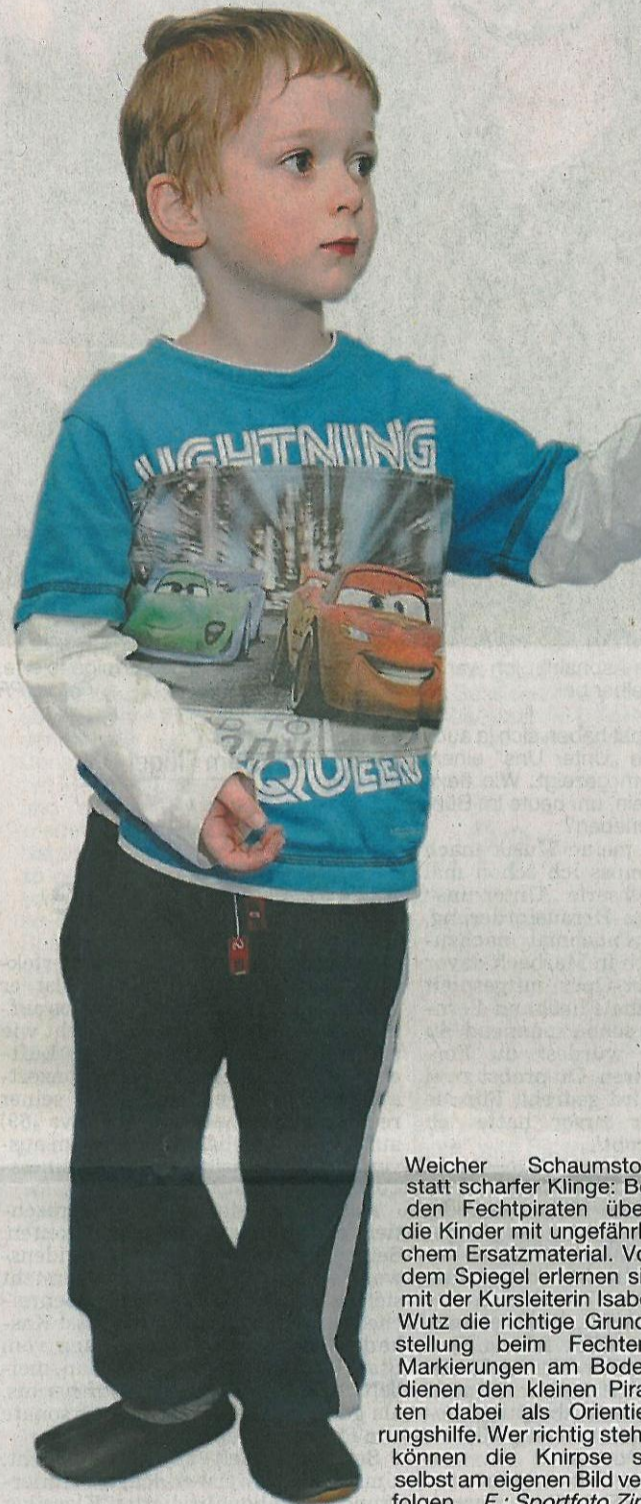


Vier- bis Siebenjährige wehren sich gegen einen „Hai“

# Kleine Fechtpiraten erlernen ihr Handwerk

VON LYDIA HERTEL

Bunte Luftballons mit Piratenköpfen fliegen durch den Raum in der Fitlounge des Post SV Nürnberg. Acht Kinder im Alter von vier bis sieben Jahren versuchen die Ballons mit ihren Füßen in der Luft zu halten oder sie mit den Händen aufzufangen. Auch die fünfjährige Amelie Buba wirft ihren Ballon immer wieder in die Luft und fängt ihn wieder auf. Die nächste Übung ist dann schon schwieriger. Die Kinder sollen den Luftballon zwischen ihre Beine klemmen und so laufen – ohne, dass der Ballon kaputt-



Namen „Fechtpiraten“ zu tun: So wird das bekannte Kinderspiel „Feuer, Wasser, Wind“ zu „Feuer, Wasser, Schatz“.

einem Wettkampf grüßen und welche Stellung sie beim Kampf einnehmen. „Das ist etwas schwer“, sagt Amelie, die unbedingt nach dem Kurs weiterfechten will.

Bei der Fechtstellung müssen Rechtshänder den rechten Fuß einen Schritt nach vorn nehmen, in die Hocke gehen und dann mit der rechten Hand, in welcher der Säbel ist, angreifen. Wutz geht mit einem Luftballon, auf dem ein Piratenkopf abgebildet ist, von Kind zu Kind. Jedes Kind, das die Fechtstellung richtig macht, darf mit seinem Schaumstoffsäbel auf den Piratenkopf schlagen.

Der fünfjährige Marco Hochberger ist der einzige Linkshänder im Kurs. Er muss also alle Übungen genau spiegelverkehrt durchführen. Mit den Füßen hat er keine Probleme, weil seine Markierung ihm zeigt, dass der linke Fuß vorn stehen muss. Aber immer wieder wandert sein Säbel in die rechte Hand, so wie er es bei seiner Trainerin und bei den anderen Kindern sieht. Trotzdem gefällt es dem Jungen bei den „Fechtpiraten“: „Auf die Säbel habe ich mich ganz sehr gefreut.“

Wutz selbst war vier Jahre alt, als sie mit dem Fechten anfang. Den Kindern ihres Kurses will sie nicht die komplexen Bewegungsabläufe des Fechtens vermitteln: „Wichtig ist, dass ich den Kindern Impulse gebe. Das Lernen geschieht ganz nebenbei, wenn man die Übungen immer wieder wiederholt.“ Auch Wutz beherrschte die Beinarbeit erst richtig, als sie sechs war.

Der Anfängerkurs für Vorschulkinder wird zum ersten Mal angeboten. Wutz würde sich freuen, wenn es nach den acht Schnupperstunden mit den „Fechtpiraten“ weitergehen würde: „Wenn das Interesse der Eltern da ist, kann der Kurs auch weiterhin angeboten werden.“

Informationen zu den „Fechtpiraten“ gibt es bei [www.post-sv.de](http://www.post-sv.de) unter dem Punkt Kursangebote oder unter [www.fechtering.de](http://www.fechtering.de).

geht oder herabfällt.

„Was aussieht wie ein Spiel, sorgt dafür, dass die Kinder ganz nebenbei ihre Koordination verbessern.“, erklärt Trainerin Isabel Wutz.

Außerdem sollen in dem achtwöchigen Kurs „Fechtpiraten“

des Fechtterings Nürnberg in Zusammenarbeit mit dem Post SV Nürnberg die Konzentration und Reaktionsgeschwindigkeit der Kinder gefördert werden, so Wutz.

Amelie besucht den acht Einheiten umfassenden Kurs aber vor allem, weil sie die ersten Grundlagen des Fechtens lernen will. „Auf das Fechten freue ich mich schon ganz lang“, sagt das Mädchen. Und heute ist es endlich so weit: Wutz hat zum ersten Mal die Schaumstoffsäbel mitgebracht.

Doch bevor diese zum Einsatz kommen, machen die Kinder noch verschiedene Aufwärmspiele. Sie alle haben etwas mit dem

Und beim Haifischfressen befinden sich die Kursteilnehmer auf hoher See und im Meer schwimmt ein Haifisch, in Person von Wutz, die die Kinder fressen will. Die Kinder liegen im Kreis auf dem Boden und müssen sich an den Händen halten. Sie dürfen sich nicht loslassen, egal wie sehr der Haifisch an ihren Füßen zieht. Mit der größten Anstrengung und unter viel Gekicher und Gekreische versuchen die Kinder sich festzuhalten. Doch gegen den Haifisch haben die Kinder am Ende keine Chance.

Wutz will in ihrem Kurs Balance, Hand-Augen- und Fuß-Augen-Koordination sowie die Reaktionsgeschwindigkeit der Kinder trainieren: „Das Ziel des Kurses ist es den Kindern auf spielerische Weise eine gute sportliche Entwicklung zu ermöglichen.“

Dazu gehören auch die Trainingseinheiten zum Fechten. In der letzten Stunde hatten die Kinder gelernt, wie die Grundstellung beim Fechten aussehen muss. Weil die Kinder einige Probleme damit hatten, hat Wutz vor der Stunde weiße Markierungen auf den Boden geklebt. Zwei Streifen in einem rechten Winkel zeigen den Kindern, wie sie ihre Füße stellen müssen. Die Fersen sollen aneinander stehen. Wenn die Kinder alles richtig machen, stehen sie ihrer Trainerin gegenüber. Aber auf einmal steht ein Mädchen mit dem Rücken zu Wutz. Sie hat auf den Markierungen die Zehenspitzen aneinander gestellt. Nachdem alle Kinder die richtige Position gefunden haben, übt Wutz mit den Kindern, wie Fechter sich vor

Weicher Schaumstoff statt scharfer Klinge: Bei den Fechtpiraten üben die Kinder mit ungefährlichem Ersatzmaterial. Vor dem Spiegel erlernen sie mit der Kursleiterin Isabel Wutz die richtige Grundstellung beim Fechten. Markierungen am Boden dienen den kleinen Piraten dabei als Orientierungshilfe. Wer richtig steht, können die Knirpse so selbst am eigenen Bild verfolgen. F.: Sportfoto Zink

