

BEWERTUNG

- Ausdauer: 😊😊😊😊😊😊
- Teamsport: 😊😊😊😊😊😊
- Kraft: 😊😊😊😊😊😊
- Koordination: 😊😊😊😊😊😊
- Schnelligkeit: 😊😊😊😊😊😊



MEIN SPORT

Angriff, Parade, Treffer!

Elyza und Gideon trainieren beim Nürnberger Fechterring den Kampf mit dem Säbel



Drei Ausfallschritte vor, drei zurück, zwei Klingen kreuzen sich, klick klack! Blitzschnell sausen die langen silbernen Säbel durch die Luft und versuchen, dem Gegner einen Treffer zu versetzen. Beim Fechten sind schnelle Füße und ein kluger Kopf gefragt. Wir haben Elyza (11) und Gideon (10) beim Training besucht.

TEXT: KRISTINA BANASCH; FOTOS: PETER ROGGENTHIN

Piiiep. Piiiep. Piiiep. Nach ein paar Minuten in der Sporthalle surrt es einem in den Ohren. Bei jedem gültigen Treffer ertönt ein Piepston. An der Wand leuchten abwechselnd rote, grüne und weiße Lampen auf. Sie zeigen an, welcher der beiden Fechter einen Treffer erzielt hat. Bei weiß bekommt keiner einen Punkt, denn dann wurde eine ungültige Stelle am Körper des Gegners getroffen.

Beim Säbelfechten zählen nur Treffer oberhalb der Gürtellinie.

Damit sich beim Hieb oder Stoß niemand verletzt, sind die Säbel stumpf und die Fechter gut geschützt. „Blaue Flecken an den Beinen oder Schultern gibt’s mal“, sagt Elyza. „Aber eigentlich ist Fechten nicht gefährlich.“

Bevor sie das Training starten, ziehen sich Elyza und Gideon eine Fechthose aus dickem Stoff, Unterziehjacke, Fechtjacke, lange Strümpfe und die Maske mit Drahtgitter an. An die Hand, die den Säbel führt, kommt noch ein Schutzhandschuh. Dann klicken beide ein Kabel aus dem Boden an ein Kabel ihrer Jacke. So sind sie

mit der elektronischen Trefferanzeige an der Wand verbunden.

Auf dem Hallenboden ist mit grünen Streifen der Fechtbereich (die „Planche“) markiert. Hier stehen sich Elyza und Gideon gegenüber. Elyza greift zuerst an: Mit flotten Ausfallschritten stürmt sie mit ausgestrecktem Säbel auf Gideon zu. Er versucht, mit seinem Säbel Elyzas Angriff abzuwehren. Parade heißt diese Verteidigung. „Man sollte keine Angst haben“, weiß Elyza, „sonst verliert man. Aber manche Gegner schlagen echt hart und durchbrechen deine Parade.“

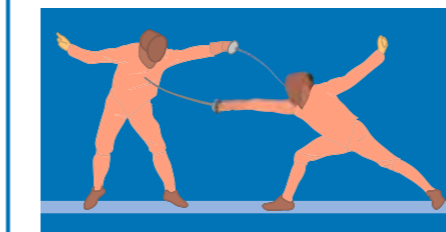
Fechten



Fechter treten mit drei verschiedenen Waffen gegeneinander an: Degen, Florett und Säbel.

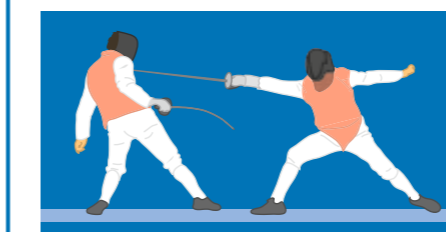
Ziel ist es, die rot markierten Stellen am Körper zu treffen.

Degen



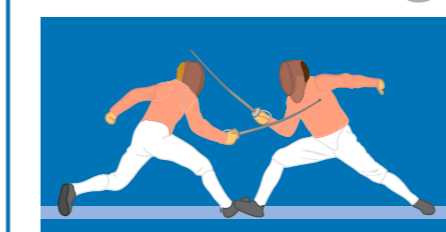
Der Degen ist eine Stoßwaffe. Der Gegner darf nur mit der Spitze getroffen werden.

Florett



Auch das Florett ist eine Stoßwaffe. Nur wer angreift, kann einen Punkt erzielen.

Säbel



Der Säbel ist eine Hieb- und Stoßwaffe. Der Gegner darf mit der Spitze oder mit Hieben mit der Klinge getroffen werden.

Grafik: dpa

Nicht nur die Füße müssen beim Fechten schnell sein, auch der Kopf. „Man muss sich blitzschnell überlegen, wie man am besten angreift oder sich gut verteidigt“, sagt Gideon. Außerdem gibt es viele Regeln zu beachten.

Wie Elyza ist Gideon über eine Schul-AG an seiner früheren Grundschule zum Fechten gekommen. Voriges Jahr wurde er sogar Bayerischer Meister. „Ich mag Fechten, weil es so actionreich ist“, sagt Gideon. „Ich gehe auch gerne auf Turniere, denn da lernt man viel durch viele verschiedene Gegner.“



Trainer Lucian Dobrin (oben in Schwarz) bringt Gideon und Elyza die richtigen Fechtsschritte, die richtige Säbelführung und die Fechtregeln bei. Oben siehst du die komplette Ausrüstung eines Fechters.

Was läuft im Kino???

Fotos: Constantin Film, Universum Film

Die Sommerferien drohen für George, Julian, Dick, Anne und Timmy schrecklich langweilig zu werden. Doch dann wird die Fahrt zur Hochzeit von Tante Fannys Cousin unerwartet zu einem Abenteuer: Plötzlich finden sich die „Fünf Freunde“ im „Tal der Dinosaurier“ auf der Suche nach dem Fundort eines Dinosaurierskeletts wieder. Ein Bösewicht, der sich das Skelett unter



den Nagel reißen will, hat sich auch in die Wandergruppe eingeschlichen. Er hat einen fiesen Plan, den es zu stoppen gilt... **Kinostart: 15. März**



„Unsere Erde 2“ nimmt dich mit auf eine Abenteuerreise um die Welt und zeigt unglaubliche Wunder der Natur und Tierwelt. Im Laufe eines einzigen Tages geht es vom Sonnenaufgang an den höchsten Bergen bis zu den entlegensten Inseln, von exotischen Regenwäldern bis in die wuseligen Großstädte. In den Hauptrollen: ein mutiges Zebrafohlen, ein verliebtes Faultier, eine Pottwal-Familie. **Kinostart: 15. März**