Fechtaktionen:**

Dies sind die wesentlichen taktischen Verhaltensweisen während eines Gefechts.



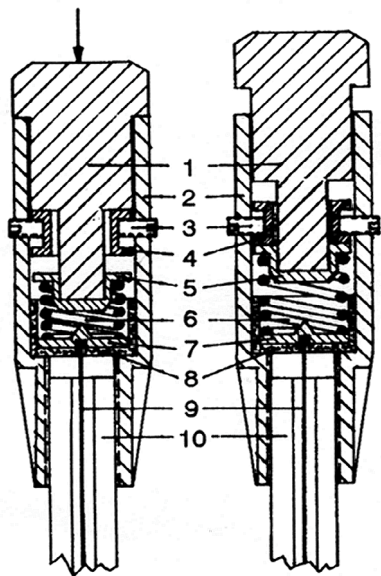
2. Technik der Waffen.

Durch die häufige und oft strapaziöse Benutzung entstehen an den elektrischen Waffen und dem Zubehör Defekte und enormer Verschleiß. Oft herrscht bei den jüngeren Fechttern völlige Ratlosigkeit, wenn Fehler auftreten, besonders die "ab und zu-Fehler". Deshalb soll hier weniger die komplizierte Elektronik, als vielmehr das Verständnis für den gesamten Vorgang erklärt werden.

Darüber hinaus soll dieser Leitfaden helfen, einen Fehler zu lokalisieren und auch gleich die Behebung vorschlagen.

Funktionsweise der Florettspitze.

Das bewegliche Spitzenoberteil (1) wird durch zwei Madenschrauben (3) mit der Hülse (3) verbunden. Dabei ragen die Madenschraubchen in das Spitzeninnere hinein und halten so den beweglichen Teil der Spitze fest. Die Kragenhülse (4) ist zwar beweglich gelagert, wird aber von einem Hütchen (5) und dem Spitzenoberteil in seiner Bewegung begrenzt. Die eingebaute Feder (6) drückt über das Messinghütchen den unteren Rand der Kragenhülse gegen die Madenschrauben. In dieser Stellung ist ein geschlossener Kreis vorhanden, der sich beim Herunterdrücken des Oberteiles öffnet und den Treffer anzeigt.



- | | |
|-------------------|----------------|
| 1 Spitzenoberteil | 2 Spitzenhülse |
| 3 Madenschrauben | 4 Kragenhülse |
| 5 Messinghütchen | 6 Druckfeder |
| 7 Metallplättchen | 8 Plastikcappe |
| 9 Leitung | 10 Klinge |

Die Abbildung zeigt den Schnitt durch eine elektrische Florettspitze.

Links geöffneter, rechts geschlossener Kreis.

Dabei bilden die Klingen ein sogenanntes **Bindungsdreieck**.

Battuta - Stoß

Hierbei wird vor dem Stoß die gegnerische Klinge mit der Eigenen weggeschlagen.

Treffervorrecht

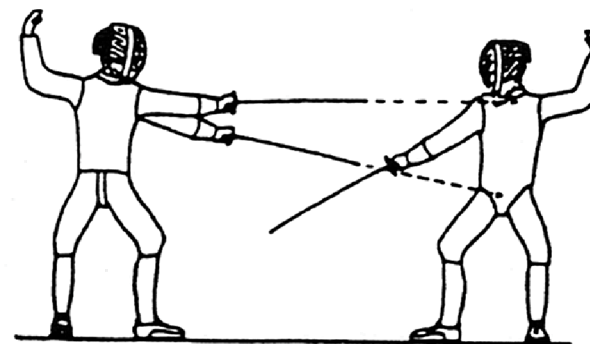
Grundsätzlich gilt, dass **jeder korrekt durchgeführte Angriff** (unmittelbare Bedrohung der Trefferfläche) zu einem Treffer führen kann.

Befindet sich die gegnerische **Klinge in Linie** (siehe unten), das heißt, sie bedroht irgendeine Stelle der gültigen Trefferfläche, muss sie erst **beseitigt** werden, um einen korrekten Angriff durchzuführen.

Beim **Degen** gibt es kein Treffervorrecht. Hier können beide Gegner gleichzeitig einen gültigen Treffer setzen.

Klinge in Linie

Eine Klinge befindet sich dann in „Linie“, wenn die **Spitze** der Waffe **auf die gültige gegnerische Trefferfläche gerichtet** ist.

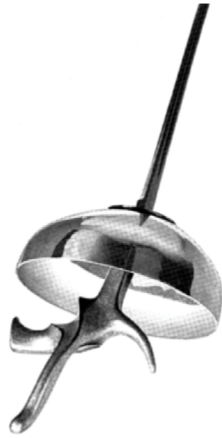


Klinge in Linie

Alle Griffe gibt es auch für Linkshänder.



Degen mit französischem Griff



Degen mit orthopädischem oder Pistolengriff



Der elektrische Säbel

Für den **Säbel** gibt es **nur einen Griff**typ, er ist dem französischen Griff ähnlich.

Alle drei Waffen werden auf Turnieren **elektrisch gefochten**.

Klinge herum, bis sie wieder in der Ausgangsposition ist.

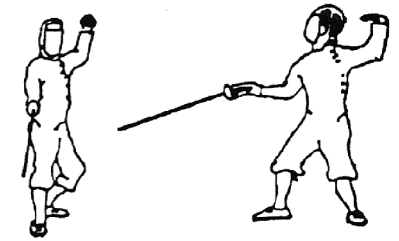
Halbkreisparade

Hierbei wird eine **bogenförmige** Abwehrbewegung entweder oberhalb oder unterhalb der Angriffs- klinge durchgeführt.

Gegenhalbkreisparade

Zum Beispiel von Quart auf Oktav.

Der Parierende hat das Recht zu einer Erwiderung des Angriffs. In diesem Fall erhält er das Treffer- vorrecht.



Oktav - Parade

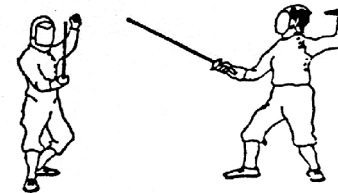
Eine **Riposte** ist der **sofortige Nach- stoß** nach einer **geglückten Parade**.

Wenn eine Riposte ihrerseits wieder pariert wird (**Conter - Parade**), nennt man den Stoß danach **Conter - Parade** (**Gegen - Riposte**).

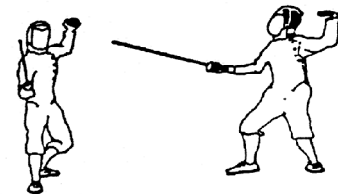
9.1.3 Die Tempoaktion.

Eine Tempoaktion ist ein **Gegenan- griff**. Sie ist ein Angriff **in den Angriff** des Gegners. Man unter- scheidet:

Tempo Stoß **ohne Klingenbergührung**
Tempo Stoß **mit Klingenbergührung**
(Opposition).

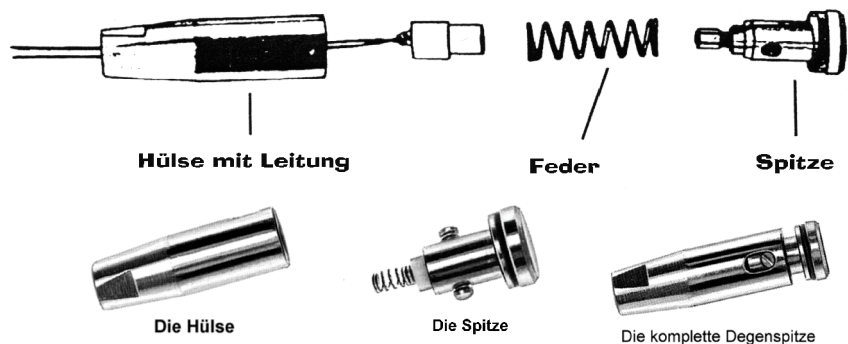


Quart - Parade



Sixt - Parade

Beispiel für eine Degenspitze



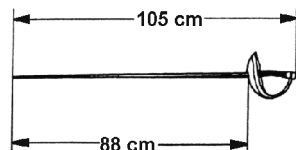
1.3 Der Säbel.

Die dritte Waffe ist der Säbel. Man sieht schon beim ersten Betrachten, dass es sich um eine ganz andere Waffe handelt. Der Säbel ist kürzer als Degen und Florett und auch die Glocke hat eine ganz besondere Form.

Falls in deinem Verein jemand mit dem Säbel ficht, schau dir diese Waffe doch einmal genau an.

Die Regeln schreiben vor, dass der Säbel weniger als 500 Gramm wiegen muss und 105 cm Länge nicht überschreiten darf, gemessen von der Spitze der Klinge bis zum Ende der Mutter.

Die **nutzbare Klingenlänge** (ohne Glocke und Griff) beträgt 88 cm. Ihr **Querschnitt** ist **annähernd rechteckig**.



9.3 Die Einladung.

Je nachdem, welche **Auslage** (gemeint ist die Lage der Klinge) eingenommen wird, ist ein Teil der eigenen Trefferfläche (Blöße) ungedeckt und soll bewusst den Gegner dazu „**einladen**“, diese Blöße anzugreifen. Zweck einer Einladung ist es, den dadurch herausgeforderten Angriff mit einer Parade - Riposte abzuwehren und dadurch selbst den Treffer zu setzen.

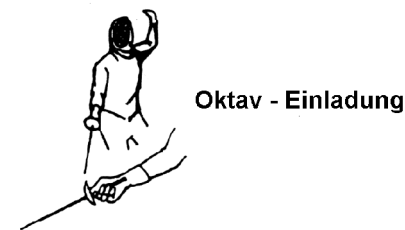
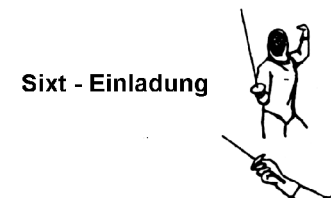
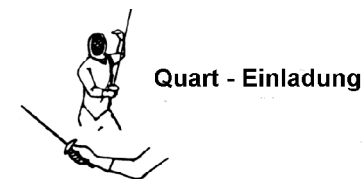
Wie bei den Paraden kennen wir auch bei den Einladungen (Auslagen) **acht Positionen**.

Die wichtigsten drei sind:

die **Quart - Einladung**,
die **Sixt - Einladung** und
die **Oktav - Einladung**.

Die fünf übrigen sind:

die **Quint - Einladung**,
die **Prim - Einladung**,
die **Sekond - Einladung**,
die **Terz - Einladung** und
die **Septim - Einladung**.



RFB - Turnier - Reifeprüfung

Wenn du dir die Spitze eines elektrischen Floretts genauer betrachtest, stellst du fest, dass sie sich mit dem Finger herunterdrücken lässt. Dabei musst du einen kleinen **Widerstand** überwinden.

Dieser Widerstand beträgt 500 Gramm.

In der Fachsprache heißt dies:

Die Feder der beweglichen Florettspitze muss ein Gewicht von mindestens 500 Gramm hochdrücken.

Dies bedeutet: Erst wenn die Spitze den Gegner mit diesem Druck berührt, wird ein Treffer angezeigt.



Die komplette Florettspitze



Der Spitzenkopf



Die Hülse

1.2 Der Degen.

Nachdem du das Florett kennengelernt hast, nimm jetzt einmal einen Degen in deine Hand. Dein Trainer kann dir sicher eine solche Waffe zeigen.

Du wirst sofort feststellen, dass der Degen schwerer ist und auch eine wesentlich größere Glocke besitzt. Die Unterscheidung in **Spitze, Klinge, Glocke** und **Griff** ist aber genau so wie beim Florett.

RFB - Turnier - Reifeprüfung

Es gibt verschiedene Bewegungen, die in der Beinarbeit geübt werden müssen.

Schritt vor und Schritt zurück Einfachste Vor- oder Rückwärtsbewegung zum Gegner hin oder von ihm weg.

Sprung vor und Sprung zurück Der Bewegungsablauf ist wie beim Schritt, er wird nur als Sprung ausgeführt.

Kreuzschritt vor und Kreuzschritt zurück

Ausfall

Weiter Schritt nach vorn, wobei das hintere Bein seinen Standpunkt nicht verlässt und gestreckt wird.

Sturzangriff (Flèche)

Das vordere Bein wird plötzlich gestreckt und der Körper „stürzt“ nach vorne. Das hintere Bein wird zuerst wieder aufgesetzt.

Zusammengesetzte Beinbewegung :

Schritt vor - Ausfall.....(Patinando)

Sprung vor - Ausfall.....(Balestra)

Nachsetzen aus dem Ausfall(Radoppio)

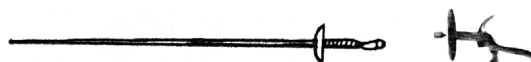
1. Die Waffen für das Sportfechten.

Sicher ist dir in deinem Verein oder vielleicht im Fernsehen schon einmal aufgefallen, dass die Waffen der Fechter unterschiedlich aussehen und auch verschieden gehandhabt werden.

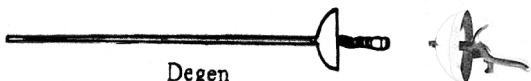
Tatsächlich gibt es im Sportfechten drei verschiedene Waffen.

1. Das Florett, den Degen und den Säbel.

Das **Florett** und der **Degen** sind **Stoßwaffen.**

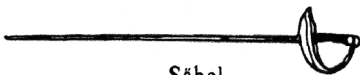


Florett



Degen

Der **Säbel** ist eine **Hieb - und Stoßwaffe.**



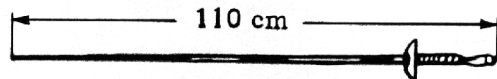
Säbel

Florett und Degen sind mit französischem Ledergriff bzw. mit Pistolengriff abgebildet.

1.1 Das Florett.

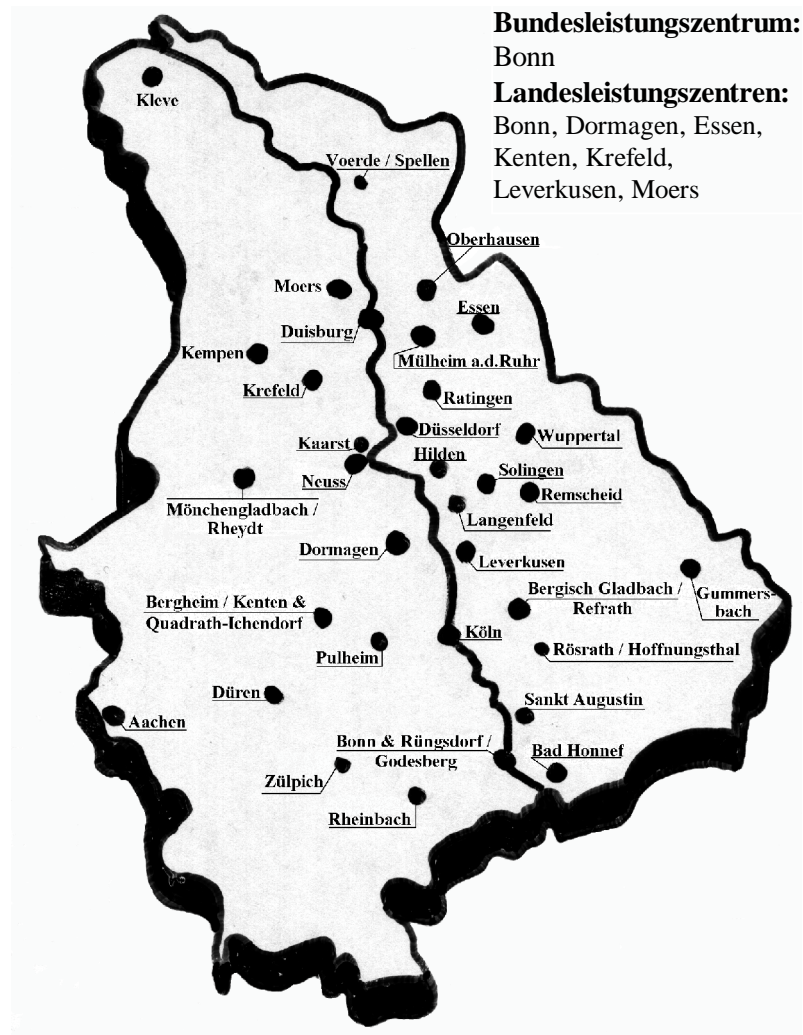
Wenn du ein elektrisches Florett in die Hand nimmst, stellst du fest, dass es aus verschiedenen Teilen besteht, nämlich der beweglichen **Spitze**, der eigentlichen **Klinge**, der **Glocke** und dem **Griff**.

Die Regeln schreiben vor, dass das Florett unter 500 Gramm wiegen muss und eine Länge von 110 cm nicht überschreiten darf (gemessen von der Spitze der Klinge bis zum Ende des Knaufs).



10. Die Fecht Ausbildung im Rheinischen-Fechter-Bund.

In diesen Städten und Gemeinden gibt es Fechtvereine oder Fechtabteilungen, die dem Rheinischen-Fechter-Bund angehören.



Bundesleistungszentrum:

Bonn

Landesleistungszentren:

Bonn, Dormagen, Essen,

Kenten, Krefeld,

Leverkusen, Moers

9.1.2	Die Parade und Riposte _____	56
9.1.3	Die Tempoaktion _____	57
9.2	Die Blößen _____	58
9.3	Die Einladungen _____	59
9.4	Die Mensur _____	60
9.5	Die Beinarbeit _____	60
9.6	Weitere wichtige Angriffsformen _____	62
9.6.1	Die Finte _____	62
9.6.2	Die Rimesse _____	62
10.	Die Fecht Ausbildung im Rheinischen Fechterbund _____	63
11.	Einige Worte zur Ernährung _____	64
	Ein voller Magen ficht nicht gern _____	64
	Das richtige Essen und Trinken vor dem Sport _____	65
	Das erfolgreiche Trinken während der sportlichen Tätigkeit _____	66
12.	Nützliches Zubehör _____	67
13.	Literatur _____	68



Fechter/innen des FechtSportVereins 1999 Mülheim an der Ruhr e.V.

Jeder Mensch schwitzt. Dabei verliert der Körper Flüssigkeit, den Schweiß und damit Wasser, aber auch wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente, die ersetzt werden müssen.

Neben den Mineralstoffen Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Phosphat und Chlorid werden auch die Spurenelemente Eisen, Kupfer, Zink und Jod ausgeschieden.

„Wer also Körper und Seele in Schwung halten will, ist auf eine ausreichende Zufuhr an Mineralstoffen und Spurenelementen angewiesen. Eine vielseitige und ausgewogene Ernährung mit einem hohen Anteil an **Getreide - und Vollkornprodukten, frischem Gemüse und Obst, fettarmer Milch und Milchfrischprodukten wie reine Buttermilch, Kefir, Joghurt, Quark und Dickmilch, etwas Fleisch und Fisch** helfen dabei. Ganz entscheidend ist dabei das **richtige und ausreichende Trinken**. Am besten **mineralstoffreiches Mineralwasser** mit viel Natrium - Hydrogencarbonat.“

Das richtige Essen und Trinken vor dem Sport

„Wer mit leeren Flüssigkeitsdepots seinen Sport beginnt, verschlechtert seine Ausgangsposition entscheidend. Diese Situation ist vergleichbar mit einem Formel-1-Wagen, der mit fast leeren Benzintanks das Rennen beginnt.

Deshalb sollte der Sportler in den Tagen vor einem Wettkampf kohlenhydratreiche Speisen, wie Reisgerichte, Milchreis, Teigwaren, Kartoffeln, Müsli mit fettarmen Milchprodukten ... bevorzugen. Dabei mindestens 2 - 3 Liter mineralstoffreiches Mineralwasser

trinken, das auch einen hohen Natrium - Hydrogencarbonatgehalt aufweist. Das in den Muskeln des Sportlers gespeicherte Wasser kann ... die geheime Waffe des Siegers sein. Sie verringert zudem das Risiko von Verdauungsbeschwerden während der sportlichen Tätigkeit. Der Athlet wird von der Verpflegung während des Wettkampfes etwas unabhängiger.

Bis zu einer Viertelstunde vor Beginn der sportlichen Tätigkeit kann in kleinen Schlucken noch 0,2 bis 0,4 Liter mineralstoffreiches Mineralwasser mit viel Natrium-

Herausgeber: Rheinischer-Fechter-Bund e.V.

Text- und Bildbearbeitung: Knut Oetter
Vizepräsident Sport

Layout und PC-Bearbeitung: Horst-H. Völker
Fechtervater

Mit freundlicher Genehmigung
des Hessischen Fechtverbandes.

Wir danken für das uns zur Verfügung
gestellte Material.

12. Nützliches Zubehör.

In den Kapiteln 1 - 4 haben wir dir bereits gesagt, welche Ausrüstungsgegenstände du auf jeden Fall brauchst, um den Fechtsport ausüben zu können. An dieser Stelle wollen wir dir nun vorstellen, welche nützlichen Gegenstände es außerdem gibt, die sich ein Fechter nach und nach zulegen sollte.

