

Leitfaden zur Ausrüstungs- und Trainingsausstattung für das historische Fechten

Schwertfechten Nordhessen
Verein für traditionelle europäische Kampfkünste e.V

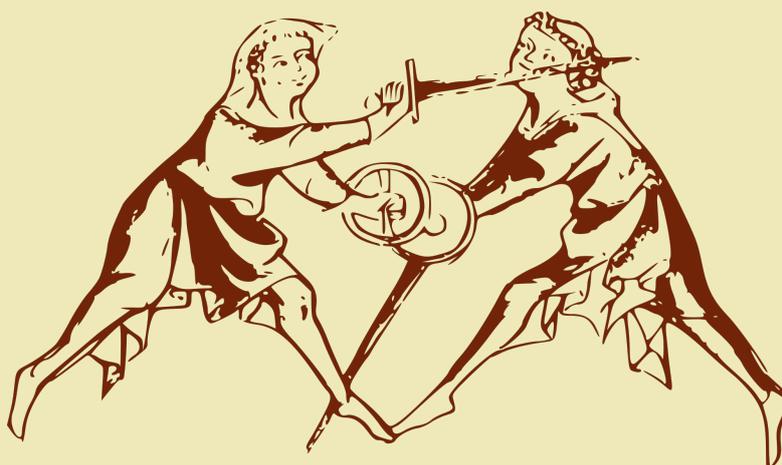


Vorwort

Zunächst heißen wir dich als Fechter oder Fechterin bei Schwertfechten Nordhessen e.V. willkommen. Schön, dass auch du dein Interesse, deine Begeisterung oder auch Leidenschaft an den historisch europäischen Kampfkünsten gefunden hast. Wie du im Training vielleicht schon erfahren hast, wird im Laufe der Zeit Einiges an Trainingsausrüstung notwendig. Dies ist nötig, um Techniken so effizient und sicher wie möglich zu erlernen. Um dabei den Überblick zu behalten und zu erfahren, welche Ausrüstung zur welcher Zeit notwendig wird, soll dir dieser Leitfaden zur Ausrüstungs- und Trainingsausstattung zur Seite stehen.

Inhaltsverzeichnis

I Grundausrüstung	2
I.I Fechtmaske	3
I.II Trainingshandschuhe	5
I.III Trainingsklinge	6
II Fortgeschrittenen- bzw. Freikampfausrüstung	9
II.I Freikampf-/Sparringshandschuhe	10
II.II Hinterkopfschutz	11
II.III Halsschutz	12
II.IV Fechtmeisterjacke	13
II.V Arm- und Beinschoner	14
II.VI Brustschutz	15
II.VIITiefschutz	16
III Weitere Waffen	17
III.I Rapier	18
III.II Langes Messer	19
IV Häufig gestellte Fragen	20
V Informationen zur Teilnahme an Turnieren	20
VI Abschluss	21



I Grundausrüstung

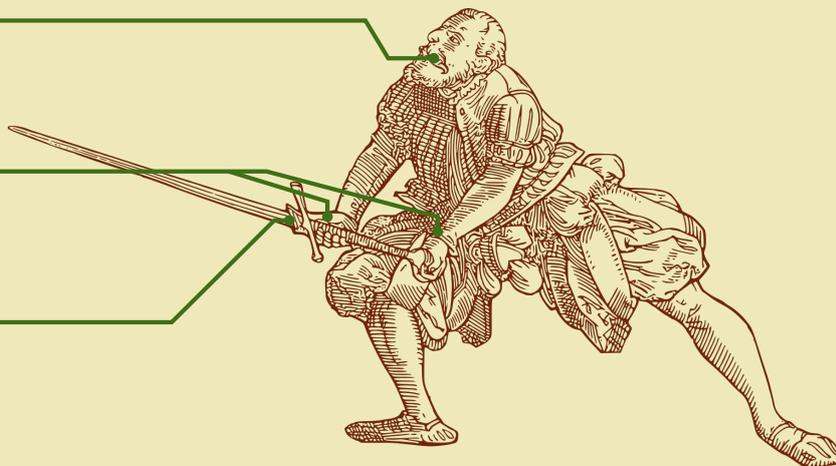
In den letzten 500 Jahren hat sich viel getan und wir können heute auf einen größeren Fundus an Schutzausrüstung zurückgreifen als die alten Fechtmeister zu ihrer Zeit, was sich in einem geringeren Verletzungsrisiko für unseren Kampfsport niederschlägt. Da eine komplette Ausrüstung für das historische Fechten jedoch eine kostspielige Investition ist, an dieser Stelle zunächst eine Entwarnung. Du benötigst nicht alles sofort. Beginne mit der Basisausrüstung (wie in diesem Kapitel beschrieben), die fortgeschrittene Ausrüstung folgt zu einem späteren Zeitpunkt, wenn du bereits auf etwas Erfahrung zurückblicken kannst.

Im Optimalfall beginnst du mit der Anschaffung einer eigenen Maske sowie leichten Trainingshandschuhen. Nun kannst du vollumfänglich am Grundstufentraining von Schwertfechten Nordhessen teilnehmen und innerhalb des Trainings verschiedene Waffen ausprobieren.

Fechtmaske

Trainingshandschuhe

Trainingsklinge



I Fechtmaske

Die erste Anschaffung im historischen Fechten sollte, neben einem Paar Trainingshandschuhe, immer eine Fechtmaske sein, um im Rahmen des Trainings mit Waffensimulatoren die bestmögliche Sicherheit gewährleisten zu können. Zu deinem eigenen Schutz und dem Wohlbefinden deiner ÜbungspartnerInnen solltest du daher eine Fechtmaske besitzen. Hier geht es nicht nur darum, dass du vor Techniken direkt zum Gesicht und Kopf geschützt bist, sondern auch, damit Ausrutscher durch Unaufmerksamkeit o.ä. keinen größeren Schaden anrichten können. Für viele Übungen ist eine Fechtmaske notwendige Voraussetzung - ohne die du unter Umständen aus Sicherheitsgründen von der Übung ausgeschlossen werden musst (Trainingsordnung §2 Absatz 5).



Für das historische Fechten verwenden wir Fechtmasken mit einer Stärke von mindestens 1600 Newton. Fechtmasken mit einer geringeren Härte, etwa im Bereich 350N-800N, sind für das historische Fechten ungeeignet, da diese im schlimmsten Fall vor der Wucht einer Trainingswaffe nicht ausreichend schützen können. Beim Kauf solltest du darauf achten, dass die Maske einen optimalen Sitz hat. Dies kannst du folgendermaßen testen: Nach dem Aufsetzen der Maske solltest du mit dem Kopf wackeln können und die Maske folgt der Bewegung deines Kopfes unmittelbar und wackelt nicht nach. Dennoch sollte die Maske dir ausreichend Platz lassen um ohne Druck auf dem Kehlkopf sprechen zu können und deine Nase sollte ein paar Zentimeter Abstand zum Gitter haben. Noch mehr Sicherheit und Tragekomfort ermöglicht dir eine Maske mit Hinterkopfschutz. Dieser bietet eine optimale Dämpfung der Fechtmaske und schützt darüber hinaus die Bereiche des Nackens, die unter einer gewöhnlichen Fechtmaske offenbleiben. Dies wird im Abschnitt Fortgeschrittene bzw. Freikampfausrüstung umfangreich (Siehe Kapitel II.II).



Kosten:

- 120-170 € (Neu)
- 60 € (Gebraucht)

Bezugsquellen:

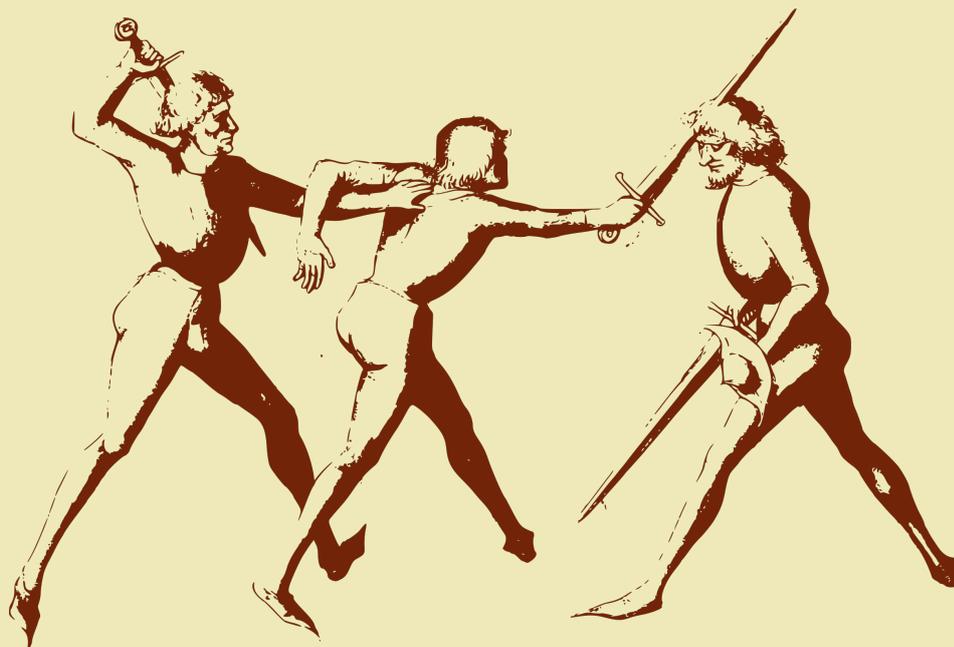
- trainingsschwerter.de
- [The HEMA Shop](http://TheHEMAShop.com)
- [Uhlmann](http://Uhlmann.com)
- [Fechtwelt](http://Fechtwelt.com)
- [ebay-kleinanzeigen](http://ebay-kleinanzeigen.de)
- [Leon Paul](http://LeonPaul.com)
- [Blaklist Gear](http://BlaklistGear.com)

Must-Haves:

- Passender Sitz
- 1600N

Gebrauchtkauf

Im Idealfall ist deine Fechtmaske neu, solltest du dich dennoch für einen Gebrauchtkauf entscheiden, sollen dir hier ein paar Hinweise an die Hand gegeben werden um die richtige Maske zu finden. Sehr wichtig ist es darauf zu achten, dass diese nicht vorbeschädigt ist. Beulen reduzieren die Stabilität des Drahtgitters erheblich und stellen ein hohes Sicherheitsrisiko dar! Da häufig gebrauchte Fechtmasken aus dem traditionellen Fechtsport angeboten werden, ist hier nochmal besonders auf den Härtegrad von 1600N zu achten.



I Trainingshandschuhe

Für viele Übungen des Techniktrainings sind leichte Fechthandschuhe oder Motorradhandschuhe Voraussetzung, welche dir einen sicheren Halt der Trainingswaffe ermöglichen und vor leichten Blessuren schützen. Im Training wird es Techniken geben, die direkt zu den Händen gesetzt werden. Direkte Treffer können hierbei auch bei vorsichtigen FechterInnen nicht ausgeschlossen werden und auch ein leichter Stoß auf die Hände kann schmerzhaft Folgen mit sich bringen. Ebenfalls können die Trainingswaffen Scharfen (Einrisse in den Stahl durch Schläge mit anderen Waffen) aufweisen, welche bei Reibungskontakt mit den Händen zu Kratzern und Schürfwunden führen können. Du solltest daher ein leichtes Paar Handschuhe besitzen, die dich vor derartigen Verletzungen bewahren. Beim Kauf von Motorradhandschuhen ist vor allem auf einen ausreichenden Knöchelschutz zu achten, da diese Bereiche besonders gefährdet sind.



Kosten:

- 20-60 €

Bezugsquellen:

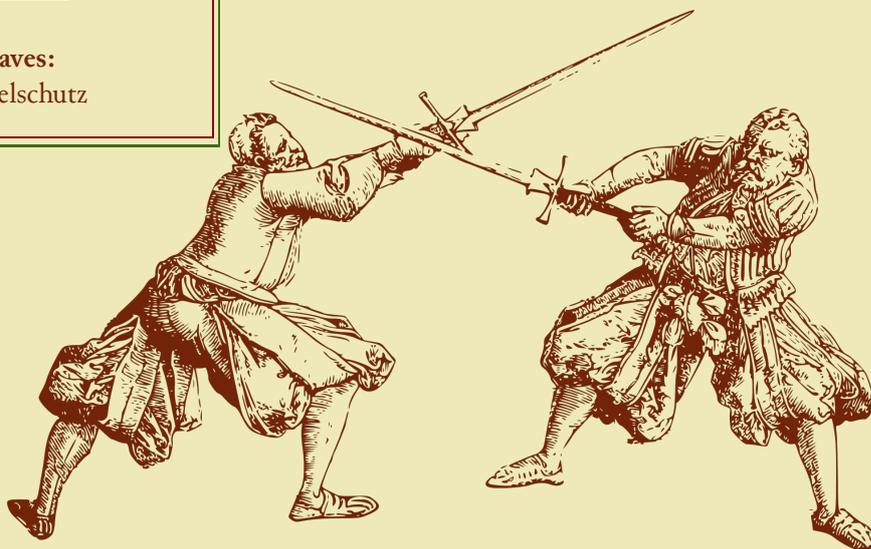
- trainingsschwerter.de
- [The HEMA Shop](http://TheHEMAShop.com)
- Amazon.de
- [Uhlmann](http://Uhlmann.com)
- [Sparring Glove](http://SparringGlove.com)
- [Blaklist Gear](http://BlaklistGear.com)

Must-Haves:

- Knöchelschutz

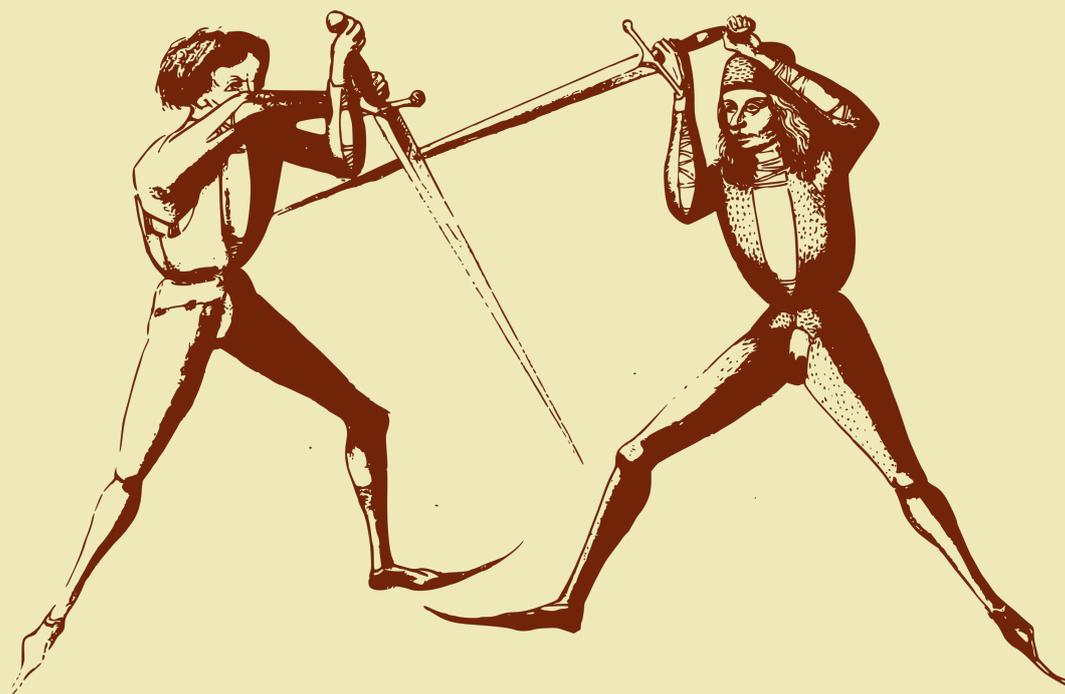
Achtung!

Für den Vollkontakt bzw. das Sparring sind Motorradhandschuhe o.ä. nicht zu verwenden da sie unzureichenden Schutz bieten. Sie schützen zwar vor Schnittwunden und Häuten mit geringer Intensität, einem wuchtvoll ausgeführten Hau wie er im Sparring angewandt wird, sind sie jedoch nicht gewachsen. Hier werden vollwertige Fechthandschuhe benötigt. Dies wird im Abschnitt Fortgeschrittene bzw. Freikampfausrüstung aufgelistet (siehe Kapitel II.I).



I Trainingsklinge

Nachdem du deine ersten Erfahrungen im Training gesammelt und etwas Schwertgefühl aufgebaut hast, kannst du dich auf die Anschaffung deiner ersten Waffen freuen. Zuvor sollte die Anschaffung einer Fechtmaske sowie Handschuhe vorausgegangen sein. Beim Erwerb einer Trainingswaffe solltest du darauf achten, dass du diese bei einem kompetenten Schmied in Auftrag gibst. Trainingswaffen, die in Massenproduktion, als Dekoration oder für den Schaukampf hergestellt wurden, sind für das historische Fechten ungeeignet. Nicht nur, weil diese Trainingswaffen in der Regel zu schwer sind, sondern auch weil minderwertiger Stahl verwendet wird, welcher zu Brüchen neigt. Die Folgen können umherfliegende Metallsplitter, Schwertstücke oder scharfe Bruchkanten sein - ein erhebliches Sicherheitsrisiko im Training, für dich und deinen Trainingspartner. Bezüglich sämtlicher Fragen rund um die Anschaffung deiner Trainingswaffe, kannst du dich gerne direkt an deine Trainer und Trainerinnen wenden. Empfehlenswert ist es auch verschiedene Schwerter unterschiedlicher Schmiede im Training auszuprobieren, um einen genauen Einblick zu erhalten, welche Ansprüche du an deine Trainingswaffe stellst und wie deine Präferenzen liegen.



Schwert

Das Lange Schwert ist nicht nur die beliebteste Trainingswaffe im Praktizieren des historischen Fechtens, sondern auch die Geeignetste. Das Lange Schwert bietet durch seinen Aufbau die optimale Ausführung zum Lernen des sog. „Klingengefühls“ - bedingt durch eine dünnere Schneide und eine sich verjüngende Klinge. Der Begriff dient hier als Füllwort für viele Begrifflichkeiten, die du im historischen Fechten kennen lernen wirst. Das Fühlen, Winden, kurze und lange Schneide; alle diese Begriffe und Lektionen lassen sich erfahrungsgemäß am besten mit einem Schwert erlernen und trainieren.



Kosten:

- 250-500 €

Bezugsquellen:

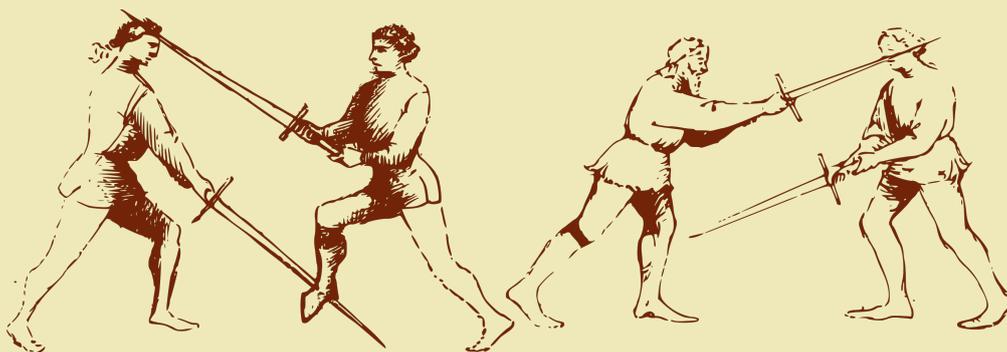
- [Regenyei Armory](#)
- [Sigi Forge](#)
- [trainingsschwerter.de](#)
- [Viktor Berbekuzc](#)
- [Pavel Moc](#)
- [BlackFencer](#)

Must-Haves:

- Ca. 1,5 kg Gewicht
- 100 cm Klinge
- 30 cm Griff

Bei der Anschaffung solltest du darauf achten ein Schwert mit ca. 130 cm Länge zu beziehen. Davon entfallen ca. 100cm auf die Klinge und 30 cm auf den Griff. Das Gewicht sollte sich zwischen 1.300g und 1.650g bewegen. Die Griffumwicklung sollte aus Leder oder Garn sein. Beim Pommel solltest du darauf achten nicht zu exotische Formen zu wählen. Diese mögen zwar gut aussehen, behindern dich jedoch bei der Schwertführung.

In vielen Shops wird das Lange Schwert auch unter Synonymen wie Anderthalbhänder oder Langschwert geführt.



Fechtfeder

Das Federschwert hat den Vorteil, dass diese historisch belegte Trainingswaffe auch für das Freikampftraining genutzt werden kann. Fechtfedern zeichnen sich durch eine höhere Biegsamkeit, eine dickere Schnittkante sowie einen abgerundeten Ort aus, was das Verletzungsrisiko im Freikampf erheblich reduziert. Aus diesem Grund ist die Fechtfeder auch die Turnierwaffe der Wahl - Ein Schwert ist keine zugelassene Turnierwaffe! Konzeptbedingt ergeben sich bei der Fechtfeder jedoch einige Nachteile, etwa beim Fühlen an der Klinge, was bspw. zu Defiziten im Winden führen kann.



Die Fechtfeder ist in der Regel ca. 150g leichter als ein Schwert bei gleichem Maßen und lässt sich bei einigen Händlern in unterschiedlichen Härtegraden beziehen, wobei Schwertfechten Nordhessen einen mittleren bis hohen Härtegrad empfiehlt. Darunter ist das Risiko eines Klängenbruchs im Gefecht gegeben, da die Klinge beim Auftreffen auf ein Hindernis ggf. zu stark nachgibt!

Kosten:

- 205-350 €

Bezugsquellen:

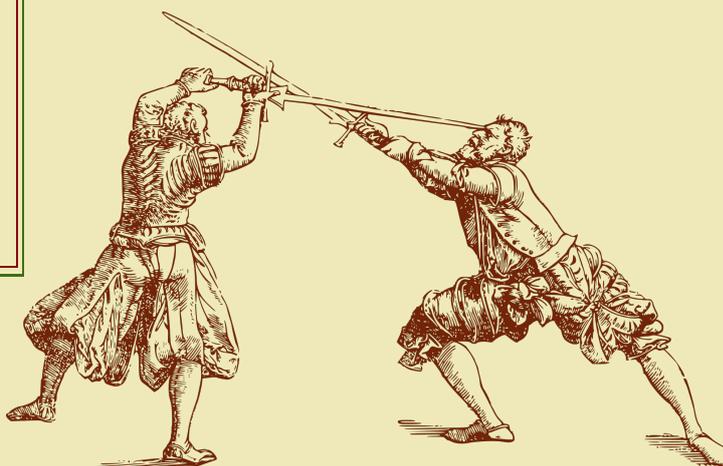
- [Regenyei Armory](#)
- [trainingschwerverter.de](#)
- [Viktor Berbekuzc](#)
- [Pavel Moc](#)
- [Sigi Forge](#)
- [Kvetun Armoury](#)
- [HF Armory](#)

Must-Haves:

- Ca. 1,4 kg Gewicht
- 100 cm Klinge
- 30 cm Griff

Achtung

Bei Schwertfechten Nordhessen empfehlen wir allerdings grundsätzlich erst nach einem Jahr Grundstufentraining den Freikampf in Betracht zu ziehen. Du würdest deinen Knochenbruch schließlich auch nicht von einem Medizinstudenten operieren lassen. ;-)



II Fortgeschrittenen- bzw. Freikampfausrüstung

Du hast dein erstes Jahr im Grundstufentraining hinter dir oder stößt im Training regelmäßig auf Situationen in denen mehr Schutzausrüstung sinnvoll wäre? Im Freikampf gilt der ganze Körper als Trefferzone, entsprechend müssen wir uns auf alle Situationen vorbereiten. Gleichzeitig steigt auch die Intensität des Trainings: Die Übungen werden schneller und das Risiko unbeabsichtigter Verletzungen steigt. Um dennoch ein sicheres Training gewährleisten zu können, müssen wir uns mit der Schutzausrüstung an die veränderten Umstände anpassen. Dazu zählen neben einer Jacke für den Oberkörper auch Arm- und Beinschoner sowie verstärkte Handschuhe. Hinterkopf- und Halsschutz ergänzen die Fechtmaske und auch vermeintlich kleine Details wie die Genitalien und die weibliche Brust benötigen besondere Aufmerksamkeit. Klicke auf den Text neben der Grafik um direkt zu den entsprechenden Kapiteln zu springen.

**Halsschutz &
Hinterkopfschutz**

**Tiefschutz & Brustschutz &
Fechtmeisterjacke**

**Arm- und Beinschoner &
Freikampf-/Sparringhandschuhe**



II Freikampf-/Sparringshandschuhe

Die Hände gehören nicht umsonst zu den wichtigsten Werkzeugen des Menschen. Um sie im Freikampf und bei Turnieren effektiv zu schützen solltest du auf geeignete Fechthandschuhe zurückgreifen. Der Handschuh sollte Beweglichkeit und Greiffunktionen deiner Hand möglichst wenig einschränken - zugleich aber auch optimalen Schutz bei Vollkontakt ermöglichen. In der Regel kann man festhalten, dass umso beweglicher der Handschuh ist, desto mehr Schwachstellen treten im hinsichtlich der Schutzwirkung auf. Ein klobiger Handschuh, welcher der Schere eines Krustentiers gleicht, sieht zwar eigenartig aus, reduziert das Verletzungsrisiko aber erheblich. Der Kauf passender Sparrings-Handschuhe kann ein schwieriges Unterfangen sein. Aus diesem Grund empfehlen wir vor dem Kauf ein paar Handschuhe von erfahrenen Fechtern anzuprobieren um die für dich optimale Größe und einen bestmöglichen Kompromiss aus Sicherheit und Beweglichkeit zu finden.



Kosten:

- 120-250 €

Bezugsquellen:

- trainingsschwerter.de
- [The HEMA Shop](http://TheHEMAShop.com)
- [SPES](http://SPES.com)
- [Sparring Glove](http://SparringGlove.com)
- [Blaklist Gear](http://BlaklistGear.com)

Must-Haves:

- Passende Größe
- Fingerschutz
- Knöchelschutz

Besonderes Augenmerk solltest du auf den Schutz der Fingerpartie legen, welche bei vielen Handschuhen oftmals unzureichend geschützt sind, etwa von der Seite oder Frontal. Bei Handschuhen die über den Fingern liegen, solltest du darauf achten, dass die Finger auch beim Zusammenziehen der Hand weiterhin geschützt sind. Um die Sicherheit noch weiter zu steigern, ist der Kauf von Fingerkuppenprotektoren möglich, welche in den Handschuh eingelegt werden und deine Finger bei frontalen Treffern zusätzlich schützen können.



II Hinterkopfschutz

Der Hinterkopfschutz dient dazu, die direkten Treffer zur Fechtmaske, zu dämpfen. Darüber hinaus bietet ein Hinterkopfschutz, je nach Stabilität des Materials, zusätzlichen Schutz der bei einer gewöhnlichen Fechtmaske offen liegenden Hals- und Nackenareale. Dabei ist der Hinterkopfschutz als Ergänzung zur Fechtmaske zu verstehen und wird einfach über diese drüber gezogen. Auch wenn dieser Protektor für das Grundlagentraining nicht verpflichtend ist, kann man einen Hinterkopfschutz nur empfehlen. Unkontrollierte Schläge beim Umschlagen zum Kopf werden hier abgehalten. Für den Freikampf und das Fechten von Turnieren ist ein Hinterkopfschutz absolute Pflicht und Zulassungsvoraussetzung!



Kosten:

- 30-120 €

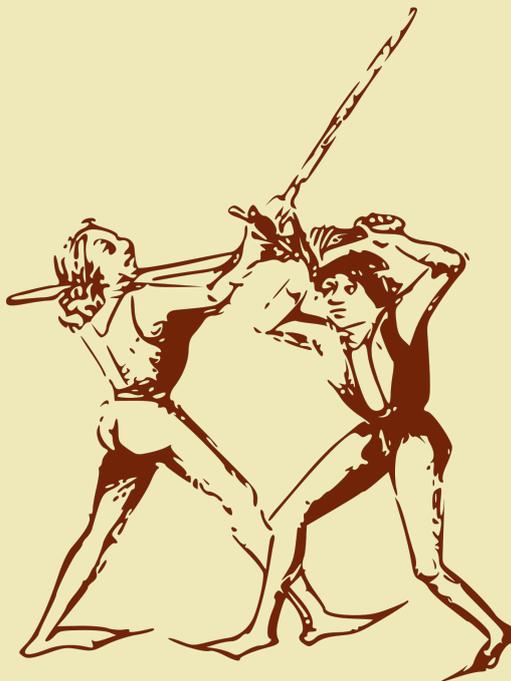
Bezugsquellen:

- trainingsschwerter.de
- [The HEMA Shop](http://TheHEMAShop.com)
- [SPES](http://SPES.com)

Must-Haves:

- Passend zur Maske

Beim Kauf eines Hinterkopfschutzes ist darauf zu achten, dass dieser auch zu deiner Maske passt. In der Regel sind Hinterkopfschützer der Hersteller untereinander kompatibel, eine genaue Angabe kann hier jedoch nicht gegeben werden, da die Auswahl der Protektoren sehr groß ist und nicht jeder Protektor für jede Maskenart passend ist. Bei Unsicherheiten stehen dir die Trainer gerne Beratend zur Verfügung.



II Halsschutz

Der Halsschutz sollte unter der Fechtmaske getragen werden. Er bietet hier vor allem dem Kehlkopf, der Droselgrube und dem oberen Brustkorb einen nicht zu vernachlässigenden Schutz. Vereinzelt gibt es auch Halsschutz-Modelle, welcher das Schlüsselbein noch mit einbezieht - etwa von PBT. Der Hals ist eine sensible Struktur und weder du noch dein Herausforderer oder deine Herausforderin möchte, dass das Gefecht durch einen direkten Treffer zum Hals und sofortige Erste-Hilfemaßnahmen endet.



Kosten:

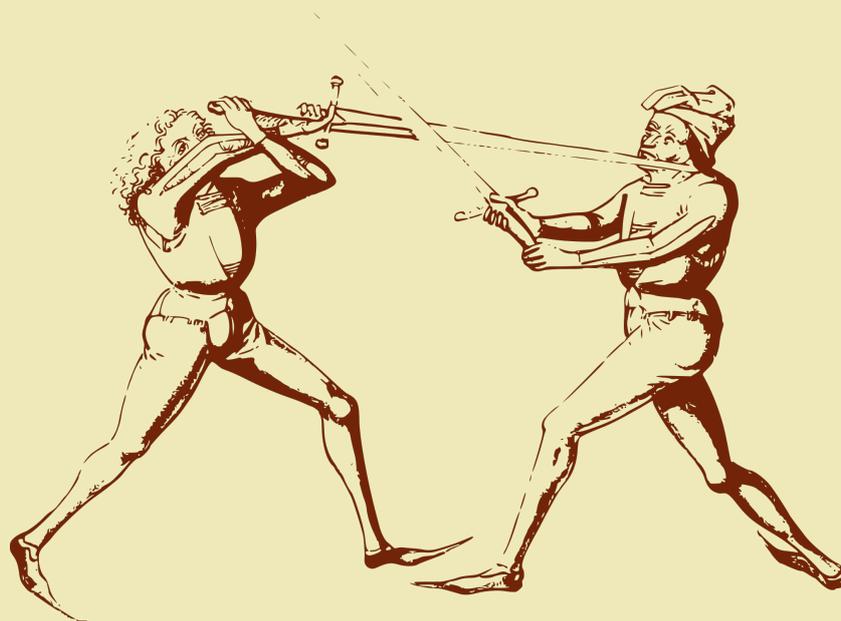
- 30-45 €

Bezugsquellen:

- [PBT](#)
- [The HEMA Shop](#)
- trainingsschwerter.de
- [Blaklist Gear](#)

Achtung

Ein Halsschutz ist für die Teilnahme an einem Turnier verpflichtend. Sei er noch so klein, trage ihn lieber einmal zu oft als zu selten. Ein Stich oder Hieb auf den Hals kann dich dein Leben lang beeinträchtigen.



II Fechtmeisterjacke

Eine Fechtmeisterjacke ist ebenfalls verpflichtende Ausrüstung wenn du planst an Turnieren oder Sparringsübungen teilzunehmen. Die Fechtmeisterjacke bietet dir vor allem Schutz vor leichteren Blessuren und einen Großteil der Hüfte zum Körper. Darüberhinaus soll dich die Fechtmeisterjacke vor Stichen schützen, indem sie ein Durchstechen der Schutzrüstung verhindert. So kommt es bestenfalls zwar noch zu blauen Flecken aber ein Eindringen der Klinge in den Körper wird wirkungsvoll verhindert - Für viele Jacken wird eine maximale Stichstärke in Newton angegeben - für DDHF Turniere sind 800N Stichstärke erforderlich.



Kosten:

- 200-350 €

Bezugsquellen:

- The HEMA Shop
- trainingsschwerter.de
- SPES

Must-Haves:

- 800N

Achtung

Bessere Jacken bieten an häufig getroffenen Körperpartien einen zusätzlichen Plattenschutz. Auch können separate Armschützer und ein unter der Jacke getragener Brustschutz die Sicherheit vor Hieben und Stichen weiter steigern.

Im Zweifel sollte deine Fechtmeisterjacke etwas zu groß für dich ausfallen, da sie erfahrungsgemäß beim Waschen eingehen.



II Arm- und Beinschoner

Arm- und Beinschoner schützen Arme und Beine vor kraftvollen Hieben und sind im Freikampftraining unbedingt zu empfehlen. Auch im Techniktraining kann es gelegentlich zu Übungen kommen, welche auf diese Körperpartien abzielen und unschöne Flecken hinterlassen können. Ein massiver Hieb zu den Unterarmen kann zu deutlicher Schwellung und Schädigung der Gewebe und Knochenstruktur führen. Im schlimmsten Fall kann es zu Knochenbrüchen und Nervenschädigungen kommen. Mit entsprechender Schutzausrüstung zur Polsterung von Elle und Speiche bist du auf der sicheren Seite. Im Idealfall haben deine Armschoner zusätzliche Protektoren für das Ellenbogengelenk, da je nach Länge der Unterarme ein schlichter Plattenschutz die knöcherne Struktur des Ellenbogens unter Umständen nicht ausreichend schützen kann - für DDHF Turniere sind sie sogar vorgeschrieben.



Kosten:

- 25-60 €

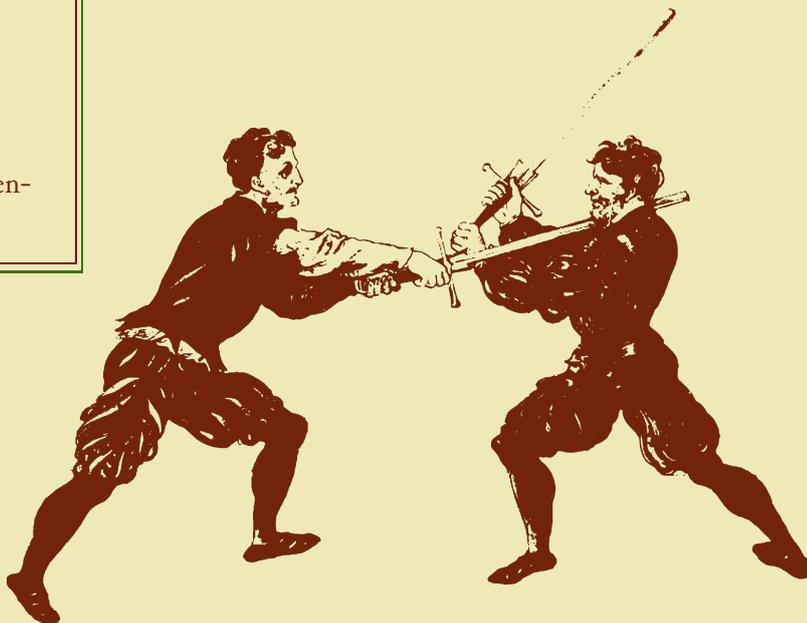
Bezugsquellen:

- [The HEMA Shop](#)
- [trainingsschwerter.de](#)
- [SPES](#)
- [Blaklist Gear](#)

Must-Haves:

- Plattenschutz
- Knie- & Ellenbogen-Protektoren

Eine Ausführung an Knie- und Unterschenkelprotektoren ist vor allem dann empfehlenswert, wenn du dich auf internationale Turniere begeben willst. Hier ist das sog. Geißeln oft erlaubt und vor allem die Unterschenkel von nicht geschützten Beinen eines Fechters bieten hier schnelle und schmerzhaftes Angriffsflächen. Daher schreibt der deutsche Dachverband historischer Fechter für Turniere einen Beinschutz von mindestens 800N vor.



II Brustschutz

Zusätzlichen Schutz der Brust- und Rippenmuskulatur, sowie der knöchernen Strukturen des Torso, bietet ein Brustpanzer aus Kunststoff. Dieser Brustpanzer ist nicht nur allgemein allen Freifechtern zu empfehlen, die sich vor direkten Hieben und Stichen zu der Brust schützen möchten, sondern bildet darüber hinaus eine sinnvolle Schutzbekleidung für alle Fechterinnen im Freikampfbereich. Brustschütze gibt es natürlich in unterschiedlichen Größen und für Männer und Frauen.



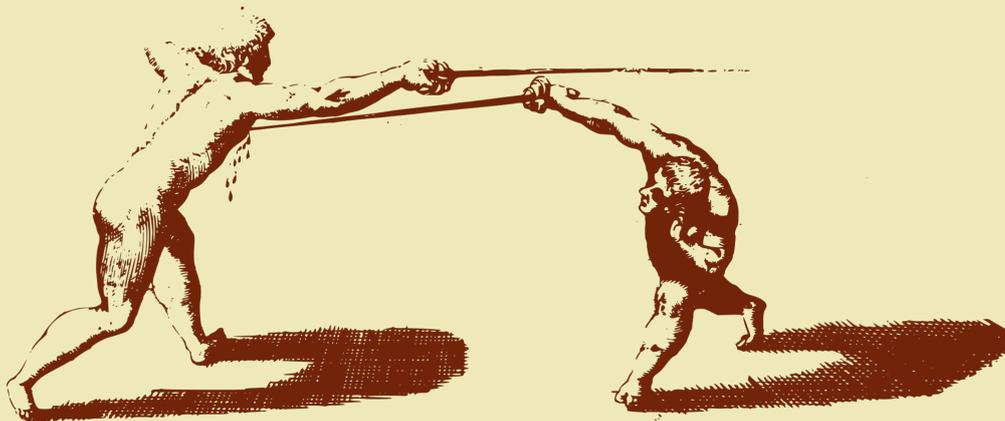
Kosten:

- 25-45 €

Bezugsquellen:

- trainingschwerter.de
- [Leon Paul](#)
- [PBT](#)

Insbesondere für Frauen gibt es hier eine große Auswahl von möglichen Anbietern, da die Praxis gezeigt hat, dass der empfindliche Brustbereich weiblicher Fechterinnen nicht ausreichend durch die Fechtmeisterjacke geschützt wird. Auch im traditionellen Fechten ist der Brustschutz weit verbreitet, so dass man sich auch mal in deren Shops umsehen kann. Im historischen Fechten hat sich für zahlreiche Turniere ein Brustschutz bei Fechterinnen als verpflichtend durchgesetzt, ebenso wie ein Tiefschutz bei den Männern.



II Tiefschutz

Ein Tiefschutz oder das sog. Suspensorium ist sämtlichen Freifechtern zu empfehlen. Natürlich sind derartige Protektoren äußerst unbequem, doch auf Dauer gewöhnen sich männliche Fechter schnell daran. Natürlich wird niemand direkt auf dein bestes Stück zielen, aber unbeabsichtigte Treffer treten häufig auf, insbesondere bei Stichübungen zum Unterkörper und im Freikampf.



Kosten:

- 10-15 €

Bezugsquellen:

- trainingsschwerter.de

- SPES

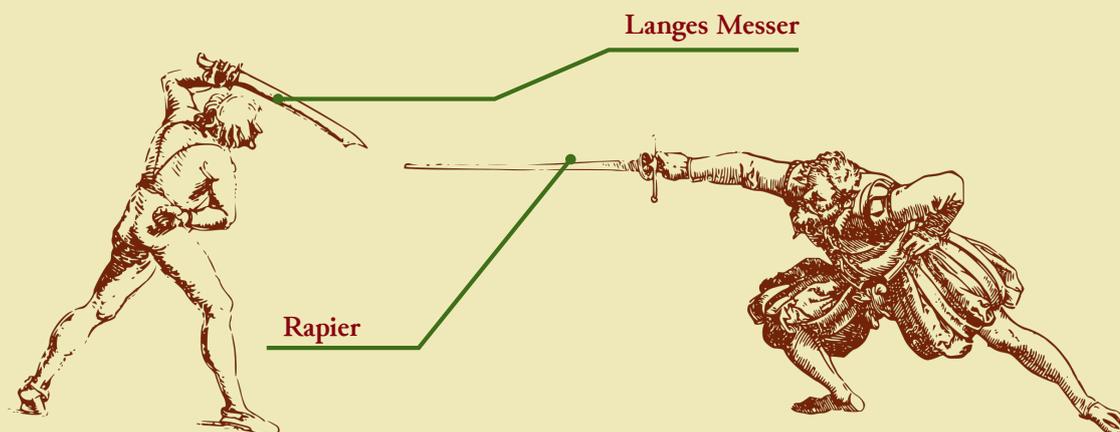
- [Blaklist Gear](#)

Zu deiner eigenen Sicherheit solltest du im Freikampf immer ein Suspensorium tragen. Insbesondere bei Stichen zu den unteren Körperregionen geht schnell mal etwas daneben und ein Treffer in die Weichteile kann langfristige Folgen für dein Leben haben. Auch wir sind an Nachwuchs im historischen Fechten interessiert und appellieren hier an deine Vernunft.



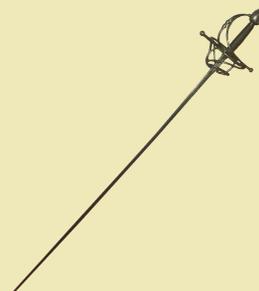
III Weitere Waffen

Neben dem Langen Schwert trainieren wir bei Schwertfechten Nordhessen auch weitere Waffengattungen wie etwa das Rapier oder das Lange Messer. Damit du bei deinen ersten Ausflügen in andere Waffengattung nicht auf dich allein gestellt bist, wollen wir dir hier auch etwas Beratung an die Hand geben



III Rapier

Das Rapier ist eine sehr elegante Waffe und stellt den Übergang vom historischen Fechten mit dem Schwert in die Moderne dar. Da es einhändig geführt wird, ist es leichter als das lange Schwert, was in einem Gewicht von ca. 900-1200 Gramm resultieren sollte. Die Klinge sollte dabei ungefähr ca. 100 cm lang sein, die gesamte Waffe ca. 110-120 cm, wobei der Schwerpunkt ca. 8cm vor dem Korb liegen sollte. Weiterhin muss dein Rapier einen abgerundeten/gekrümmten Ort vorweisen können, um für das Training zugelassen zu sein.



Kosten:

- 270-350 €

Bezugsquellen:

- [Danelli Armouries](#)
- [Del Tin](#)
- [Regenyei Armory](#)
- [Viktor Berbekuzc](#)
- [The HEMA Shop](#)

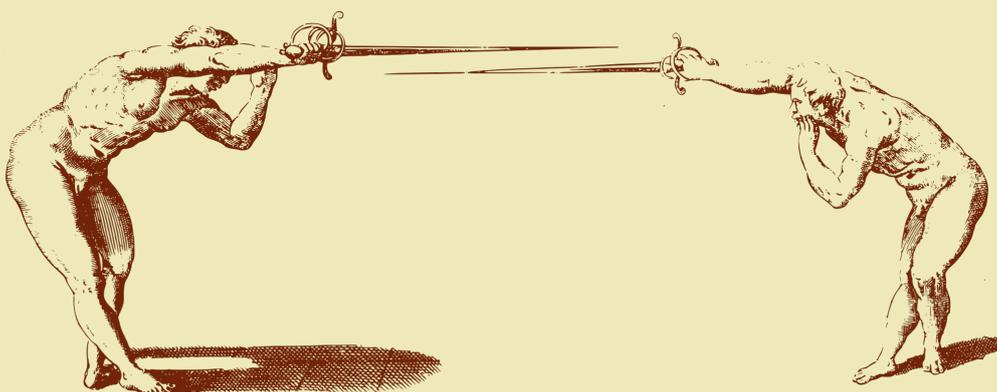
Must-Haves:

- Offener Korb
- Ca. 1 kg Gewicht
- Ca. 100 cm Gewicht
- Ca. 115 cm Gesamtlänge

Harte Klingen können bei hoher Belastung brechen und so ein Sicherheitsrisiko für die Trainierenden darstellen. Anders, weiche Klingen neigen dazu sich bei hoher Belastung dauerhaft zu verbiegen und das Rapier unbrauchbar zu machen. Wir empfehlen daher in den meisten Fällen eine mittlere bis harte Klingenhärte. Vereinzelt gibt es auch Waffen mit austauschbarer Klinge.

Achtung

Da der Kauf eines Rapiers oftmals eine sehr individuelle Angelegenheit ist, empfehlen wir vor dem Kauf Rücksprache mit unseren Trainern zu halten. Sie helfen gerne und können eine auf dich und das Training abgestimmte Waffenempfehlung geben.



III Langes Messer

Das Lange Messer ist eine einhändig geführte Waffe, welche im Gegensatz zum Schwert, nur einseitig eine durchgehende Schärfe aufweist. Auf der sogenannten Rückschneide sind meist nur der vordere Teil geschärft. Die Klinge ist üblicherweise ca. 65-70 cm lang, das gesamte Lange Messer ca. 90 cm bei einem Gesamtgewicht von ungefähr 1100 Gramm. Zu deiner eigenen Sicherheit solltest du darauf achten, dass dein Langes Messer über einen Parierring, bzw. Pariernagel verfügt, welcher nicht nur als Handschutz dient, sondern auch eigene Techniken erlaubt. Die Klinge sollte aus Federstahl gefertigt sein. Oftmals werden auch lange Messer aus Aluminium angeboten, diese verfügen jedoch über ein abweichendes Bindungsverhalten und sind aufgrund der unterschiedlichen Materialeigenschaften nicht für das Training gegen Stahlschwerter geeignet.


Kosten:

- 240-350 €

Bezugsquellen:

- [Viktor Berbekucz](#)
- [Sigi Forge](#)
- [Landsknecht Emporium](#)

Must-Haves:

- Pariernagel o. Parierring
- Ca. 1,1 kg Gewicht
- Ca. 90 cm Gesamtlänge

Wenn du dein Langes Messer auf Turnieren des [DDHF](#) einsetzen möchtest, darf die dürfen Klingen- und Gesamtlänge nicht oberhalb von 87/130 cm liegen. Die Parierstange muss zwischen 10-30 cm lang sein und das Gewicht der Waffe im Bereich 0,9-1,4kg.



IV Häufig gestellte Fragen

- **Wie lange hält die Ausrüstung?**
Die Lebensdauer deiner Ausrüstung hängt maßgeblich von ihrer Beanspruchung ab. Tendenziell lässt sich sagen, dass Freikampf deine Ausrüstung schneller altern lässt als reines Techniktraining. Dennoch ist Fechtausrüstung bei richtiger Pflege sehr langlebig. Die meisten Ausrüstungsgegenstände können durchaus ein Alter von 5 Jahren oder länger erreichen. Jedoch solltest du den Zustand deiner Ausrüstung regelmäßig prüfen und ggf. austauschen.
- **Wie kann ich die Versandkosten reduzieren?**
Der Verein organisiert häufig Sammelbestellungen, insbesondere bei Trainingsklingen und Schutzausrüstung, welche aus dem Ausland bezogen wird. Wende dich einfach an einen Trainer, er kann dir sicher sagen ob und wann die nächste Sammelbestellung ansteht.
- **Gibt es auch Sondergrößen?**
Viele Schmiede und Hersteller von Schutzausrüstung nehmen auch individuelle Wünsche an und setzen sie oftmals gegen einen geringen Aufpreis um. Hierfür solltest du jedoch den Schmied/Hersteller direkt kontaktieren und die Ware nicht über einen Zwischenhändler beziehen.
- **Sollte ich mir zuerst ein Schwert oder eine Fechtfeder zulegen?**
Das Schwert bietet dir ein besseres Klingengefühl, insbesondere beim Winden und ist daher für das Techniktraining besser geeignet. Weiterhin zeichnet sich ein Schwert durch eine höhere Stabilität aus, was in einer geringeren Beweglichkeit der Klinge im Hau resultiert. Aus fechttechnischer Sicht ist das Schwert der Fechtfeder daher vorzuziehen. Eine Feder wird interessant wenn du gedenkst in den Freikampf zu gehen. Da dies erfahrungsgemäß nicht zu Beginn deiner Fechterkarriere der Fall ist, raten wir dir bei deiner Erstanschaffung zunächst zu einem Schwert.

V Informationen zur Teilnahme an Turnieren

Wir empfehlen allen Interessierten vor der Teilnahme eines Turniers die vom Veranstalter geltenden Turnierregeln in Erfahrung zu bringen. Findet man diese nicht in der Anmeldung oder auf der Webseite des Veranstalters, wird dieser eine gültige Turnierordnung mit Sicherheit bei Nachfrage zusenden. Bei einigen Veranstaltern sind hier aufgeführte „optionale“ Schutzbekleidungen absolute Pflicht. Häufige Schutzausrüstungsanforderungen findest du auf der Website des DDHF:

DDHF Regelwerke

VI Abschluss

Sicherlich ist die vollständige Schutzausrüstung keine preiswerte Anschaffung, aber eine Lohnende und Notwendige. Wir wollen die Trainingseinheiten, Freikämpfe und Turniere gemeinsam mit dem Fechtgruß beginnen und beenden. Bei sämtlichen Fragen zwecks Schutz- und Trainingsausrüstung stehen dir deine Trainer und Trainerinnen immer gerne zur Seite.



Dokumentenhistorie

Version	Datum	Autor	Kommentar
0.1	13.3.2019	René Göbel	Initialversion
0.2	28.3.2019	Patrice Kraus	Textliche Ergänzungen & Optik
0.3	05.2.2023	Patrice Kraus	Rapier & Langes Messer hinzugefügt Shoplinks aktualisiert Textliche Optimierungen Optische Überarbeitung
0.4	20.2.2023	Patrice Kraus	Shoplinks hinzugefügt

