

Trainingsordnung

(Stand Sept. 2016)

- Fechtschule Sieben Schwerverter -

Bitte lese Dir die Trainingsordnung aufmerksam durch und durchdenke sie. Um Dir die Fechtkunst so sicher und zugänglich wie möglich zu machen, wurde diese Trainingsordnung entworfen. Als aufmerksamer und verantwortungsvoller Mensch, sollten Dir folgende Punkte für Dich und Deine Umwelt am Herzen liegen.

1. Jeder Fechtschüler ist für sich und andere eigenverantwortlich tätig. Wir trainieren stets miteinander, nicht gegeneinander - im sportlichen Sinne und nicht zur Selbstverteidigung oder Abhärtung.
2. Fechtkunst ist ein sehr sicherer Sport, sofern man sich wie bei jeder Sportart an die Regeln hält. Es ist absolut notwendig, den Anweisungen der Unterrichtsleitung Folge zu leisten.
3. Seid aufmerksam gegenüber anderen und Eurer Umgebung, damit versehentliche Verletzungen vermieden werden. Achtet bei allen Übungen darauf, euren Trainingsbereich einzuhalten. Zwei Meter Abstand zu Anderen und zur Wand sind nötig.
4. Wir bitten alle, pünktlich zum Trainingsbeginn bereits umgezogen zu sein. Wer vor oder nach Trainingsbeginn erscheint, hat sich ruhig zu verhalten und achtet auf die bereits Trainierenden. Beim Verlassen oder Betreten der Halle ist auf Trainierende zu achten, diese haben Grundsätzlich „Vorfahrt“!
5. Der Trainingsbereich darf nur mit Hallenschuhen betreten werden. Ein sorgsamer Umgang mit dem Trainingsbereich wird vorausgesetzt. Sollte man dennoch eine Beschädigung verursachen, bitten wir dies eigenständig dem Trainingsleiter oder einem Trainingsbetreuer zu melden.
6. Vor der Benutzung von fremden Trainingsgeräten bitten wir um Rückfrage.
7. Eine Fechtwaffe ist kein Spielzeug und muss von jedem mit Verantwortung getragen werden, im Unterricht wie auch außerhalb.
8. Wird eine Trainingswaffe in der Hand gehalten und getragen, zeigt der Ort (die Spitze) in Richtung Boden. Es ist darauf zu achten, die Metallwaffen nicht mit der Spitze auf den Boden zu stellen. Eine Fechtwaffe wird stets gelegt und nicht gestellt. Trainingswaffen werden ausschließlich in einem geschlossenen Behältnis transportiert.
9. Bei Übungen ist die volle Konzentration und Wahrnehmung nötig. Die Übung sollte unterbrochen werden, wenn die Konzentration zu sehr nachlässt. Um Übungen auszuführen gilt generell Sicherheit und Qualität vor Geschwindigkeit. Übungsvarianten und abweichende Techniken ("Laborfechten") sind zu besprechen und entsprechendes Equipment anzulegen.
10. Vor Partnerübungen mit Trainingswaffe ist eine intakte FIE-Fechtmaske mit 1600 N aufzuziehen. Das Schwert liegt auf dem Boden während dem Anlegen der Fechtmaske. Die Fechtmaske sollte keine Dellen oder Beschädigungen aufweisen. Beim Training mit anderen Fechtwaffen ist stets das entsprechende Equipment zu tragen. Das Gitter der Fechtmaske ist schwarz, für die Kommunikation ist eine farbliche Umgestaltung der Fechtmaske nicht gewünscht.
11. Es wird mit gemäßigttem Krafteinsatz und ohne Aggression oder unnötiger Härte gefochten. Bei Freigefechten ist die Kenntniss über Regeln und entsprechendes Equipment Voraussetzung! Bei Übungen mit Stoß gilt besondere Vorsicht, es wirken Kräfte bis zum 10 fachen des eigenen Körpergewichts.
12. Jeder Fechter ist innerhalb und außerhalb des Trainings ein Repräsentant der Fechtschule Sieben Schwerverter. Sein Verhalten sollte stets vorbildlich und zur Bereicherung der Historischen Fechtkunst dienen.

Die oben genannten Punkte 1. bis 12. habe ich gelesen, akzeptiert und vollständig verstanden. Ich bin mit der Trainingsordnung von Sieben Schwerverter einverstanden. Zudem wird wie bei jedem Sport üblich eine Haftpflichtversicherung empfohlen.