

Velkommen til fægtesporten

Sporten, der forener fortid, nutid og fremtid

Fægtningens historie går mange tusinde år tilbage i tiden. Fægtning er i dag en moderne, olympisk sport, som har blikket rettet fremad uden at glemme sine historiske rødder. Fægtning var engang, som så meget andet, en aktivitet for adelen og det bedre borgerskab. I dag er fægtesporten for alle.

Moderne sportsfægtning består af koncentrerede, intense, hurtige og spændende kampe. Uanset hvor god man bliver, er der altid nyt at lære. Under træningen i fægteklubben øver du færdigheder og opnår kundskaber, som er gået i arv fra fægter til fægter gennem tiderne, mens du fægter med moderne elektronisk udstyr.



Du vil nyde, når du på elegant og snedig vis udmanøvrerer din modstander og afgiver et touché (en træffer).



En sport med personlig og social udvikling for øje

Fægtning giver smidighed, bevægelighed og hurtighed og styrker evnerne til koordination, reaktion, koncentration og balance. Du lærer at sætte dig personlige mål. Du finder ud af at være afslappet, men med alle sanser tændt, som en kat på lur, så du lynhurtigt kan reagere på din modstanders bevægelser. Du kommer i bedre form, uanset om du fægter på motions – eller eliteplan.

Fægtning kræver teknik, taktik, koncentration, fordybelse, hurtighed og viljestyrke. Og det kan alt sammen trænes og læres. Piger og drenge kan ofte fægte på lige fod.

Du lærer at håndtere tabe - og vindesituationer og at indsats betaler sig. Du kan indenfor en sportslig ramme få lov til at slås, fyre den af og motionere på en intens, spændende og ufarlig måde.

Fægtesporten lægger vægt på idrættens værdier om fair play og tolerance.

Sporten har udgangspunkt i holdtræning og er dermed en social sport, men den er også ekstremt individuel. I fægtekampen er der tale om to fægtere i kamp mand mod mand - hver med sin egen fysik og psyke, teknik, finter og særlige tricks.

Under træningen i klubberne kan du møde nye mennesker, få venner, og der er ofte aktiviteter både for børn, unge og voksne. Når du har trænet et stykke tid, kan du og let komme med til små og store konkurrencer. Det er udviklende på både det sociale og det personligt, sportslige plan.

Børn og unge og deres forældre er altid meget velkomne til at deltage i klublivet og dets aktiviteter.





Sikkerhed og udstyr

Fægtning er en kampsport. Dog er risikoen for skader forbundet med kampen lille. Intensiteten er høj, men der er sjældent direkte, fysisk kontakt mellem fægterne. Alle fægter med sikkerhedsudstyr. Fægtning er en idræt med relativt få sportskader. Sikkerhedsudstyret omfatter maske, handsker, jakke og bukser. Der er 3 forskellige våben indenfor moderne sportsfægtning:

Fleuret, kårde og sabel. Ved at prøve dig frem og få råd og vejledning i fægteklubben, finder du ud af, hvilket våben, der lige er dig.

Bliv fægter

– find din nærmeste fægteklub

Hvis du kunne tænke dig at fægte, er det lettest at ringe til den nærmeste klub eller sende klubben en mail. Aftal med klubben, hvornår det er bedst at møde op. Find din nærmeste klub på Dansk Fægte-Forbunds hjemmeside: www.faegtning.dk

Dansk Fægte-Forbund
Idrættens Hus
Brøndy Stadion 20
2605 Brøndby
4326 2097
dff@faegtning.dk
www.faegtning.dk

Nærmeste fægteklub:

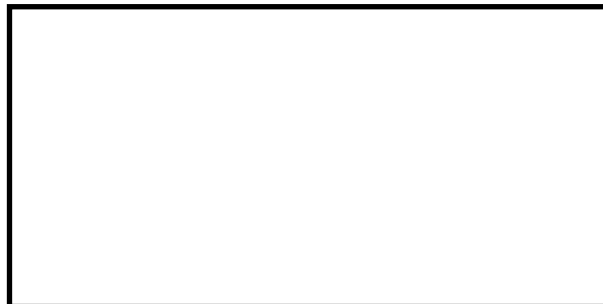


Foto: Erling Steen, DJ Jensen

Tekst: Martin Wiuff, DFF

Design og layout: Grane Steinrud - www.theemotionallab.dk



DANSK FÆGTE-FORBUND



gå til
FÆGTNING



DANSK FÆGTE-FORBUND