

## Der Fecht-Workshop beim Hildegardis-Tag

Am Donnerstag, dem 20.09.2018, von 8:00-14:00 Uhr, fand der Sporttag der Hildegardis-Schule Bochum statt. Der Sporttag beinhaltete einen Charity-Lauf, die Abnahme des Sportabzeichens, sowie 13 Workshops, in denen verschiedene Sportarten für die Schülerinnen und Schüler angeboten wurden. In einem der Workshops war Fechten das Thema.

Fechten ist eine Kampfsportart, bei der auf Distanz gekämpft wird. Die Dauer einer Runde dauert von drei Minuten in Vorrundenkämpfen bis zu neun Minuten in Kämpfen mit Direktausscheidung. Wie bei so gut jeder Kampfsportart wird eins gegen eins auf der Fechtbahn gekämpft. Es gibt beim Fechten drei Sportwaffen, die sich durch Länge, Schwere, Schlagkraft und Trefferfläche unterscheiden: Bei Florett und Säbel ist nur der Rumpf als Trefferfläche erlaubt, beim Degen hingegen ist der ganze Körper die Trefferfläche.

Zu den Sportwaffen gehört auch die dazu gehörige Sicherheitsausrüstung, die vor Verletzungen schützen soll. Blaue Flecken können jedoch trotzdem entstehen. Die Ausrüstung besteht aus einer Maske, Jacke, Hose, Unterziehjacke, Fechthandschuh und ggf. einem Fechtstrumpf. Außerdem unterscheidet sich die Schutzkleidung durch die Durchstoßfestigkeit.

Die Fechter stehen sich auf einer Fechtbahn gegenüber. Der Fachausdruck im internationalen Raum ist „Plance“. Sie ist 14 Meter lang und zwischen 1,50 – 2 Meter breit. Die Fechtbahn unterteilt sich in drei Abschnitte in jeder Richtung. Von der Mittellinie ausgehend befindet sich in beide Richtungen die Startlinie in zwei Metern Entfernung. Darauf folgt nach drei Metern die Warnlinie und nach wieder zwei Metern die Endlinie. Falls die Endlinie mit beiden Füßen übertreten wird, bekommt der Gegner einen Punkt. Beim seitlichen Verlassen der Bahn darf der Gegner einen Meter vorgehen.

Im Workshop am Hildegardis-Tag brachte die Fecht- und Sportgemeinschaft Ruhr Wattenscheid e.V. (FSGRW) den Schülerinnen und Schülern die Grundlagen des Fechtens bei. Die beiden Trainer des FSGRW brachten zwei vollständige Fechtausrüstungen mit und erklärten den Schülerinnen und Schülern die einzelnen Bestandteile. Den Rest der eineinhalb Stunden durften die Schülerinnen und Schüler dann selber fechten. Sie durften natürlich nicht mit einer echten Waffe kämpfen, weshalb sie ein Florett aus Kunststoff bekamen. Dadurch war auch nur der Schutz des Gesichtes erforderlich. Nach den eineinhalb Stunden waren die Schülerinnen und Schüler sichtlich erschöpft.

Auf die Frage, ob die Schülerinnen und Schüler noch einmal fechten wollen, war die Antwort größtenteils einstimmig: „Das Fechten hat mir echt Spaß gemacht, und ich könnte mir vorstellen, es nochmal auszuprobieren“, so ein Schüler aus der Q1. „Es war auf jeden Fall mal eine Abwechslung zu den üblichen Sachen, die wir sonst im Sportunterricht machen,“ ebenfalls ein Schüler aus der Q1.

Abschließend kann man sagen, dass es sich für die Schülerinnen und Schüler auf jeden Fall gelohnt hat beim Fechten teilzunehmen.