



**DRESDNER
FECHT-CLUB
1998 e.V.**

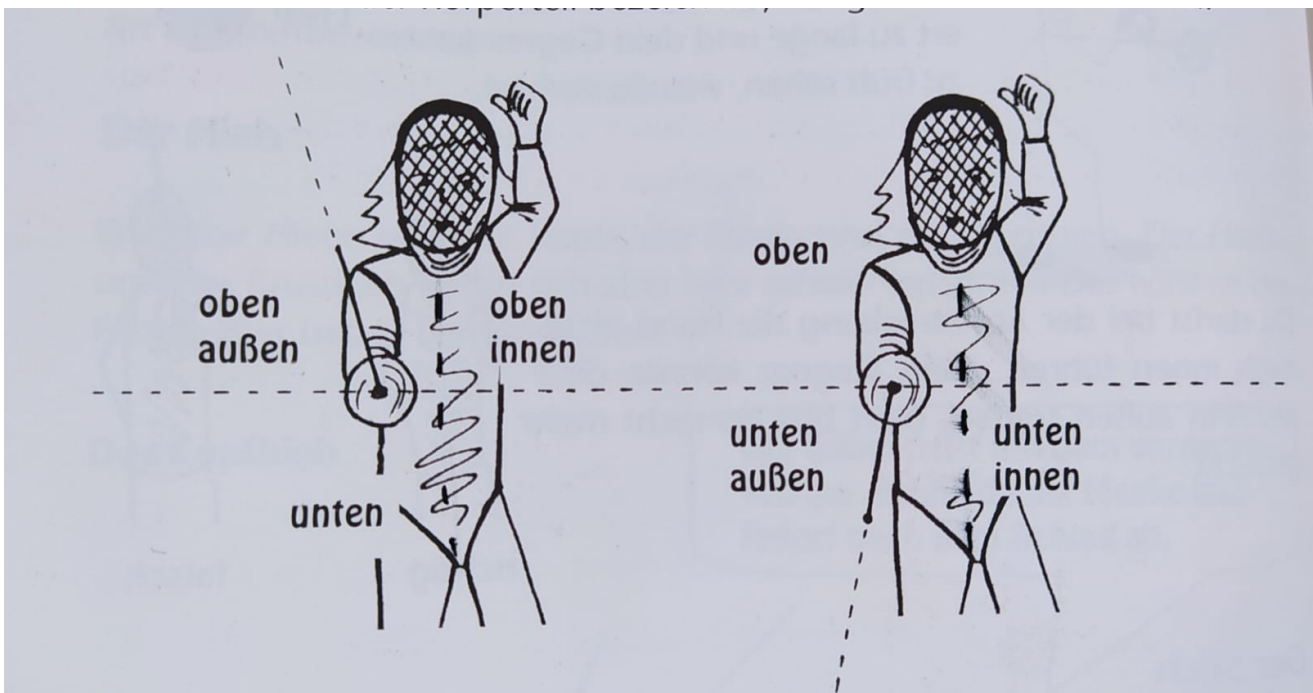
Coronafechten April-2

HALLO IHR LIEBEN FECHTERINNEN UND FECHTER, LIEBE ELTERN UND FECHTINTERESSIERTE!

Sicher habt ihr auch schon mal die **Redewendung** „eine weiße Weste haben“ gehört. Damit will man sagen, dass jemand unschuldig ist, also nichts verbochen und er keine Flecken auf seiner Weste hat. Beim Fechten hat die weiße Weste/Jacke auch eine Bedeutung, wisst ihr warum? Das hat den Grund, dass man, als es noch keine elektrische Trefferanzeige gab, die Spitze der Waffe mit farbiger Kreide markiert hat.. Wenn ein Treffer gesetzt wurde, sah man auf der Weste einen farbigen Punkt und man wusste, der Fechter war getroffen. Man zählte die Punkte, um herauszubekommen, wer gewonnen hat. War die Weste dann also gepunktet, dann war ihr Träger kein Gauner, sondern einfach nur der Verlierer des Gefechts.

Eine Redewendung, so wie die mit der weißen Weste, ist etwas, das man immer wieder hört und das so zu unserer Sprache (gibt es natürlich auch in anderen Sprachen) gehört. Meistens besteht eine Redewendung aus mehreren Wörtern. Ein weiteres Beispiel, sogar aus dem Fechten, ist „sich eine/keine Blöße geben“. Um diese Redewendung verstehen zu können, müssen wir euch jetzt leider etwas mit Fechttheorie ärgern, aber da ihr ja bestimmt auch irgendwann bei einem Fechtwettkampf mitmachen wollt und ihr dann vorher die **Turnierreifepprüfung** ablegen müsst, kann das nicht schaden. :-)

Als **Blöße** bezeichnet man beim Fechten die gültige Trefffläche. Um das Ganze etwas einfacher zu machen, wird die Trefffläche durch zwei gedachte Linien in vier Blößen eingeteilt, wie ihr auf dem Bild sehen könnt:



Je nach Einladung/Faustauslage wird der Gegner „eingeladen“ beziehungsweise „verführt“, seinen Angriff auf eine der vier Blößen zu richten. Es gibt acht sogenannte **Faustauslagen/Handpositionen**, in denen der Fechter die Waffe halten kann (die drei wichtigsten sind Sixt, Quart und Oktav). In jeder Auslage werden bestimmte Blößen bedeckt, während andere Blößen frei sind (stellt euch mal mit eurer Zahnbürste vor einen Spiegel und versucht, verschiedene Positionen einzunehmen!). Ändert der Fechter die Auslage bewusst, um den Gegner zu einem Angriff auf eine freie Blöße zu verleiten, nennt man das **Einladung**. Ziel so einer Einladung ist es,

den dadurch herausgeforderten Angriff des Gegners mit einer **Parade** abzuwehren und mit einer **Riposte** (Gegenstoß nach der Parade) selbst den Treffer zu setzen.

Wenn ihr das jetzt nicht verstanden habt, ist das überhaupt nicht schlimm. So etwas übt ihr dann im Training mit einem Partner oder einem Trainer.

Während man beim Fechten einem Gegner mit seiner Blöße eine vermeintliche Schwachstelle „verrät“, um ihn dann zu besiegen, bedeutet „sich eine Blöße geben“ sonst eigentlich, bei einer bestimmten Sache zu zeigen, dass man darin nicht so gut ist, wie die Anderen es vielleicht vermuten würden. Das kann sehr unangenehm sein, besonders wenn andere Menschen das als Schwachstelle erkennen und dann erst recht versuchen, darin „herumzustochern“ und einen „bloßzustellen“. Ein Beispiel: Ein Lehrer bemerkt, dass jemand etwas nicht so gut kann, beispielsweise irgendwelche Matheaufgaben oder Englischvokabeln und trotzdem nimmt er genau diesen Schüler dran, um die Aufgaben von ihm lösen zu lassen. Vielleicht ruft er ihn sogar an die Tafel und der Schüler blamiert sich vor der ganzen Klasse.

Man will sich keine Blöße geben und man möchte auch nicht als dumm oder ängstlich gelten, aber eigentlich ist es doch viel besser, man gibt zu, wenn man etwas nicht so gut kann oder falsch gemacht hat, oder was denkt ihr? Dann kann man ganz gezielt daran arbeiten, vielleicht auch zusammen mit anderen. Und jeder kann oder macht etwas besonders gut und gern und wenn man (noch) nicht weiß, was das ist, sollte man es herausbekommen.

Tiere wissen zum Beispiel instinktiv (also ohne es vorher gelernt zu haben), was sie tun müssen. Zugvögel etwa finden ihren Weg, sie wissen ganz genau, wo sie entlang fliegen müssen. Wir Menschen haben es da etwas schwerer, weil wir zusammen mit anderen Menschen leben (Eltern, Erzieher, Lehrer, Freunde und so weiter), die einem sagen wollen, was richtig oder falsch ist und welches der beste Weg für uns ist. Natürlich wissen sie manches einfach besser als man selbst und es gibt Regeln, die man einfach beachten muss. Trotzdem sollte man sich seine eigene Meinung bilden und sich überlegen, was man selbst erreichen möchte, was auch für das Fechten gilt...

Enzo Lefort, ein französischer Florettfechter, der viele Medaillen bei Welt- und Europameisterschaften mit der französischen Mannschaft und auch im Einzel gewinnen konnte, liebt, genau wie **Natalie Moellhausen** (erinnert ihr euch?) die Kunst, genauer gesagt, die Fotografie. Er hat sogar ein Fotobuch veröffentlicht, um die große Vielfalt in seinem Sport zu zeigen. In dem französischen Fechtteam gibt es 72 verschiedene Menschen. Das sind Araber, Schwarze, Weiße, Arme; Reiche, Junge und Alte. Dadurch, dass er mit dem Fechten so viel in der Welt unterwegs ist, kommt er an die verschiedensten Orte und findet immer wieder neue Ideen und Motive für seine Fotografie.

Für Enzo Lefort ist es wichtig, gut im Sport zu sein, aber auch einen Ausgleich zu haben (das Fotografieren). Wenn er dann sehr hart trainiert, empfindet er das nicht als Arbeit

Wie so ein „hartes“ Training aussehen kann, zeigt er in dem Video mit **Brandon White**, einem Bodybuilder. Das Video hat auch deutsche Untertitel, die ihr über einen Knopf links unten anschalten könnt. Schaut es euch an!

<https://www.olympicchannel.com/en/original-series/detail/hitting-the-wall/hitting-the-wall-season-1/episodes/can-buff-dude-brandon-myles-survive-enzo-lefort-s-fencing-workout/?uxreference=playlist>

Lustig, oder? Manche Übungen könnt ihr einfach so nachmachen, draußen im Park, im Wald oder im Garten. Auf einer Bahnstrecke solltet ihr aber nicht trainieren, die im Video war eine stillgelegte. ;-)

Ihr lieben Fechterinnen und Fechter, was wir euch heute mit unserem „Coronatrainingsbrief“ sagen wollen ist: Mit Fechten kann man sehr viel ausdrücken, aber auch erreichen und lernen. Im Umgang mit dem Gegner erfährt man, wie man in welchem Moment auf welche Situation reagieren muss und der Sport kann auch dabei helfen, über sich selbst Dinge herauszufinden. Man merkt, was man schon gut oder noch nicht so gut kann, und was einem Spaß macht. Behaltet eure weiße Weste und zeigt ruhig eure Blößen, ihr wisst ja jetzt, was man machen kann!

Zusammen geht's am Besten.

Viele Grüße von

Herrn Fehri, Josefine und Brigitte

