

**Vorschau:**

**03./04.07.2012 - ZÜRI MASTERS**

Am 03./04. Juli finden im Fechtsaal des ZFC wie jedes Jahr die Züri-Masters Turniere als Jahresabschluss statt. Bitte meldet Euch auf den kurz vorher ausgehängten Einschreibelisten im Fechtsaal an.

Dienstag 03. Juli: ab 19.00 Uhr Degen-Masters Aktive

Mittwoch 04. Juli: ab 14.00/16.30 Uhr Junioren-Masters (Getränke & Kuchen)

Mittwoch 04. Juli: ab 19.00 Uhr Florett-Masters Aktive

Mittwoch 04. Juli: ab 19.00 Uhr Challenge (Mittwoch-DegenfechterInnen)

Anschliessend findet wie immer jeweils ab ca. 21 Uhr ein gemütlicher Grillabend statt, also nicht versäumen.

Zu den Anlässen sind alle Mitglieder, Angehörige und Freunde ganz herzlich eingeladen, um ihre Stars wieder einmal in Aktion zu sehen und anzufeuern.

Wir freuen uns schon jetzt auf Eure zahlreiche Teilnahme  
Euer TK-Team

**Zürcher Fechtclub**  
**Saalsporthalle Allmend Wiedikon**  
Giesshübelstr. 41  
8045 Zürich  
Tel.: 044 462 73 50  
Fax: 044 462 73 61  
Email: fechten@zfc.ch  
[www.zfc.ch](http://www.zfc.ch)

 **Fechtclub Zürich**



April 2012

**Fencing** News



Der Präsident erläutert den Jahresbericht 2011.

## Liebe Mitglieder, liebe Kolleginnen und Kollegen im Vorstände

Ich heisse Sie alle herzlich willkommen zur diesjährigen GV und stelle fest, dass die GV ordnungsgemäss angekündigt und Sie alle die Einladungen erhalten haben. Entschuldigt haben sich namentlich Caspar Schaudt, Tabea Werner, Peter Steiger sowie Bruno Peter.

Der Zürcher Fechtclub hatte auch 2011 wiederum ein tolles Jahr. Einerseits verdanken wir dies guter Leistungen unserer Athleten, aber auch wie in den vergangenen Jahren unseren Maitres **Rolf Seliger** und **François Müller**, meinen Vorstandskollegen Patrick Burri, Eve Belmont, Vita Borsky, Urs Vögeli und Luigi Rotta sowie allen, die den ZFC tatkräftig unterstützen.

Auch im Berichtsjahr sind für die tollen und guten Leistungen sowie der reibungslosen Organisation im ZFC die **Maitres** verantwortlich. Sie haben einmal mehr einen wesentlichen Beitrag zur Zufriedenheit der Mitglieder und vor allem auch der Athleten geleistet. Für euer Engagement gebührt euch ein herzlicher Dank von uns allen.

Gerne möchte ich vorerst einige weitere Personen hervorheben, die sich für den Club verdient gemacht haben.

**Patrick Burri:** Seit nunmehr sehr vielen Jahren bist du aktiv im Vorstand tätig gewesen und dies auch als Vizepräsident des Clubs. Deine Arbeit wurde rundum geschätzt und stets gewürdigt.

Nach so vielen Jahren hast du nun beschlossen, dich aus dem Vorstand zurück zu ziehen und neuen Personen Platz zu machen. Albert Einstein sagte einmal treffen:» Zwei Dinge sind zu unserer Arbeit nötig: Unermüdliche Ausdauer und die Bereitschaft, etwas, in das man viel Zeit und Arbeit gesteckt hat, wieder wegzuwerfen.« In der zweiten Sache befindest du dich jetzt, die erste hast du uns lange bewiesen und den Club damit bereichert. Für deine Arbeit im Club sowie deinen Einsatz als mein Mentor im Präsidialamt danke ich dir auch im Namen des Vorstands und alles Mitglieder ganz herzlich.

**Urs Vögeli** ist wiederum unermüdlich für uns im «**Technischen Einsatz**» gewesen. Er organisierte tolle und professionelle Turniere, dies auch zusammen mit der IGF/KZF. Stets in schöner Erinnerung bleibt uns das im Dezember durchgeführte **Chlausturnier**, ein Turnier, das allen einen Riesenspass bescherte. Auch wenn du beschlossen hast zwar im Vorstand zu bleiben, aber etwas kürzer in Sachen Turnierorganisation zu treten, schätzen wir dennoch deine weitere Arbeit im Vorstand.

**Klaus Hotz** ist auch im 2011 unsere Hauptorganisator des «**Coupe des Anciens**», gewesen. Ein tolles Turnier, an dem ich mich mit meinen 53 Jahren wieder ganz Jung fühlen darf, denn die Teilnehmer sind nicht selten 70 und mehr. Vielen Dank Klaus für diese Arbeit.

Auch 2011 war **Hans Klotz** wieder tatkräftig in verschiedenen Funktionen aktiv. Sei es wiederum als Juge oder beim Organisieren von Turnieren. Zudem leitete er sehr gewissenhaft und mit viel Elan das Montagstraining sowie den Degen Nachwuchs. Auch für J+S amtierte er wiederum als Coach. Dir herzlichen Dank hierfür und als Zeichen der Anerkennung ein kleines Präsent.

An dieser Stelle möchte ich auch allen anderen im Vorstand danken. **Luigi Rotta**, **Eve Belmont** und **Vita Borsky**. Auch ihr habt viel zum Gelingen des Clubs beigetragen, wofür wir euch dankbar sind.

2011 ist das Jahr der Freiwilligenarbeit. Solche Arbeit leistet auch **Karla Seliger**. Aber zu diesem Thema werde ich mich im Traktandum Diverses noch äussern.

Weitere Personen, welche sich in der Freiwilligenarbeit eingesetzt haben, waren **Olaf Christoffel** mit der Betreuung der Website, sowie **Remo Schenker** mit seinem professionellen Engagement beim Layouten des «Z Fencing News» – das übrigens Ende April wieder erscheinen wird. Ganz herzlichen Dank.

Auch Sibylle Stalder, unsere **Quästorin**, die heute Abend wieder einmal dabei ist, hat auf ihre Art und Weise wieder dafür gesorgt, dass wir eine sehr gut funktionierende Buchhaltung haben. Dabei wird sie von **Monika Schaffer**, unsere Revisorin, tatkräftig unterstützt – auch wenn dies zumindest einmal im Jahr passiert. Vielen Dank an beide für diese wichtige Arbeit.

An dieser Stelle möchte ich nun die Erfolge im vergangenen Jahr 2011, aber auch bereits in diesem Jahr, würdigen: Beginnen möchte ich mit der Schweizer Meisterschaft der Junioren, die am 15. Oktober in Biel stattfand. Hier hat Bruce Brunhold den 1. Platz belegt und wurde somit Schweizer Meister 2011. Auch die Equipe mit den Fechtern Georg Kuhn, Bruce Brunold, Benjamin Zogg und Kei Mathis haben mit dem 3. Platz ein tolles Resultat erzielt.

Ein weiterer Erfolg war die Bronzemedaille An der Schweizer Meisterschaft der Senioren am 14. Januar 2012 für Peer Borsky sowie der 3. Platz für die Equipe mit den Fechtern Peer Borsky, Georg Kuhn, Bruce Brunold und Moritz Klinger. Dieses Jahr möchten wir die guten Resultate bei den Senioren honorieren und euch ein kleines Dankeschön überreichen.

Und schlussendlich fanden am 11. Februar 2012 die Schweizermeisterschaften der Kadetten statt, an der die Equipe die Silbermedaille nach Hause holte. Dies mit den Fechtern Jonas Bertschinger, Dimitrij Marchujok, Kei Mathis und Jori Villiger.

## Allen Genannten einen herzlichen Glückwunsch und – super gemacht.

Speziell erwähnen möchte ich die Leistungen unserer Mannschaft an der Schweizer Meisterschaft im Degen am 30. Januar 2011. Erwähnt hatte ich dies bereits an der letzten GV, aber jetzt gehört es definitiv in diese GV. Die Junioren Borsky, Kuhn, Sponga und Brunold belegten den 3. Platz. Herzlichen Glückwunsch.

Am 29. September 2010 durfte sich der ZFC an der **Züspa** präsentieren. Dies unter Leitung von Urs Vögeli zusammen mit Maître Seliger.

Die Zusammenarbeit mit dem Fechtverband **SFV** hat sich 2011 gegenüber früher gehalten. Ein permanentes Problem scheint nach wie vor die korrekte und Zeitgerechte Kommunikation an die Clubs zu sein. Es kann aber positiv erwähnt werden, dass sich der im Jahr 2010 geäusserte Unmut, der mit Vorstössen seitens gewissen Clubs an die Adresse des SFV-Vorstands gerichtet hat, doch wieder beruhigt hat. Das Projekt eines Konzepts für Nachwuchsförderung wurde an die Hand genommen und konnte nun in einer ersten Fassung fertiggestellt werden.

Am 11. Januar 2010 fand ein erster **Elternabend** statt. Ein weiterer Elternabend fand dann am 1. November 2010 statt, an dem 27 Eltern sich eingefunden haben, um über diverse Themen zu sprechen.

Auch unsere jährlichen wiederkehrenden **Kurse** fanden guten Anklang und konnten dank der einfühlsamen Art unserer Maitres erfolgreich durchgeführt werden.

Was den Mitgliederbestand betrifft, kann mit Genugtuung gesagt werden, dass sich der Bestand per Ende 2011 abermals erhöht hat. Per Dezember 2011 zählte der Club 190 Mitglieder. Eine entsprechende Grafik der Mitgliederentwicklung werde ich Euch unter Diverses noch zeigen.

Ich möchte mich bei Euch allen, auch bei jenen, die namentlich nicht erwähnt wurden, nochmals herzlich bedanken für den Einsatz zum Wohle unseres Fechtclubs und zum Wohle unserer Mitglieder. Euch vor allem, dass Ihr dem Club die Treue haltet und aktiv am Clubleben teilnehmt.

Frédéric Weil



ein Trainingsabend

## Eine ganz andere Welt

### Der Rekord an Degenfechtern an den WM steht für eine global orientierte Sportpolitik

Catania · Die Wellen tragen ein laues Lüftchen an den Strand, Sand legt sich wie ein feiner Schleier auf die Haut, die Sonne brennt. Und unter dem behelfsmässig angebrachten Dach einer kleinen Imbissbude sitzt eine Gruppe Schwarzer. Hier auf Sizilien kommen einem bei deren Anblick die Flüchtlinge in den Sinn, die das Meer von Afrika her nach Europa schwemmt, weniger die Weltmeisterschaften im Fechten. Doch die auffällig um den Hals getragenen Akkreditierungen weisen die dunkelhäutigen Männer als Teilnehmer des Titelkampfes aus, der auf der gegenüberliegenden Strassenseite stattfindet. Sie sind also Beispiel einer gewollten Sportpolitik, nicht Abbild ungelöster Migrationsprobleme.

### Die Macht des Geldes

143 nationale Verbände gehören der in Lausanne domizilierten Fédération Internationale d'Esime (FIE) an, die 1913 von einem halben Dutzend Europäer gegründet wurde. Allein im letzten Jahrzehnt sind 37 neue nationale Verbände dazugesossen, von der Côte d'Ivoire über die Vereinigten Arabischen Emirate bis hin nach Vietnam. Insider schreiben das dem früheren FIE-Präsidenten René Roch zu, habe die 15-jährige Regentschaft des Franzosen doch primär auf den Stimmen der «Kleinen» beruht. 2008 wurde sie von der Macht des grossen Geldes beendet.

Zu Rochs Nachfolger wurde Alisher Usmanow gewählt, einst ein Säbelfechter und jetzt dank Mobilfunk und Bergbau einer der reichsten Russen. Sein Vermögen wird auf rund 19,9 Milliarden Dollar geschätzt, seine Zuwendung an das Fechten auf den letzten Franken beziffert. Im FEI-Finanzbericht für den Zeitraum 2010/11 steht neben dem Eintrag «Präsidentiales Geschenk» die Summe von 6 201 500 Franken. Und im Budget bis 2013 wird nochmals mit Zuschüssen von jährlich 5 Millionen Franken gerechnet. Investiert wird dieses Geld vor allem in die globale Verbreitung des



Fechtens. 2,380 Millionen flossen im letzten Geschäftsjahr in einen Entwicklungsplan zur Förderung der Konföderationen, 3 Millionen sind dafür im nächsten Geschäftsjahr budgetiert.

Das inkludiert Zahlungen für die Beschickung von Titelkämpfen und Trainings, primär aber Aufwendungen für Material und Ausrüstung (879 478 Franken) – und erklärt, weshalb an den WM in Catania auch zahlreiche Fechter aus ärmeren Ländern eingeschrieben sind. Sie sind vor allem im Degenfechten präsent, was zu einer Rekordzahl an Teilnehmern führte. 214 Fechter und 155 Fechterinnen nehmen am Titelkampf auf Sizilien teil, vor Jahresfrist waren es in Paris noch 190 und 136 gewesen. «Im Gegensatz zu Florett und Säbel kennt der Degen keine begrenzte Trefferfläche

und auch kein Angriffsrecht», sagt der Schweizer Nationaltrainer Angelo Mazzone. Mit anderen Worten: Die Handhabung dieser Waffe ist relativ einfach zu erlernen, und sportliche Fortschritte sind schneller erkennbar als beim Florett oder beim Säbel.

### Konzentration der Kräfte

Das ist aber nicht der einzige Grund für die Dominanz des Degens. Die Degenfechterin Imke Duplitzer nennt Wellenbewegungen, die es immer wieder gebe. Derzeit boome in Deutschland der Säbel der Männer und herrsche Flaute beim Degen und beim Florett der Frauen. Eine Spezialisierung erkennt derweil Frédéric Pietruszka, der Präsident des französischen Fechtverbandes. «Die Klubs haben nicht mehr die Mittel, um überall präsent zu sein, und spezialisieren sich auf eine oder maximal zwei Waffen», sagt der einstige Florettfechter. Deshalb muss in Frankreich beim Erlernen des Fechtens das Florett nicht mehr zwingend die erste Waffe sein.

Angesichts beschränkter Ressourcen gilt im Schweizer Fechten schon seit geraumer Zeit die Konzentration der Kräfte. An einer WM war 1998 der Zürcher Pascal Dulex der letzte Schweizer Florettfechter, an den Olympischen Spielen 2000

trat der in Genf geborene Lauren Waller als erster Schweizer Säbelfechter seit 1972 auf – und gleichzeitig als bisher letzter. Das Augenmerk von Swiss Fencing gilt einzig dem Degen, weshalb an den WM in Catania auch die Schweizer Degenfechter im Fokus sind. Als sie am Dienstag ihre Lektionen absolvieren, ist die Gruppe schwarzer Athleten nicht weit. Statt draussen vor der Imbissbude zu sitzen, stehen sie nun drinnen im riesigen Trainingszelt neben der Planche. In einer ganz anderen Welt.

### Die ersten Schweizer Gegner

Für die besten Schweizer geht die WM am Mittwoch erst los. Max Heinzer und Fabian Kauter zählen zu den 16 Gesetzten, im Gegensatz zu Benjamin Steffen mussten sie nicht durch die Qualifikation. Der Zentralschweizer Heinzer (Nr. 7) trifft im ersten Assaut auf den schwächer kotierten Esten Sten Priinits, den er 2009 in Bogotá in den Poules 5:4 schlug. Der Berner Kauter (Nr. 9) tritt zuerst gegen den unbekannteren Holländer Tristan Tulen an, gegen den er noch nie gefochten hat. Der Basler Steffen steht dem um 25 Plätze schlechter klassierten Ukrainer Herey gegenüber.

Peter Jegen



NZZ am Sonntag; 16.10.2011; Ausgaben-Nr. 42;



ein Trainingsabend

## Gleichberechtigung anno 1912

So war das also mit der Gleichberechtigung anno 1912. Die Frau greift zum Degen und lanciert mit einem Ausfallschritt einen Angriff. Der Mann wirkt ziemlich nonchalant, aber das könnte sich ändern, wenn er der Gegnerin in die Augen schaut. Dort blitzt eine kalte Härte auf, die uns an ein paar andere Facetten des Geschlechterkampfes erinnert. Es ist die Zeit der Suffragetten, Frauen unterstehen sich, in aller Öffentlichkeit zu rauchen. Und weil das nicht genügt, um zu mehr Rechten zu kommen, zünden sie in Grossbritannien ein paar Landsitze an und legen sogar Bomben. Vielleicht

erklärt das die skeptischen Blicke der Herren im Hintergrund. Die Szenerie ist für unsere Augen bizarr. Offensichtlich hat man ein paar Requisiten auf eine Waldlichtung gestellt, damit der Fotograf genügend Licht hat, und so wächst ein kräftiger Ast in den fingierten Fechtsaal. Fast zu sehr wird der Betrachter darauf hingewiesen, dass hier alles inszeniert ist. Aber Achtung: Schon zwei Jahre zuvor waren vor dem britischen Unterhaus 80 bewaffnete Frauen verhaftet worden, die bereit waren, fürs Wahlrecht Blut fliessen zu lassen. (reg.)

## Warum Fechten jung hält

Ein Abend im Zürcher Fechtclub. Alle Planches sind belegt. Es wird konzentriert gefochten. Damen und Herren, Jugendliche gegen Junggebliebene. Pfeilschnelle Aktionen, gezielte Paraden aller Altersklassen. Auf der vorderen Bahn unterrichtet Maître Rolf Seeliger eine Gruppe Erwachsener. Sie sind eifrig dabei, Fechten zu erlernen.

Eine Altersbeschränkung gibt es für diesen Sport nicht. Fechten kann man ab sechs Jahren erlernen oder auch erst mit 85. Wie Jeanne Louise Calment. Die Südfranzösin wurde 122 Jahre alt und gilt als die älteste Frau die je gelebt hat. Hält Fechten also jung? Die sportmedizinische Forschung gibt eine klare Antwort: Ja, Sport hat einen Anti-Aging-Effekt. Wissenschaftler der Universität Homburg (D) fanden heraus, dass Leistungssportler über längere Telomere verfügen als gesunde Gleich-

altrige, die keinen oder nur gelegentlich Sport treiben. Telomere sind eine Art Schutzkappen an den Enden der Chromosomen. Sie gelten als Indikator für Zellaalter, da sie bei jeder Zellteilung ein kleines Stück kürzer werden. Weitere Untersuchungen belegen, dass intensiver Sport die Aktivität des schützenden Telomerase-Enzyms anregt und dadurch den Zerfall von Zellen verlangsamt. So weit so gut.

Was ist das aber Besondere, sich mit Degen, Florett oder Säbel fit zu halten? «Wem es nur um körperliche Fitness geht, dem bietet das Fechten nicht unbedingt die nötige Herausforderung», meint Rolf Seeliger. Die Besonderheit des Fechtens liege im Zusammenspiel von intellektuellen Fähigkeiten und körperlicher Fitness. «Kopf und Körper bilden eine Symbiose!»

Viel kann man in dieser Sportart auch mit zunehmendem Alter erreichen. Bestes Beispiel dafür ist zfc-Mitglied Klaus Imberg: Wie schon Sir Winston Churchill begann der 86-jährige im Alter von 17 Jahren mit dem Fechtsport. Was bis Sechszwanzig schöner Zeitvertreib war, wurde sehr viel später mehr. Eher zufällig wurde Klaus Imberg fürs Fechten wiederentdeckt. Gesucht wurde nämlich ein Teilnehmer für ein Turnier. Kurzerhand wurde Klaus angemeldet und nahm nach jahrzehntelanger Fechtabstinenz nun zum ersten Mal an einem Wettkampf teil. Mit geliehenem Degen und geliehener Montur. Was dem Erfolg aber keinen Abbruch tat. Die Resultate waren gut und die Fechtkarriere konnte beginnen. Mit siebzig. Viele nationale und internationale Turniere folgten. «Durch das Fechten bin ich zum ersten Mal so richtig in der Welt herum gekommen; - Moskau, Sydney, Florida», schmunzelt der Fechtbegeisterte. Der 86-jährige trainiert einmal pro Woche. «Und ich lege noch zu», sagt er und findet, seine vierzigjährige Fechtpause hat ihm gut getan. Für ihn sind «das richtige Mass, Mass halten und Konstanz» die entscheidenden Elemente, um mit Fechten fit zu bleiben.



K. Imberg WM Moskau



Dehnungsübungen beim Training

Und das ist eine komplexe Angelegenheit. Ob gut platzierter Treffer, gelungene Parade oder der Gewinn eines Gefechts. Es entscheiden nicht nur ein oder zwei Faktoren über Sieg oder Niederlage, sondern geradezu eine Kombinationsvielfalt: Kopfarbeit, also Strategie und Taktik, sowie Technik und die konditionellen Fähigkeiten. Da geht es um die Bereiche Schnelligkeit, Koordination (Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit), Kraft, Schnellkraft sowie Ausdauer. «Die Komponente Kraft spielt nur begrenzt eine Rolle. Zuviel derselben ist eher kontra-produktiv», betont Maître Seeliger. Auch als Nicht-Sportskanone kann man mit Fleiss und Beharrlichkeit einen guten Durchschnitt erreichen. Mit zunehmender Routine sogar beachtliches Niveau erzielen. Und wer in dem einen oder anderen Bereich ein Defizit hat, kann ihn durch andere Faktoren kompensieren, in jedem Alter.

Diese Komplexität hält neben dem Körper auch das Gehirn jung. Denn schon bereits ab 20 Jahren verliert unser Denkkapazität alle zehn Jahre, je nach Hirnregion, bis zu zehn Prozent der Synap-

sen, das heisst der Kontaktstellen zwischen den Nervenzellen. Wenn unser Gehirn aber gefordert wird, wir es mit neuen, unbekanntem Informationen und Situationen konfrontieren, wie im Fechten der Fall, werden die Hirnregionen angeregt. Anstrengung, die sich lohnt. Je anspruchsvoller die Aufgabe, desto stärker ist der Frontalkortex beteiligt. Das ist der Teil des Gehirns, der für Planung, Effizienz, Aufmerksamkeit und Konzentration zuständig ist. Aktive Bewegung, geistig wie körperlich, wie sie das Fechten verlangt, trägt zu einer besseren kognitiven Leistungsfähigkeit bei. Und physisch fit bleibt man dabei. «Mens sana in corpore sano plus sozialer Kontakt», bringt Klaus Imberg die Vorzüge des Fechtens auf den Punkt. Der Abend im Fechtclub geht zu Ende. Wer auch abseits des Fechtsaals nach einer «Anti-Aging-Fechtübung» sucht, dem sei Klaus' tägliches Training empfohlen: Ein Golfball hängt im Türrahmen. Mit jedem Ausfall wird ein Treffer gesetzt, mehrmals hinter-einander. Das halte jung und fit. - Viel Spass beim Trainieren und jung bleiben!

Alina Pfister

## Bronze Medaille für das Schweizer Team

Am Wochenende des 8.3.2012 stand das Weltcup Turnier in Paris auf dem Terminkalender. Wie jedes Jahr waren fast 300 Teilnehmer gemeldet und die Qualifikation für die besten 64 würde ziemlich schwer werden. In der Vorrunde konnte ich zu Beginn gleich gut in die Gefechte starten und gewann 4 von 6 Gefechten. Selbst den Top gesetzten Sieger von 2003, Ulrich Robeiri bezwang ich mit 5:1. Nun ging es mittels k.o. System weiter, und ich musste beide verbleibenden Gefechte gewinnen um mich für die besten 64 zu qualifizieren und somit auch am 2. Tag weiterfechten zu können.

Als erstes wartete der Spanier Mario Alvarado, welchen ich nach einem ausgeglichenen Match mit 15:13 bezwang. Doch jetzt wurde es erst richtig schwer. Ich traf auf den routinierten Russen Pavel Suhkov, welcher schon diverse Final- und Podestplätze an Weltcup Turnieren erreicht hatte. Doch auch dieses Gefecht entschied ich 15:11 für mich und war somit auch am 2. Tag mit dabei. Im Tableau der besten 64 war jedoch leider schon im 1. Gefecht gegen den Italiener Confalonieri Endstation. Ich geriet gleich zu Beginn in Rückstand und konnte nie ganz aufschliessen, und somit verlor ich mit 10:15. Ein kleiner Trost war, dass mein Gegner danach das Turnier gewann.

Für Schweizer Spitzenresultate sorgten Max Heinzer sowie Fabian Kauter, welche auf den Rängen 6 bzw. 2 landeten.

Am Sonntag dann war ich zusammen mit Max Heinzer, Fabian Kauter und Giacomo Paravicini mit der Mannschaft im Einsatz. In den ersten 2 Kämpfen hatten wir noch etwas Mühe und besiegten die schlechter gesetzten Rumänen sowie das Team aus Hong Kong lediglich mit 24:18 und 39:36. Im Viertelfinal wartete dann wie schon in Tallinn das Team aus Korea auf uns, doch anders als letztes Mal vermochten wir uns in Paris durchzusetzen. Gegen alle 3 Koreaner fand ich eine

gute Taktik und konnte in jedem Gefecht Punkte gewinnen. Der Kampf endete denkbar knapp mit 41:40, wobei Max Heinzer der letzte Treffer 3 Sekunden vor Schluss gelang.

Im Halbfinal wartete das starke Italien, und nach einer deutlichen Niederlage von mir gegen den amtierenden Weltmeister Paolo Pizzo konnten wir das Blatt leider nicht mehr wenden. Deshalb mussten wir gegen die USA das Gefecht um Platz 3 und 4 austragen. Auch dort war es am Ende Max welcher uns den Sieg holte, da wir 23 Sekunden vor Schluss noch 2 Punkte zurück lagen. Somit holte zum ersten Mal seit 2005 wieder ein Schweizer Team eine Medaille an einem Weltcup Turnier.

Peer Borsky



Bronze Medaille





Fechtweekende auf dem Kerenzberg

## Fechtweekende auf Kerenzberg 5./6. November 2011

Hoch über dem Walensee mit grossartigem Blick auf die gegenüberliegende Bergfront lässt sich gut fechten. Zugegeben, während dem Training in der Halle war der Blick durch die Hallenwand etwas eingeschränkt. Aber man will ja auch nicht abgelenkt werden. Dank der ungewöhnlichen Lage des kantonalen Sportzentrums, gepaart mit vielfältigem Nebenprogramm und vor allem bester fechterischer und rahmenprogrammtechnischer Betreuung, sowie genügend Gelegenheit den Degen zu schwingen, macht es alle Jahre wieder Spass die Reise auf den Berg anzutreten. Maître Rolf Seeliger, Urs Vögeli (beide ZFC) und Gino Gaggia (Fechtclub Zürich-Nord) widmen dem Wochenende jeweils eine Thematik, dieses Jahr die «zweite Absicht» (Finte und dann das wahre Gesicht zeigen). In Theorie, unterstützt

mit Videosequenzen von Weltklassegefechten und natürlich in Praxis fügen die drei unserem Fechtstil neue Würze zu. Wenn's auch zuerst manchmal etwas klemmt, aber mit der Zeit runder läuft und man im freien Fechten oder im abschliessenden Gruppenwettkampf dann das Gelernte erfolgreich einbringen kann, ist das Ziel erreicht und die Zufriedenheit gross. Schön ist auch, dass sich das ganze an Neulinge aber auch fortgeschrittenere Fechter mit unterschiedlichem Talent und Trainingsrythmus richtet. Voraussetzung ist lediglich Freude am Fechtsport und daran, mit 20 anderen Nasen ein anregendes Wochenende zu teilen. Um den Degen gegen Ende noch halten zu können, gibt es abends abgestimmte Ausgleichsmöglichkeiten zu deren Teilnahme dringend geraten wird:

- Zur Entspannung der heisse Whirlpool. Ein Plätzchen findet sich schon. Auch wenn gleichzeitig eine jugendliche Horde Zürcher Kunstradfahrer das Hallenbad mitbesetzt.
- Zur Stärkung die Mahlzeiten. Gut, reichlich und auf den sportlichen Kohlenhydratbedarf ausgerichtet und nun auch mit Sicht auf die eingangs erwähnte Bergszenerie.
- Zur Fokussierung des zielenden Auges und der ruhigen Hand darf unter Ginos kundiger Anleitung der Abzug des Luftgewehrs so oft betätigt werden, bis sämtliche Zahlen auf der Zielscheibe gelöchert wurden.
- Zur Erreichung eines hübschen Aussichtspunktes sollte man, bei Bedarf auch überhängend, die Wand hoch gehen. Ermutigt und gesichert durch Urs.
- Zur Aneignung von Wurfgeschosstechniken, falls der Degen mal brechen sollte, bietet sich an zu kegeln in den weitläufigen Kellern der Anlage.
- Zur Lockerung der Hände ist die Bedienung des Jöggelikasten zielführend.
- Zur mitternächtlichen Beinarbeit lädt der Tischtennistisch mit Rundlaufgeischaften.
- Zur Einübung von taktischen Manövern lässt man idealerweise die Kugeln über den Billardtisch rollen.
- Zur Übertölpelung des Beinreglers versucht man am besten ohne Hilfe auf der im Freien gespannten Slackline zu steigen.
- Zur Anregung der Sinne, Sozialisierung der Zunge und Intensivierung des Stoffwechsels gönnt man sich ein Bierchen und allerlei knabberige Ernährungsirrelevanzen.
- Zur Verarbeitung des ersten Tages runden ein paar Stunden tiefen Schlafes das Ergänzungsprogramm ab.

Das ausgedehnte frühmorgendliche Zmorgebuffet bringt die meisten Teilnehmer wieder auf Touren, die restlichen werden spätestens beim Wiedereinsteigen in die noch feuchten Fechtklammotten an die guten Erfahrungen des Vortages erinnert und stellen sich auf die Festigung der Materie ein.

Während des morgendlichen Trainings hatten wir überraschenden Besuch von Jürg Wäffler dem Präsidenten des Kantonal-Zürcherischen Fechtverbandes der sich überzeugen durfte, dass die Subventionsgelder für diese Art von Fechtkursen bestens angelegt sind. Er freute sich über die gelungene Organisation, die angeschleppte Infrastruktur und vor allem uns engagierte Nutzniesser.

Zum Abschluss wurden, so gut es geht, ähnlich starke Teams gebildet und im Wettkampf aufeinander losgelassen. Man konnte sich nochmals so richtig ins Zeug legen und das Gelernte anwenden. Der Muskelkater kommt dann erst am Tag danach.

Nächstes Jahr wird das Wochenende zum 10. Mal durchgeführt. Jubiläum ð. Ich werde wieder dabei sein.

von Matthias Matter



Fechtweekende auf dem Kerenzberg

## La parole est d'argent, le silence est d'or

Liebe Vorstandskolleginnen und -kollegen  
und Präsident  
Lieber Maître Rolf und François

In den über 15 Jahren Mitgliedschaft im Vorstand des ZFC, durfte ich mit euch zusammen aktiv die Geschicke des ZFC mitgestalten. Habt vielen Dank für eure Kollegialität und die gemeinsame spannende Zeit, welche mir persönlich sehr viel gebracht hat. Wir konnten viel Positives zum Wohle des ZFC gemeinsam im Kollegium erreichen. Der heute finanziell so gesunde Club und die tollen Erfolge v.a. unserer jungen Fechtgeneration belegen eindrücklich, dass wir zusammen in der letzten Dekade konstruktiv und umsichtig die Entscheide gefällt und diese umsetzen konnten. Ein spezieller Dank an dieser Stelle an unsere beiden Maîtres Rolf und François, welche mit ihrem tollen unermüdlichen Engagement und ihrer didaktischen Fachkompetenz die Ausbildung der ZFC-Fechter sicherstellen und die eigentliche «Seele» des Clubs bilden.

In meiner Vorstandszeit erlebte ich mit Yvonne Wewerka, Eric Perucco und aktuell jetzt mit Frédéric Weil drei ganz unterschiedliche Charaktere, welche das Präsidium des ZFC prägten und Ihren eigenen Führungsstil pflegten und dem Club so nach innen und aussen ihre persönliche Note verliehen. Es freute mich, dass ich in meiner Rolle als Vize-Präsident Frédéric ab Mitte 2010 bei seinem Präsidentenstart beratend begleiten und einführen konnte.

Das Sprichwort: «wo gearbeitet wird, da fallen auch Späne» galt auch für unsere Vorstandsarbeit; wir waren uns nicht immer in allem einig. Ab und zu es gab harte Diskussionen auszutragen und auch unbequeme Entscheide zu fällen. Wir konnten aber auch in schwierigen Phasen letztlich immer einen Weg zum Wohle des Clubs, unserer Mitglieder und unserer Maîtres finden.



Es freut mich sehr, dass mit meinem Ausscheiden die «Lücke» im Vorstand mit Daniel Ackermann und Gregor Widmer gerade im Doppelpaket nahtlos geschlossen werden konnte und der Vorstand so personell jetzt sogar noch verstärkt ist. Ich wünsche dem «blutaugefrischten» Vorstand weiterhin viel Erfolg, faire Wortgefechte am runden Tisch, viel Spass und Motivation.

Zum Schluss die **3 Siebe des Sokrates** als kleine Anregung - mit Augenzwinkern - für weiterhin effiziente Vorstandsitzungen unter dem Motto «Reden ist Silber – Schwiegen ist Gold»:

Zum weisen Sokrates kam einer und sagte: «Höre, Sokrates, das muss ich dir erzählen!»

«Halte ein!» unterbrach ihn der Weise, «hast du das, was du mir sagen willst, durch die **3 Siebe** gesiebt?» - «Drei Siebe?», fragte der andere voller Verwunderung.

«Ja, guter Freund! Lass sehen, ob das, was du mir sagen willst, durch die 3 Siebe hindurchgeht: Das erste ist die **Wahrheit**. - Hast du alles, was du mir erzählen willst, geprüft, ob es wahr ist?» «Nein, ich hörte es jemanden erzählen und...»

«So, so! Aber sicher hast du es im zweiten Sieb geprüft. - Es ist das Sieb der **Güte**. Ist das, was du mir erzählen willst, gut?» - Zögernd sagte der andere: «Nein, im Gegenteil...»

«Hm», unterbrach ihn der Weise, «so lässt uns auch das dritte Sieb noch anwenden. - Ist es **notwendig**, dass du mir das erzählst?» - «Notwendig nun gerade nicht ...»

«Also», sagte lächelnd der Weise, «wenn es weder wahr noch gut noch notwendig ist, so lasse es begraben sein und belaste dich und mich nicht damit.»

Herzliche Grüsse  
Patrik Burri

## Ehrungen Freiwilligenarbeit

Anlässlich der **Delegiertenversammlung des IGF/KZF vom 18. April 2011** im Seminarhotel Spigarten in Zürich wurden **zwei Aktive** des ZFC für ihre wertvolle Freiwilligenarbeit geehrt. Es sind dies **Urs Vögeli und Peter Valaer**. Ihnen wurde die entsprechende Urkunde überreicht, verbunden mit dem Dank für die viele unentgeltliche Arbeit der vergangenen Jahre.

Ebenfalls für viel geleistete Freiwilligenarbeit wurde anlässlich der GV vom ZFC **Karla Seliger** geehrt. Auch sie erhielt die Urkunde, die von Regierungsrat Mario Fehr unterschrieben ist.

