
ADFD



AKADEMIE DER FECHTKUNST
DEUTSCHLANDS



Fechtkunst

Dezember
2002





Aus „Illustrierte Zeitung, 27. April 1899
Assaut zwischen dem französischen Fechtmeister Kirchhoffer und dem Italiener Barbasetti in Wien. Nach einer Momentphotographie von A. Huber in Wien.
Zur Verfügung gestellt von Rainer Köbelin.

Titelbild aus „Für Alle Welt“ Heft 18, 1895
Fechtübung mit dem Zweihänder. Originalzeichnung von Percy Marquard.
Zur Verfügung gestellt von Rainer Köbelin.



Fechtkunst Dezember 2002

<u>Inhalt</u>	<u>Seite</u>
Vorstandsadressen	02
Präsident	03
Termine	05
2. Internationaler Fechtkongress	06
2nd International Fencing Congress	08
2e Congrès International d'Escrime	10
Kongressveranstaltungen - events - cours	12
Anmeldung zum Fechtkongress	13
des langen Schwerdts bin ich genannt ein Meister	15
Eis oder Wärme	16
Nachrichten	19
Buch	21
Kalender	23
ADFD Shop	24
Mitgliederliste	25
Bestellzettel	27

Herausgeber: Akademie der Fechtkunst Deutschlands e.V.
Schulstr.12, 24867 Danneberg
Tel 04621-31201, Fax 04621-31584
eMail: adfd@fechtkunst.org Internet: www.fechtkunst.org
Verantwortlich für den Inhalt: Mike Bunke © ADFD 2002

Beiträge mit Namen des Verfassers geben dessen persönliche Meinung wieder und nicht die Auffassung des Präsidiums der ADFD. **Fechtkunst** erscheint 4 Mal pro Jahr. Das Abonnement für Mitglieder ist im Beitrag enthalten und kostet für Nichtmitglieder 12,50 €







Der Vorstand der ADFD



Präsident

Mike Bunke, Fechtmeister ADFD
Schulstraße 12, 24867 Dannewerk

 04621-31201
0172-6224446
 04621-31584
eMail bunke@fechtkunst.org

Stellvertreter des Präsidenten

Jörg-Udo Meyer Schilewa, Fechtmeister ADFD
Rauhehorst 49, 26127 Oldenburg

  0441-64313
eMail meyer-schilewa@fechtkunst.org



Schatzmeister

Yves Eckert, Fechtlehrer ADFD
Parksiedlung Spruch 7, 12349 Berlin

 030-7471192
 0179-336993962
eMail eckert@fechtkunst.org


Mitglied des Vorstandes (Schriftführer)

Daniel von der Ahé, Fechtmeister ADFD
Bergstr. 5, 34246 Vellmar

  0561-571331
eMail vonderahé@fechtkunst.org

Mitglied des Vorstandes (Leiterin der Ausbildung)

Regina Faust, Fechtmeisterin ADFD
Schulstraße 12, 24867 Dannewerk

 04621-31201
0173-3607206
 04621-31584
eMail faust@fechtkunst.org

Konto der ADFD: Berliner Volksbank 3576556011 BLZ 100 900 00



**Liebe Mitglieder der Akademie,
liebe Freunde der Fechtkunst.**

das Interesse an Fortbildungskursen ist zur Zeit offenbar gering. Den Oktoberkurs mussten wir jedenfalls absagen, weil sich nur 3 Teilnehmer gemeldet hatten. Auf der anderen Seite lässt die Zahl der Interessenten für die Ausbildung erwarten, dass wir 2003 einen neuen Ausbildungsgang

beginnen können. Nachdem wir in den letzten Jahren mehrfach Ausländer in unseren Kursen hatten, halte ich eine weitere Internationalisierung unserer Ausbildung für sinnvoll. Ich kann mir gut eine Entwicklung von der klassischen nationalen Ausbildung hin zu einem internationalen System vorstellen. Die AAI hat Richtlinien für die Ausbildung verabschiedet. Das Ziel ist, einen hohen Standard für den Maître d'Armes in allen Mitgliedsakademien zu sichern. Wie gut dies gelingt, kann man am einfachsten bei internationalen Lehrgängen feststellen.

Bitte nennen Sie uns mögliche Teilnehmer~~innen~~ für die Ausbildung, damit wir ihnen Unterlagen schicken können.

Doch auch wenn 2003 kein Kurs zu Stande kommt - der 2. Internationale Fechtkongress wird stattfinden und wie Sie auf den folgenden Seiten sehen, haben wir schon viel Vorarbeit geleistet. Nach dem unerwarteten Erfolg des 1. Kongresses 2001 und der kurzfristigen Organisation der Weltmeisterschaften 2002 entwickelt sich die Parkhöhe in Bad Wildungen langsam aber sicher zu einem internationalen Zentrum der Fechtkunst. Wir sind seit Mai 1999 dort mit unseren Kursen und verschiedenen anderen Veranstaltungen zu Gast und sind überzeugt, hier die besten Bedingungen für Aus- und Fortbildung gefunden zu haben. Die Sporteinrichtungen im Hause, die große Zahl komfortabler Einzelzimmer, die hervorragende Verpflegung und die kompetente sportmedizinische Unterstützung sprechen für sich. Am wichtigsten ist aber, dass wir von jedem Mitglied des Teams der Parkhöhe freundlich und hilfsbereit unterstützt werden. Hierfür danke ich allen Mitarbeiter~~innen~~ des Hauses.

Unsere Jahrestagung wird auch 2003 wieder hier stattfinden. Sicher ist es abwechslungsreicher, jedes Jahr an einem anderen Ort zu tagen. Da



aber die Bedingungen in Bad Wildungen optimal sind, hat sich die Mitgliederversammlung auch 2002 wieder einstimmig für diesen Ort ausgesprochen.

Wenn der zweite Kongress an den Erfolg des ersten anschließen kann, soll er zu einer ständigen Einrichtung werden. Eine derart vielfältige und intensive internationale Veranstaltung alle zwei Jahre bietet Profis wie Amateuren eine ausgezeichnete Fortbildungsmöglichkeit. Einige Landesverbände des DFB hatten bereits 2001 die Teilnahme für die Verlängerung der Trainerlizenzen anerkannt. Wir werden versuchen, diesen Kreis 2003 zu erweitern.

Das Präsidium der AAI wird am 5./6. Januar 2003 in Belgien tagen. Dort stehen wichtige Entscheidungen über die Ziele der nächsten Jahre an.

Am 14. Dezember wird die Bundesversammlung des DSLV einen neuen Vorstand wählen. Präsident Umbach und die Vizepräsidenten Prof. Helmke und Dr. vom Ende stehen nicht mehr zur Verfügung. Die bundesweite Suche nach Nachfolgern war anfänglich nicht von Erfolg gekrönt. Inzwischen gibt es Vorschläge und man kann davon ausgehen, dass im Dezember in Kassel ein kompetentes Team gewählt werden wird. Schwere Aufgaben müssen bewältigt werden: Der Austritt des Landesverbandes Baden-Württemberg mit über 1000 Mitgliedern wird am 31.12.02 wirksam, mehrere große Fachsportlehrerverbände sind in den letzten Jahren bereits ausgetreten, die internationale und bundesweite Präsenz des Verbandes ist unzureichend und die Probleme des Schulsports sind weiter gewachsen. Dies kann man sicher nicht dem bisherigen Vorstand anlasten. Die neue Mannschaft muss mit neuen Ideen und viel Energie versuchen, den negativen Trend umzukehren.

Am 30. November fand die Jahrestagung des VdF statt. Ich habe Grüße der ADFD geschickt und einige Punkte zum Thema Zusammenarbeit angesprochen. Da mehrere Fechtmeister des VdF auch Mitglieder der ADFD sind, ist der ständige Austausch gewährleistet ebenso wie die gute Kooperation.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien geruhsame Adventstage, frohe Weihnachten und ein hieb- und stichfestes Jahr 2003. Ich freue mich darauf, viele von Ihnen im kommenden Jahr wieder zu sehen.

Ihr



Jahrestagung
30. Mai - 1. Juni 2003

2. Internationaler Fechtkongress
25.-27. Juli 2003

Parkhöhe
Bad Wildungen

www.fechtkunst.org
www.parkhoehe.de
www.bad-wildungen.de



2. Internationaler Fechtkongress Bad Wildungen 25.-27. Juli 2003

Zeitplan

Freitag, 25. Juli

18.30 Abendessen
20.00 Eröffnung
21.00 Bistro Bar geöffnet

Sonnabend, 26. Juli

08.45 Kongress
19.00 Abendessen
20.00 Bistro Bar geöffnet

Sonntag, 27. Juli

08.45 Kongress
13.00 Abreise



Kosten

Vollpension Freitag Abend -Sonntag Mittag	89,00 €
Kongressgebühr 2 Tage	79,00 €
Kongressgebühr nur Sonnabend	55,00 €
Kongressgebühr nur Sonntag	25,00 €
ADFD-Mitglieder erhalten einen Verzehrutschein der Parkhöhe im Wert von 10,00 € sowie ein Kongress-T-Shirt	
Alle Teilnehmer <i>innen</i> erhalten eine Kongressmappe und einen Gutschein für den Sektempfang zur Eröffnung	

Veranstaltungen

diese Liste wird ständig ergänzt - aktuell ist sie im Internet

Fencerobic - Beinarbeit mit Musik
Regina Faust, Fechtmeisterin ADFD, Sportlehrerin, Dannewerk

Neue Testgeräte für die Fehlersuche auf der Bahn
Albert Wekwart, Elektriker, Heroldsberg

Das Trainingsgerät „Willibald“
Peter Kolloch, Fechtmeister ADFD, Würzburg



Biomechanik des freien Arms

Dr. Maurice Donners, Fichtmeister ADFD, Eindhoven

Mehrsprachiges Wörterbuch der Fichtbegriffe

Vic Hartog, Fichtmeister ADFD, Eindhoven

Krafttraining - Anwendungsmöglichkeiten für Gesundheit und Fitness,
spezielle Basis- und Ausgleichskräftigung für Fichter

Thomas Günther, Diplom-Sportwissenschaftler, Bad Wildungen

Koordinationstraining - Prävention und therapeutische Ansätze mit
propriozeptivem, sowie gezieltem Bewegungskoordinationstraining

Thomas Günther, Diplom-Sportwissenschaftler, Bad Wildungen

Sinnvolle Turnierreifepfung

Carsten Muschenich, Fichtmeister ADFD, Marburg

Rollstuhlfechten

Uwe Bartmann, Prévôt d'Armes ADFD, Jena

Neue Erkenntnisse der Sportmedizin

Dr. Birger Neubauer, Arzt, Hamburg

Die Prager Plempe - die Handhabung einer (pseudo)akademischen Hieb-
waffe unter Verwendung einer "sportfechtenischen" Grundlage.

Dr. Bernd-Günter Harmann, Fichtmeister VdF, Liechtenstein

Akademisches Fechten - schwerer Säbel

Kurt Betz, Fichtmeister VdF, Marburg / Andreas Brix, Fichtmeister VdF,
Moringen

Szenisches Fechten in Theorie und Praxis

Prof. Claus Großer, Dozent, Leipzig

Fichtgeschichte

Mike Bunke, Fichtmeister ADFD, Dannewerk / Günter Schmid, Fichtleh-
rer ADFD, Waiblingen / Dr. Maurice Donners, Fichtmeister ADFD Eindh-
hoven

Änderungen der Wettkampffregeln und deren Auswirkungen

Mike Bunke, Fichtmeister ADFD, Dannewerk

Kabelloses Fichtsystem - aktueller Stand

N.N.

Ausstellungen - Waffen, Literatur, Plakate, Videos



2nd International Fencing Congress

Bad Wildungen

July 25-27, 2008

Program

Friday, July 25

18.30 dinner

20.00 opening ceremony

21.00 bistro café is open

Saturday, July 26

08.45 congress

19.00 dinner

20.00 bistro café is open

Sunday, July 27

08.45 congress

13.00 departure



Prices

Full board Friday evening till Sunday noon	89,00 €
congress participation for 2 days	79,00 €
congress participation Saturday only	55,00 €
congress participation Sunday only	25,00 €
ADFD-members receive a 10,00 € coupon for the Parkhöhe bistro and a congress t-shirt	
all participants receive the congress folder and a coupon for a glass of champagne at the opening ceremony	

Events

this list will be updated regularly - you find it on our internet site

Fencerobic - footwork with music

Regina Faust, Fencing Master ADFD, sport teacher, Dannewerk

New testing equipment for finding faults on the piste

Albert Wekwart, Electrician, Heroldsberg

The fencing dummy „Willibald“

Peter Kolloch, Fencing Master ADFD, Würzburg



Biomechanics of the free arm

Dr. Maurice Donners, Fencing Master ADFD, Eindhoven

Multilingual dictionary of fencing terms

Vic Hartog, Fencing Master ADFD, Eindhoven

Strength training - application possibilities for health and fitness, special basis- and compensatory strengthening for fencers

Thomas Günther, Sport Scientist, Bad Wildungen

Coordination training - prevention and therapeutic approach with proprioceptive and specific movement coordination training

Thomas Günther, Sport Scientist Bad Wildungen

Meaningful beginners examination

Carsten Muschenich, Fencing Master ADFD, Marburg

Wheel chair fencing

Uwe Bartmann, Prévôt d'Armes ADFD, Jena

New findings in sports medicine

Dr. Birger Neubauer, MD, Hamburg

The Prague Plempe - the handling of a (pseudo)academic cutting weapon based on "sport fencing"

Dr. Bernd-Günter Harmann, Fencing Master VdF, Liechtenstein

Academic fencing - heavy sabre

Kurt Betz, Fencing Master VdF, Marburg / Andreas Brix, Fencing Master VdF, Moringen

stage fighting in theory and practice

Prof. Claus Großer, Dozent, Leipzig

Fencing history

Mike Bunke, Fencing Master ADFD, Dannewerk / Günter Schmid, Fechtlehrer ADFD, Waiblingen / Dr. Maurice Donners, Fencing Master ADFD Eindhoven

Rule changes and their consequences

Mike Bunke, Fencing Master ADFD, Dannewerk

wireless fencing - latest development

N.N.

Expositions - weapons, literature, posters, videos



2e Congrès International d'Esime Bad Wildungen 25-27 juillet 2008

Programme

Vendredi, 25 juillet

18.30 dîner
20.00 cérémonie d'ouverture
21.00 le café bistro est ouvert

Samedi, 26 juillet

08.45 congrès
19.00 dîner
20.00 le café bistro est ouvert

Dimanche, 27 juillet

08.45 congrès
13.00 départ



Prix

pension complète vendredi soir - dimanche midi	89,00 €
congrès participation 2 jours	79,00 €
congrès participation seul samedi	55,00 €
congrès participation seul dimanche	25,00 €

Tous les participants recevront un porte-document et un bon pour un verre de champagne à la cérémonie d'ouverture

Cours

Cette liste sera mise à jour continuellement - voir notre site internet

Fencerobic - travail de jambes avec musique

Regina Faust, Maître d'Armes ADFD, enseignante du sport, Dannewerk

Nouveau outillage pour vérifier l'équipement électrique sur la piste

Albert Wekwart, Electricien, Heroldsberg

L'appareil d'exercice « Willibald »

Peter Kolloch, Maître d'Armes ADFD, Würzburg

Biomécanique du bras libre



Dr. Maurice Donners, Maître d'Armes ADFD, Eindhoven

Dictionnaire multilingue des termes d'escrime
Vic Hartog, Maître d'Armes ADFD, Eindhoven

Entraînement de la force - possibilités pour l'application pour santé et condition physique, entraînement compensatoire spécial de base pour escrimeurs

Thomas Günther, Sport Scientist, Bad Wildungen

Entraînement de la coordination - prévention et accès thérapeutique avec entraînement proprioceptif et spécifique de coordination de mouvement
Thomas Günther, Scientiste du Sport, Bad Wildungen

Examen sensé pour les novices
Carsten Muschenich, Maître d'Armes ADFD, Marburg

Escrime à la chaise roulante
Uwe Bartmann, Prévôt d'Armes ADFD, Jena

Nouvelles trouvailles de la médecine sportive
Dr. Birger Neubauer, Arzt, Hamburg

La Plempe de Prague - utilisation d'une arme de taille (pseudo)académique sur la base de l'escrime sportive
Dr. Bernd-Günter Harmann, Maître d'Armes VdF, Liechtenstein

L'escrime académique - sabre lourd
Kurt Betz, Maître d'Armes VdF, Marburg / Andreas Brix, Maître d'Armes VdF, Moringen

L'escrime artistique, théorie et pratique
Prof. Claus Großer, Professeur d'Escrime, Leipzig

Histoire d'Escrime
Mike Bunke, Maître d'Armes ADFD, Dannewerk / Günter Schmid, Fechtlehrer ADFD, Waiblingen / Dr. Maurice Donners, Maître d'Armes ADFD Eindhoven

Changements des règles et les conséquences
Mike Bunke, Maître d'Armes ADFD, Dannewerk

L'escrime sans fil - développement actuel
N.N.

Expositions - armes, littérature, affiches, vidéos



Kongressveranstaltungen

Wenn Sie selbst eine Veranstaltung durchführen wollen, geben Sie uns bitte so früh wie möglich folgende Daten bekannt:

Titel, Raumbedarf, Zeit (45 oder 90 Minuten), technische Hilfsmittel, Sprache, sonstige Information



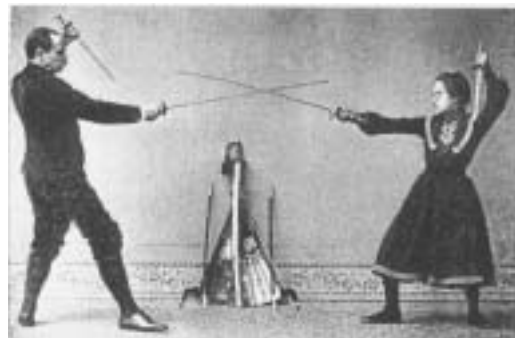
congress events

If you would like to present your own event, let us know the following data as soon as possible:

Subject, room requirements, time (45 or 90 minutes) technical support, language, additional information

cours du congrès

Si vous désirez de présenter un cours vous-même, veuillez nous faire parvenir le plus tôt possible les informations suivants:



sujet, besoin d'espace, temps (45 ou 90 minutes), support technique, langue, information additionnel

**Anmeldung zum Fechtkongress
vom 25.-27. Juli 2003 in Bad Wildungen**



Name

Straße PLZ Ort

Tel Fax E-Mail

Weitere Personen

Übernachtung im Einzelzimmer Doppelzimmer

Zahl der Teilnehmer am Kongress

Besondere Wünsche

.....

89,00 € für Vollpension vom 25.-27.7.03 pro Person und
79,00 € pro Kongressteilnehmer habe ich auf das Konto der ADFD mit
dem Stichwort „Kongress“ überwiesen:

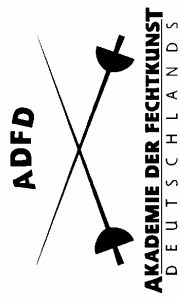
Berliner Volksbank 3576556011 BLZ 100 900 00

Datum, Unterschrift

Sie können Ihre Anmeldung auch per Fax an 04621-31584

oder per eMail an adfd@fechtkunst.org schicken

Ein Onlineformular finden Sie auf der Seite www.fechtkunst.org



für Fensterumschlag hier falten

**Akademie der Fechtkunst
Schulstr. 12**

24867 Dannewerk



Behandlung nach Verletzung - Eis oder Wärme?

Den meisten von uns ist die folgende Aussage bekannt:

"Die ersten 24 Stunden nach der Verletzung Eis anwenden und dann auf Wärme übergehen".

Diese "24 Stunden-Regel" ist zwar eine einfache Richtlinie für die Behandlung akuter Verletzungen, sie ist aber nicht unbedingt die beste Vorgehensweise.

Die Grundaussage ist richtig. Zu Beginn ist eine Verletzung begleitet von Entzündung, Schwellung und Schmerz. Diese werden am besten mit Eis behandelt, welches alle drei reduziert. Wenn danach die akuten Beschwerden gelindert sind, fühlt sich die Verletzung steif und hart an und erfordert einen weiteren Heilungsprozess. Feuchte Wärme fördert die Durchblutung und diese wiederum reduziert Steifheit und fördert die Heilung. Die Unzulänglichkeit der "24 Stunden-Regel" ist die Tatsache, dass Entzündungen länger als 24 Stunden dauern können, sogar mehrere Tage oder gar Wochen. Der Sinn dieses Artikels ist, dem Fechtlehrer die richtige Anwendung von Eis und Wärme zu vermitteln.

Wie oben erwähnt, ist Eis das erste Mittel gegen akute Verletzungen. Die Daumenregel für eine aggressive Behandlung einer akuten Verletzung heißt "20 Minuten Eis, 40 Minuten Pause". Hierbei muss das Prinzip „PECH“ berücksichtigt werden: **P**ause - **E**is - **C**ompression - **H**ochlage. Das heißt: Die Verletzung entlasten, sie mindestens auf Herzhöhe heben und bandagieren, um die Schwellung zu verringern. Entzündete Verletzungen sind geschwollen, rot und fühlen sich bei Berührung "heiß" an. Dies sind Indikatoren für Eisbehandlung.

Eis kann auf verschiedene Weise angewandt werden. Das traditionelle Kühlkissen ist gut geeignet. Dabei soll das Kondenswasser auf dem Tuch belassen bleiben, da es den therapeutischen Effekt verbessert. Die wieder verwendbaren Kühlkissen, die verformbar sind und sich dem Körper anpassen, sind am besten geeignet. Sie fühlen sich am angenehmsten an und bleiben die empfohlenen 20 Minuten lang kalt. Dadurch wird eine übermäßige Anwendung weitgehend verhindert. Benutzen Sie keine Kühlpackungen, die für Kühltaschen gedacht sind. Diese sind nicht nur unkomfortabel, sondern sie speichern auch Kälte zu lange, so dass die Oberfläche leicht unterkühlt wird.

Die Eismassage ist eine der besten Methoden, eine Verletzung zu kühlen.



Füllen Sie einen Pappbecher mit Wasser und stellen Sie ihn in die Kühltruhe. Wenn das Wasser gefroren ist, reißen Sie den oberen Rand des Bechers ab, fassen Sie ihn unten und massieren Sie die Verletzung.

Lassen Sie das Wasser auf der Haut und massieren Sie die Umgebung etwa 8 Minuten lang oder bis sich die Stelle taub anfühlt. Eismassage fühlt sich zuerst kalt an, dann fängt sie an zu schmerzen oder zu brennen und wenn das Gefühl der Taubheit kommt, wird die Massage beendet.

Ein typischer Fall ist ein Fechter, der sich den Fuß so umgeknickt hat, dass der Knöchel noch 2 Wochen nach der Verletzung rot und geschwollen ist. In diesem Fall ist Eis immer noch die richtige Anwendung, auch wenn die Verletzung mehr als 24 Stunden zurückliegt. Wenn dann Schwellung, Hitze und Rötung verschwinden, ist es Zeit, auf Wärme umzustellen.

Wärme wird am besten als feuchte Wärme angewandt da Wasser eine besserer Wärmeleiter als Luft ist. Da es das Ziel ist, die Wärme in den Körper eindringen zu lassen, hilft die Feuchtigkeit, eine wirksamere Tiefenwirkung der Wärme zu erreichen. Trockene Wärme, wie sie von traditionellen Heizkissen erzeugt wird, erwärmt nur die Oberfläche und verschlechtert oft die Situation an den Stellen, die noch entzündet sind.

Feuchte Wärme wird am besten aufgebracht mit einem elektrischen feuchten Heizkissen, einem feuchten Wärmepaket, welches für die Mikrowelle geeignet ist, oder mit einem Dampfkissen (hydrocollator steam pack). Ein heißes Bad in der Wanne oder im Whirlpool hilft, größere Muskelgruppen zu entspannen. Allerdings ist die lokale Wärmeanwendung effizienter, da der Körper die Durchblutung nur lokal erhöht. Wärme ist gut für verspannte, empfindliche Muskulatur, die aber nicht schmerzt. Dies gilt auch für Muskeln, die nach dem Training steif und müde sind. Feuchte Wärme kann bis zu 20 Minuten pro Stunde angewandt werden.

Sowohl bei Wärme als auch bei Eis ist mehr nicht unbedingt besser. Zu langes Kühlen (mehr als 20 Minuten) drosselt die Durchblutung zu sehr und verlangsamt so den Heilungsprozess. Eis reduziert zwar Schwellung, Entzündung und Schmerz, dennoch muss der Körper aber Blut zu der geschädigten Stelle transportieren, damit diese heilen kann. Eine überlange Eisbehandlung verhindert den Heilprozess, der in der akuten Phase beginnen soll. Was Wärme angeht, soll man nicht auf dem Wärmekissen schlafen! Zu viel Wärme fördert Entzündung und Schwellung. Wärme fühlt sich angenehm an und kann leicht überdosiert werden. Auch hier ist die Grenze 20 Minuten pro Stunde. Genau wie beim Eis ist der Abbruch der Wärmeanwendung nach 20



Minuten ein wichtiger Teil des Heilungsprozesses. Mehr ist also nicht unbedingt besser.

Für eher chronische Verletzungen ist das Verfahren einfach: Vor dem Sport ist Wärme das Richtige, um die Durchblutung anzuregen und die geschädigte Stelle „aufzuwärmen“. Nach dem Fechten soll so früh wie möglich Eis angewandt werden um Entzündungen zu verhindern für den Fall, dass die geschädigte Stelle gereizt wurde.

Als Fechtlehrer fragen Sie Ihre Fechter, ob die Verletzung immer noch geschwollen ist oder sich „heiß“ anfühlt (weiterhin Eis anwenden). Ist sie während des Tages steif und verhärtet (Wärmeanwendung), oder schmerzt sie akut bei alltäglichen Bewegungen (Eis)?

Wenn eine Verschlechterung bei Wärmeanwendung bemerkt wird, wechselt man wieder auf Eisbehandlung, da die Stelle möglicherweise durch die Wärme wieder entzündet wurde. Im Zweifelsfall benutzt man Eis. Vielleicht hilft es nicht, aber es vermindert zumindest die Entzündung. Wärme fördert die Entzündung so dass es im Zweifelsfall besser ist, zunächst Eis zu benutzen.

Zuletzt sei daran erinnert, dass verletzte Fechter einen sportorientierten Arzt aufsuchen. Man kann vom Fechtlehrer nicht erwarten, dass er ständig auf dem neuesten Stand der Sportmedizin ist, sondern dass er ein Grundwissen über die Behandlung und Prävention von Verletzungen hat und Fechtern den richtigen Weg zur Heilung weisen kann.

Dr. Donald C. DeFabio

USFA Medical Committee (Medizinische Kommission des US-Fechtverbandes)

Den Artikel habe ich mit Genehmigung des Autors aus „The Swordmaster Winter 2002“ übernommen und übersetzt. „The Swordmaster“ ist das offizielle Organ der United States Fencing Coaches Association (USFCA), der größten Mitgliedsakademie der AAI.

Anmerkung: Das deutsche Wort schreibt sich richtig „Kompression“ - dann passt es aber nicht mehr ins Akronym - PECH.

Mike Bunke



Nachrichten

JAHN-MEHRKAMPF im FECHTEN

In Freyburg an der Unstrut, dem Wirkungs- und Sterbeort von Friedrich Ludwig Jahn (1778-1852), wurde im August 1955 zum ersten Male ein Mehrkampf im Fechten durchgeführt.

Anlass zur Durchführung dieses Turniers war die Tatsache, dass infolge des II. Weltkrieges viele Fechter gefallen und erst ab 1951 das Fechten in der DDR wieder erlaubt war.

Dieser Mehrkampf, ein Sechskampf mit den Disziplinen Schießen, Schwimmen und Fechten sowie den laut Friedrich Ludwig Jahn natürlichen Fortbewegungsarten- Laufen, Werfen, Springen- wurde durch den Deutschen Turn- und Sportbund (DTSB) ins Leben gerufen, damit die neuen Fechter bald einen Wettkampf haben konnten. Der Leipziger-Plagwitzer Fechter Albert Gipp und der Freyburger Handballer Erich Triebe gehörten zu den Mitbegründern und bis zum Jahre 1990 wurde dieser Wettkampf zu Ehren von Friedrich Ludwig Jahn in seinem Geburtsmonat in Freyburg durchgeführt.

An diesem Turnier kann jung und alt (von 8 bis 80 Jahren) sowie männlich wie weiblich teilnehmen, denn es gibt 12 Altersklassen sowohl bei den Damen als auch Herren.

Eine weitere Besonderheit ist das Fechten - unter freiem Himmel nämlich auf der Aschenbahn.

Albert Gipp hat von 1955 bis zum Jahre 1990 diesen Wettkampf (36 mal) organisiert. Obwohl da schon hoch betagt- 87jährig — ließ er sich die Geschicke seines geliebten Jahn-Mehrkampfes nicht aus der Hand nehmen, obgleich er ab 1987 bis 1990 durch Gisela Schreier Unterstützung fand.

In den Jahren 1955 bis 1990 beteiligten sich durchschnittlich 100 bis 150 Fechter aus 20 Gemeinschaften.

Nach der Wende haben wir im Jahre 2001 am 11. August, dem 223. Geburtstag von Friedrich Ludwig Jahn, unser Turnier wiederbelebt und konnten

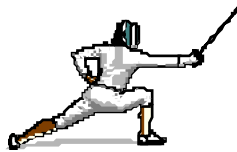
Fechtkunst 12/2002



in diesem Jahr im August zum 38. Jahn-Mehrkampf einladen.

Unserer Einladung folgten im Jahre 2001: 100 Starter aus 17 Vereinen und in diesem Jahr waren es 120 Fechter aus 19 Gemeinschaften.

Claus Großer, Leipzig



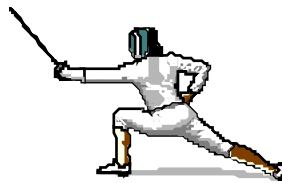
Im Frühjahr 2003 soll eine neuer Kurs für Fechtlehrerinnen und Fechtmeisterinnen in Bad Wildungen beginnen.

Wenn Sie uns die Adresse von interessierten Personen angeben, werden wir diesen umgehend Informationsmaterial schicken.

Fotos aus der Ausbildung, Ausbildungsordnung und Satzung sind auch auf unserer Seite

www.fechtkunst.org

zu finden.



Der Fechterbund Schleswig-Holstein hat aktuelle Frage- und Bewertungsbögen zur Turnierreifepfung für alle drei Waffen erstellt. Diese können Prüfungsberechtigte online anfordern (fbsh@fechten.dk).

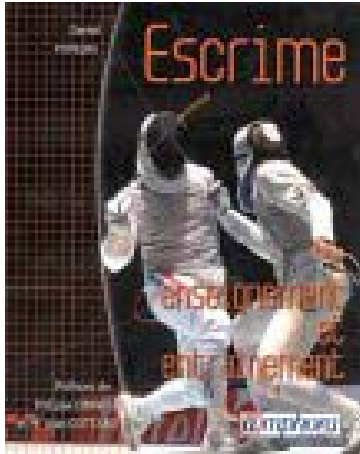


**B
U
C
H**

Volker Ullmann: Fechten für Theater, Film und Fernsehen



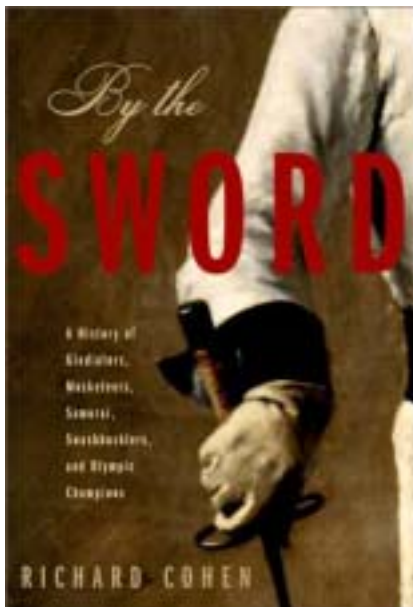
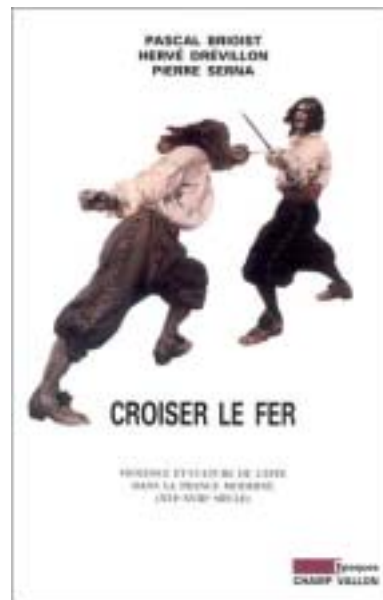
Die Technik des Bühnenfechtens
Theaterpädagogische Bibliothek 11
Florian Noetzel Verlag, Wilhelmshaven, 2002
ISBN 3-7959-0801-9
ca. 18,00 € (ist bei Amazon.de schon nicht mehr erhältlich)



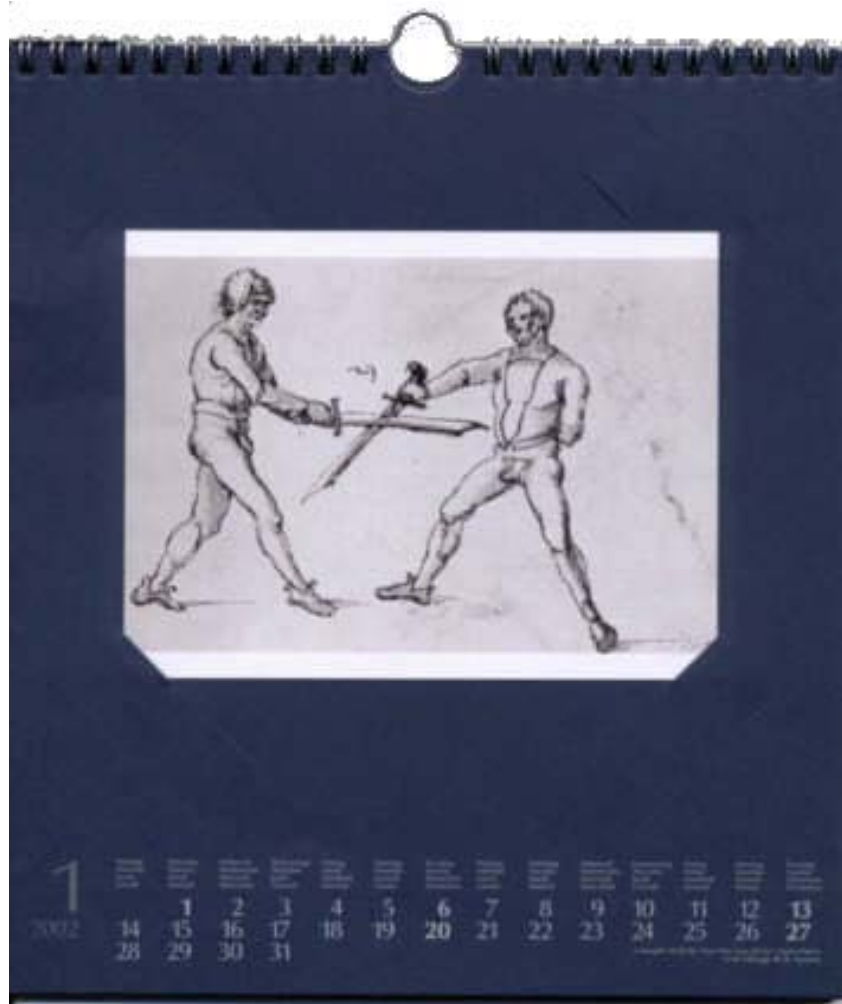
Enseigner l'escrime
de Daniel Popelin
Prix éditeur : EUR 19,80

(amazon.fr)

Croiser le fer : Violence et Culture de l'épée dans la France moderne (XVIe-XVIIIe siècle)
de Pascal Brioist, Hervé Drévilion, Pierre Serna
Prix éditeur : EUR 32,00
(amazon.fr)



By the Sword: A History of Gladiators, Musketeers, Samurai, Swash-bucklers, and Olympic Champions
von Richard A. Cohen
US-Preisempfehlung*: \$29.95
Preis: EUR 31,98
(amazon.de)



Der Kalender für 2003

mit 13 Zeichnungen aus Albrecht Dürers Fechtbuch
zur Verfügung gestellt von Andreas Brix
Den Kalender erstellt Martina Radl
Das Schmuckstück kostet 12,- € zuzüglich Versandkosten
Bestellungen an die Geschäftsstelle der ADFD



ADFD SHOP

ADFD Aufkleber		0,75 €
ADFD Kongress T-Shirt , weiß, Gr. M, L, XL, XXL		8,50 €
	2 Stück	15,00 €
ADFD Polohemd weiß, Größen XXL		11,00 €
Buch „Zur Fechtgeschichte des 20. Jahrhunderts“		
von Christian Tremel	für Mitglieder	7,50 €
	Nichtmitglieder	9,50 €
Buch „Die Klängen der Sportfechtwaffen“		
von F. Dieter Bingener	für Mitglieder	12,50 €
	Nichtmitglieder	14,50 €
Auszug aus dem Reglement der FIE		
auf dem aktuellen Stand		1,50 €
Wort und Sinn , der französische Fachausdruck im Florettfechten		
von Günther Schmid, 36 S.		2,00 €
CD „Toucher sans l'êtré“		
von Wolfgang Sichert	für Mitglieder	17,00 €
	Nichtmitglieder	19,90 €
ADFD Kaffeebecher	2 Stück	7,50 €



Alle Artikel zuzüglich Porto. Bitte bestellen Sie bei der Geschäftsstelle!

Online Shop im Internet: www.fechtkunst.org



Mitglieder der ADFD 2002

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| Ahé, Daniel von der | Held, Horst |
| Aufderheide, Wilhelm | Hinz, Gerald |
| Bartmann, Uwe | Hoffmeister, Andrea |
| Behr, Reinhold | Hosemann, Volker |
| Betz, Kurt-Joachim | Prof. Kamm, Walter |
| Bingener, F. Dieter | Kelm, Ellen |
| Bleichert, Joachim | Dr. Kempf, Wolfgang |
| Borbonus, Willi | Kling, Walter |
| Bott, Christian | Dr. Knieß, Hans |
| Brehm, Anton | Köbelin, Rainer |
| Brix, Andreas | Kolloch, Peter |
| Bunke, Mike | Krüger, Fred |
| Cain, Leonhard | Kubik, Wendell |
| Casteal, Simone | Künze, Michael |
| Dr. Cívny, Cestmir | Künzelmann, Horst |
| D'Arrigo, Melanie | Kuligk, Norbert |
| Dr. Donners, Maurice | Linow, Ilka |
| Dudde, Wilhelm | Lipinski, Wilfried |
| Dumke, Klaus | Mackowiak, Georg |
| Eckert, Yves | Maier, Rudi |
| Eifler, Peter | Mazzotti, Alister |
| Faust, Regina | Meller, Norbert |
| Fischborn, Frithjof | Meyer, Hannelore |
| Gaca, Frank | Meyer-Schilewa, Jörg-Udo |
| Gartz, Karl-Heinz | Mihu, Elvis |
| Gäbel, Hans-Eberhard | Müller, Friederike |
| Glanz, Ulrich | Müller-Hewer, Michael |
| Goedicke, Martina | Muschenich, Carsten |
| Gough, Lawrence | Nels, Andreas |
| Prof. Großer, Klaus | Dr. Neubauer, Birger |
| Günther, Thomas | Nielaba, Gabriel |
| Halvorsen, Gottfried | Oetter, Knut Hans |
| Härtel, Günther | Ollagnon, Didier |
| Hartmann, Emil | Piecha, Evdokia |
| Hartog Vic | Dr. Pieper, Peter |
| Hasse, Ralf | Radl, Martina |
| Dr. Hehn, Jürgen | Raveling, Bette |
| Held, Anni | Raczka, Siegfried |



Ristau, Ulrike
Ringwald, Elke
Ringwald, Klaus
Ringwald, Wolf-Dietrich
Rubenbauer, Lothar
Rutz, Karin
Schilewa, Christina
Schmid, Günther
Dr. Schmidt, Martin
Schmidt, Pirouzeh
Schultz, Axel
Schwigat, Falk
Sichert Wolfgang
Smolla, Arne
Smolla, Manfred
Sommer, Klaus
Spilling, Götz
Stötter, Karl
Sturm, Holger
Szepeschy, Josef-Stefan
Theseira, Ronnie Ignatius
Trautz, Frederic
Treml, Christian
Wackermann, Paul-Claude
Wellenreuther, Bernhard
West, Heidrun
Wiesel, Heike
Wollinski, Hedda
Zimmermann, Daniel
Zimmermann, Michael



**Sie wollen Kontakt aufnehmen
und haben die Adresse nicht?**

**Telefon, Fax oder E-Mail
an die Geschäftsstelle!**



An die Akademie der Fechtkunst, Schulstr. 12, 24867 Dannewerk

Vorname Nachname

Straße Hausnummer

PLZ Ort

Telefon Fax eMail

[] meine Adresse hat sich geändert

Hiermit bestelle ich ...

..... Abonnement **Fechtkunst** bis auf Widerruf (jederzeit möglich)
13,- € pro Jahr für 4 Ausgaben inklusive Porto

..... Buch „Zur Fechtgeschichte des 20. Jahrhunderts“ von Christian Tremel
9,50 € (7,50 € für ADFD-Mitglieder) zuzüglich 1,30 € Porto

..... Buch „Die Klängen der Fechtsportwaffen“ von F. Dieter Bingener
14,00 € zuzüglich 1,30 € Porto

..... Auszug aus dem Reglement der FIE
1,50 € pro Heft + 0,80 € Porto

..... „Wort und Sinn“ von Günther Schmid
2,00 € pro Heft + 0,80 € Porto

..... **Kalender 2003** (Dürer), 12,00 € zuzüglich Porto

..... Informationsmaterial über die ADFD und die Fechtmeisterausbildung
kostenlos

[] Der Betrag soll von meinem Konto abgebucht werden:

[] Mein Jahresbeitrag soll von folgendem Konto abgebucht werden:

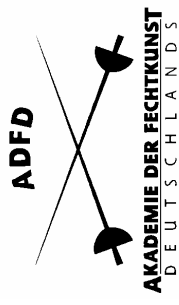
Kontonr.

BLZ

Bank



Datum Unterschrift



für Fensterumschlag hier falten

**Akademie der Fechtkunst
Schulstr. 12**

24867 Dannewerk

PARKHÖHE

Sporthotel & Medizinisches Zentrum

Sport nach Maß

- Helle Sporthalle
- Trainingssaal mit Spiegelwand
- Hallenbad
- Warmwassertherapiebad
- Sauna und Biodampfbad
- Kletterwand
- Abseilwand
- MTB- Spezialtrainingsparcour

- Tagungsräume für Seminare, Vorträge und sonstige Veranstaltungen

- Restauration
- Wintergarten-Café

**Sportprogramm
kostenlos anfordern!**

PARKHÖHE
Sporthotel & Medizinisches Zentrum

Hufelandstr. 14-20
34537 Bad Wildungen
Telefon: 05621 - 703-0
Telefax: 05621 - 703-706
E-Mail: parkhoehe@t-online.de
Internet: www.parkhoehe.de



10 über Jahre in MANNHEIM

WELLENREUTHER

FECHTSPORT



**Weltweit die günstigsten
Fechtartikel**

Sonderangebote monatlich im Internet

<http://www.fechtsport.com>

office@wellenreuther.de

Schwetzinger Straße 45
68165 Mannheim
Telefon 0172/6321146
0621/449325
Telefax 0621/448170

Öffnungszeiten:

Di 16.00 – 18.30 Uhr
Sa 9.00 – 13.00 Uhr
und nach Vereinbarung