



Hvis man skal blive rigtig god til fægtning, kræver det træning af motorik og præcision.

En elegant sportsgren

FÆGTNING

Fægtning er for alle der kan lide at bevæge sig. Ud over et par sjove timer, får børnene også lært at koncentrere sig og lært gode manerer. Det sker i DGI-Byen.

AF NANNA BOYE

FOTO KLAUS SLETING

Der hilses pænt på modstanderen både før og efter kampen og al provokation er

bandlyst. Sådan lyder et par af de etiske regler i fægtning, og de læres fra første dag.

Der er en stor overvægt af drenge på holdet, men alle kan være med til fægtning. På børneholdet der træner i DGI-Byen hver torsdag, er de mellem 10-14 år. Fægteklubben Trekanten har 250 medlemmer, heraf 150 børn og dermed er børne-ungdomsklubben den største i Danmark.

Så i OL i fægtning i fjernsynet?, spørger træneren, den 24-årige Malte Trier Mørch, der leder de fleste af børneholdene. Eftermiddagen begynder med en snak om fægtning og præsentation af to drenge, der er til fægtning for første gang.

Når I fægter med de to nye drenge så husk, at give dem hånden og kig dem i øjnene, så kan de også bedre huske jeres navne.

Herefter er der opvarmning, hvor der løbes, hoppes, springes og strækkes ud til musik.

Fægteklubben Trekanten har eksisteret i 75 år, og siden 1997 har der været børnefægtning i DGI-Byen.

Træneren, Malte har fægtet siden han var syv år, heraf en del år på juniorlandsholdet. I 1992 startede han som ungdomsinstruktør, og i dag bruger han næsten al sin tid

Den 16-årige Nicolaj har lokket sin lillesøster, den 15-årige Anja med til fægtning. De har fægtet i klubben i fire år og kan godt lide spændingen ved sporten. Nicolaj sidder i kørestol, men det er ingen hindring for at dyrke fægtning.

Den 16-årige Nicolaj har lokket sin lillesøster, den 15-årige Anja med til fægtning. De har fægtet i klubben i fire år og kan godt lide spændingen ved sporten. Nicolaj sidder i kørestol, men det er ingen hindring for at dyrke fægtning.



Fægteklubben Trekanten har 250 medlemmer, de 150 er børn, som træner hver uge i DGI-Byen. Trekanten har Danmarks største børnehold og tilbyder desuden kørestols-fægtning. Det er her i DGI-Byen, at træneren Malte Trier Mørch får øje på fægtetalenterne, som bl.a. tilbydes træningslejre i USA og Sverige. Den 12-årige Martin har fægtet i 10 måneder, og er på vej til Boston, hvor han skal øve teknik og motorik. - Trekanten er for alle børn, alle kan være med, og de behøver ikke udstyr for at starte i klubben. Af og til opdager jeg talenter, men der er også mange der har en håbløs motorik, som starter her, forklarer den 24-årige træner, der har fægtet siden han var syv år.

Læs side 6 & 7

STÆRKEST - også på salæret



OLESEN & TRANE
Frederiksberg: 70 22 22 37
Valby: 70 22 89 10

Forskønnelse af Krabbes plads

I slutningen af august starter omlægningen af Otto Krabbes Plads. Planen er at den skal omdannes til et mere grønt og frodigt åndehul. Det sker i perioden august til november. Omlægningen skal, efter beboernes ønske, forvandle Otto Krabbes Plads til en frodig, grøn plet.

Det sker bl.a. ved hævede græsflader, støvgenerne fra den eksisterende store grusflade minimeres ved, at der på størstedelen af pladsen anlægges græs.

på at træne børne- og elitehold.

Han siger:

- Nogle børn er helt analfabet-agtige, når det drejer sig om motorik, men alle kan være med. De fleste børn sidder bag ved en computer i mange timer hver dag, men det er sjovt at få børn motive-rede og til at bevæge sig. På den måde er fægtning også blevet et pædagogisk eksperiment i klubben, siger Malte, der ser en stor udfordring i at arbejde med børn, og få dem i god form.

Klubben rejser også meget med børnene, og på den måde lærer de også andre

kulturer og sprog at kende.

- Børnene bliver bevidste om hvem deres naboer er, siger Malte, og fremhæver det tætte samarbejde klubben har med Sverige.

- Fægtning er verdens hurtigste kampsport, den har mange aggressive elementer, men den giver også en stor ro.

- Har man svært ved at fordybe sig eller fokusere på et mål, så kan man lære det ved at fægte. Det har jeg selv haft stort glæde af. I stressede situationer kan jeg bevare roen og det er en stor fordel, forklarer Malte og pointerer, at fægtning er for alle, også

folk i kørestole.

Den 16-årige Nicolaj, sidder i kørestol og har fægtet i fire år. Han er meget glad for sporten og har tilmed lokket sin lillesøster med i DGI-Byen.

- Det er sjovt, der er en god spænding i sporten, men jeg vil helst vinde, ler han, inden han trækker i tøjet og dystet mod søster Anja.

Hvem der vinder kampen denne torsdag eftermiddag vides ikke, men da det er en sport med gode manerer, er de sikkert også klar til at dyste næste torsdag.

Yderligere oplysninger fås via: www.trekanten.dk



Når man fægter lærer man også gode manerer. Her er det den 14-årige Bernhard, der siger tak for kampen til træneren Malte Trier Mørch.