



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

Coronafechten April-3

## HALLO IHR LIEBEN FECHTERINNEN UND FECHTER!

Habt ihr in der Schule auch schon Corona-Schnelltests machen müssen? In meiner Klasse war das Ergebnis zum Glück immer **negativ**. Negativ, das ist doch eigentlich etwas Schlechtes, aber ein negativer Test ist **positiv**, komisch diese Ausdrücke...

Erwachsene benutzen sie. Da ist etwas positiv, wenn etwas gut gelungen ist, zum Beispiel bei der Arbeit oder bei der Aussicht auf gutes Wetter. Im Sport kann ein Wettkampf positiv verlaufen oder beim Fechten ein Gefecht. Anschließend gibt es (hoffentlich) eine positive Rückmeldung vom Trainer.

Vergangenen Montag war positiv, dass wieder Training für euch im Freien stattfinden konnte. Acht Kinder kamen zu dieser ersten Trainingseinheit nach langer Pause, worüber wir uns sehr gefreut haben. Doch dann, plötzlich, gibt es ein neues Gesetz und die Regeln für den Schul- und Sportbetrieb sehen plötzlich wieder ganz anders aus. Nur noch 5 Kinder dürfen in einer Gruppe zusammen mit einem Trainer trainieren, ihr müsst in den Wechselunterricht gehen oder wieder von zuhause aus lernen.

Seit über einem Jahr geht das mit **Corona** schon so und ihr musstet euch immer wieder umstellen. Ihr hattet „**Homeschooling**“, „**Onlineunterricht**“ und vielleicht wart ihr auch schon mal in „**Quarantäne**“.

Quarantäne, auch schon wieder so ein merkwürdiger Begriff. Wisst ihr, woher der kommt? Nein? Dann lest euch mal die Erklärung durch!

Früher gab es gefährliche Krankheiten, die die Einwohnerzahlen in den Städten fast halbiert haben, wie zum Beispiel die **Pest**. Damals wussten die Leute noch nicht, wie wichtig Hygiene (bei der geht es um Sauberkeit) ist, es gab keine richtigen Toiletten und Abwasserkanäle. Wenn man musste, machte man in einen Topf und kippte den Inhalt auf die Straße. Und dann konnte man noch so aufpassen, irgendwie trat man immer rein. Viren und Bakterien „tummelten“ sich sozusagen auf der Straße, kein Wunder, dass sich alle ansteckten.

Im 14. Jahrhundert gab es noch keine **AHA-Regel** (Abstand, Hygiene, Alltag mit Maske), keine Waschbecken mit fließend warmen Wasser zum Händewaschen und auch keine Desinfektionsmittel, um zu verhindern, dass sich Krankheiten weiter verbreiten konnten. Aber in Venedig hatte man eine Idee:

Dorthin kamen die meisten Menschen mit dem Schiff und da bestand natürlich die Gefahr, dass diese Menschen aus Städten kamen, in denen die Pest ausgebrochen war. An Bord der Schiffe konnten sich somit auch Passagiere befinden, die sich damit angesteckt hatten. Die Idee war nun, dass die Schiffe 40 Tage lang einige Kilometer vor der Küste festmachen, also ankern mussten. Was man damals nämlich schon wusste, war, dass jemand, der die Pest überlebt hatte, nach 40 Tagen nicht mehr ansteckend war. Man hatte auch herausbekommen, dass jemand, der mit einem Pestkranken zusammen gewesen war, nach 40 Tagen auch nicht mehr krank werden konnte. Erst wenn diese 40 Tage um waren, durften die Schiffspassagiere Venedig betreten und weil die Zahl vierzig im Italienischen „**quaranta**“ heißt und im Französischen, was damals viel gesprochen wurde „**quarante**“, hat sich aus dieser Schutzmaßnahme das Wort „**Quarantäne**“ entwickelt.

Da ist es doch eigentlich ganz positiv, dass man heute bei einem Kontakt mit dem Coronavirus „nur“ vierzehn Tage in Quarantäne muss, oder?

Im Ernst, wir wissen genau, was dieses Virus für euch bedeutet und wie schwer es für euch ist, auf gewohnte Dinge wie Schule, Sport, Freunde treffen und so weiter teilweise verzichten zu müssen.

Trotzdem gibt es noch so viel Positives und wenn ihr jetzt nochmal von zuhause lernen müsst, wollen wir euch noch ein paar Tipps geben, die zum Teil von anderen Kindern gesammelt wurden. Wir geben unseren Senf (erinnert ihr euch an die Sache mit den Redewendungen vom letzten Mal?) natürlich auch noch dazu.

Wenn ihr zuhause lernt, dann...

- steht möglichst immer zur selben Zeit auf, wie, wenn ihr zur Schule müsst
- frühstückt ordentlich (Müsli, Quark, Obst, Gemüse, Brot, Milch)
- sucht euch einen ruhigen Platz zum Arbeiten
- macht euch einen Plan, was ihr machen wollt (vielleicht zuerst Mathe, dann Deutsch...)
- arbeitet am Vormittag zur regulären Schulzeit, damit ihr am Nachmittag spielen könnt
- legt Pausen ein, auch kleine Bewegungspausen, zum Beispiel Hüpfen, Fechtschritte...
- schreibt euch auf, wenn ihr etwas nicht verstanden habt, damit ihr später nachfragen könnt

Seid nicht zu streng mit euch selbst: Allein zuhause zu lernen, ist meistens viel schwieriger als mit anderen Kindern zusammen in der Schule, seid aber auch nicht zu locker mit euren Aufgaben!

Jetzt im Frühling gibt es auch im Freien viel zu entdecken. Vielleicht legt oder setzt ihr euch nach getaner Arbeit mal zum Entspannen unter einen blühenden Baum (zum Beispiel Kirschbaum) und lauscht mal dem Summen der Bienen und Hummeln.

Oder ihr schaut mal, wo Vögel ihre Nester bauen, hier seht ihr das von einem Blässhuhn:



Ihr könnt auch selbst eine Route für eure Familie oder Freunde zusammenstellen, mit kleinen Stationen, an denen geraten, „gesportelt“ oder etwas gespielt werden soll. Wenn ihr motiviert seid, sind sie es bestimmt auch.

Vielleicht sehen wir ja einige von euch beim „Freilufttraining“ am Montagnachmittag. Meldet euch wegen der begrenzten Plätze bitte vorher an!

Liebe Grüße und Viel Spaß beim Fitbleiben wünschen euch

Herr Fehri, Josefine und Brigitte

