

# Auf zum Gefecht

Benni unterwegs

**Angriff, Parade, Treffer!**  
Fechten ist ein Sport für flinke Füße und schlaue Köpfe. Komm mit Benni zum Training!



Tief in die Knie: Der Ausfallschritt muss sitzen!



Der Händedruck nach dem Duell ist ein Zeichen des Respekts.



Kling, klack! Zwei Säbelklingen kreuzen sich in der Luft. Wieder: kling, klack! Blitzschnell wirbeln die Klingen durch die Luft. Und dann plötzlich: piiieep! Ein heller Ton schallt durch die Turnhalle im Fechtzentrum Nürnberg. Treffer für Rosalie!

## Kämpfen wie edle Ritter

Hier kämpfen nämlich keine Ritter oder Piraten, sondern Rosalie, Leonie, Yannik, Leo und ihre Freunde aus dem Fechttraining. „Rosalie, du hast gewonnen!“, ruft der Trainer. Rosalie und Leonie nehmen ihre Masken ab und geben sich die Hand. Ein Zeichen des Respekts unter Fechtern. „Du warst einfach zu flink!“, lacht Leonie. Tatsächlich geht es beim Fechten

blitzschnell zu. Sekunden entscheiden über Sieg oder Niederlage. Wer auf der Fechtbahn bestehen will, braucht schnelle Beine, eine sichere Verteidigung und gute Ideen für den Angriff.



## Körper und Köpfchen

Im Training lernen Rosalie, Leonie, Yannik und Leo die Technik: richtige Fußstellung, sicherer Ausfallschritt und den Umgang mit dem Säbel.



Fechten macht Laune: Hinter den Masken stecken strahlende Gesichter!



Doch nicht nur der Körper ist gefragt, auch schnelles Denken spielt eine wichtige Rolle. „Beim Fechten musst du dir immer überlegen, was der Gegner als nächstes plant und ihm zuvorkommen!“, erklärt Leo. „Nur dann kannst du Treffer setzen und punkten!“

## Nicht unter die Gürtellinie

Punkte gibt es beim Säbelfechten für alle Treffer oberhalb der Gürtellinie. „Ziel ist es, den Gegner möglichst oft zu treffen und dessen Angriffe erfolgreich abzuwehren“, sagt Leonie. „Damit sich niemand verletzt, sind die Sportwaffen natürlich stumpf!“, fügt Leo hinzu. Trotzdem ist eine Schutzausrüstung Pflicht. Dazu gehören Fechtthose, Fechtjacke, Handschuhe, Unterziehweste und die



Wer ficht, braucht viel Ausrüstung.



TEXT: KARINA SCHMIDT; FOTOS: PETER ROGGENTHIN; WIR BEDANKEN UNS GANZ HERZLICH BEI DEN MÄDCHEN UND JUNGEN DES FECHTERRINGS NÜRNBERG!



Auch Angriffe abwehren will gelernt sein!



Gut verkabelt geht es zum Duell auf die Fechtbahn.

Fechtmaske mit Drahtgitter vor dem Gesicht. „Mit der Maske auf dem Kopf kann man besser sehen, als viele denken!“, lacht Rosalie.

### Kabelanschluss: Unter Strom

In die Fechtjacken ist ein besonderes Metallgarn eingewebt, das Strom leitet. Auch Säbel, Handschuh und Maske leiten den Strom. „Über ein Kabel sind wir mit der elektronischen Trefferanzeige der Turnhalle verbunden“, erklärt Yannik und zeigt das Kabel an seinem Rücken. Wenn Yannik nun mit dem Säbel

seinen Gegner auf der Jacke oder Maske trifft, schließt sich der Stromkreis und die Trefferanzeige leuchtet auf. Das hilft dem Schiedsrichter zu erkennen, welcher Fechter im Duell einen Treffer erzielt hat. Denn oft Fechten die Sportler so schnell, dass die Treffer mit bloßem Auge nicht zu erkennen sind.

### Willst du Fechter werden?

„Fechten ist ein tolles Hobby!“, erzählt Leo begeistert. „Es fordert dich körperlich und taktisch heraus.“ „Und jeder Gegner ist anders. Das ist super spannend!“,



meint Leonie. Wenn du auch Fechten lernen möchtest, solltest du mindestens sechs Jahre alt sein. Erkundige dich bei einem Sportverein in deiner Nähe, ob er Fechten anbietet. Du solltest ein gutes Körpergefühl haben und schnell reagieren können. Auch gute Konzentration ist wichtig. Übrigens: Fechten können auch Menschen mit Handicap, zum Beispiel Rollstuhlfahrer. Probier's aus!

### Infokasten:

- ➔ Es gibt drei Disziplinen beim Fechten: Florett, Degen und Säbel
- ➔ Fechten ist ein alter Sport und wurde schon bei den ersten Olympischen Spiel 1896 in Athen ausgetragen
- ➔ Fechter benutzen jede Menge Fachbegriffe wie zum Beispiel Parade (=Verteidigung) oder Finte (=Scheinangriff, um den Gegner aus der Verteidigung zu locken)



Für den Fotografen lüftet Rosalie ausnahmsweise ihre Fechtmaske.