

Einladung zum Einsteigerschwertkampftreffen am Sonntag den 13.10.2013 um 13:00 Uhr auf den Dobbenwiesen in Oldenburg

Moin!

Nach den ersten sehr erfolgreichen drei Fechttreffen in Oldenburg und Sillenstede möchten wir auch im Oktober wieder erfahrene Schwertkämpfer und Einsteiger zu einem Abwechslungsreichen Training zusammen bringen.

Wir wollen einen Nachmittag den **Schwertkampfsport** (Reenactmentcombatfight nach Friesenregeln in der kleinen Trefferzone) zu trainieren. Dabei werden wir einen Schwerpunkt auf Gruppenkämpfe und verschiedene Waffen legen. Für die Anfänger gibt es wieder ein Einsteigertraining, für die Erfahreneren die Gelegenheit zu Duellkämpfen (Turmspiel) und abschließend die besagten Gruppenkämpfe.

Um uns abzusichern, weisen wir darauf hin, dass es wie bei jedem Sport zu Verletzungen kommen kann. **Jeder nimmt auf eigene Gefahr am Training teil!** Wir werden jedoch für, den üblichen Standards des Schwertkampfsports angemessene Schutzausrüstung (Helm, Gambeson, Handschuhe) sorgen, wenn sie benötigt wird und eine Sicherheitseinweisung geben. Minderjährige bringen eine Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten mit. (Es reicht ein knackiger Dreizeiler, dass die Einladung gelesen und akzeptiert wurde, Datum und Unterschrift)

Als Einsteiger solltet ihr auf jeden Fall mitbringen:

- stabile, ältere und bequeme Kleidung
- Getränk und energiereiche Snacks (Wasser/Eistee, Schokoriegel/Apfel, etc.)
- Festes Schuhwerk

optional mitzubringen sind:

- Gelenkschützer (Skater), Tiefschutz und Zahnschutz (Kampfsport)
- stabile Handschuhe (Eishockey, Lacrosse, Motorrad, Schweißer, etc. wir prüfen vor Ort, ob sie ausreichend sind)
- ggf eigene Mittelalter Ausrüstung (Gewandung, Rüstung, Waffen)
- Wollmütze (als Helmpolster)

Wir bitten erfahrene Schwertkämpfer darum, zusätzliche Ausrüstung zum Verleihen an Einsteiger mitzubringen. Insbesondere *Helme, Handschuhe und Gambesons/Torsorüstungen* werden stets benötigt.

Ablauf

- 13:00 Treffen und Anrödeln
- Allgemeine Einführung, Kennenlernen, Regeln, Waffencheck,
- Aufwärmkämpfe für Erfahrene/
Einweisung in Grundtechniken für Einsteiger/ Einzelkämpfe
- Pause
- Gruppenkampf und Formation (mehrere Durchgänge mit Wasserpausen)
- Nach Absprache Vorführung Vollkontakt oder Historisches Fechten
- Schluss ist, wenn die Kräfte merklich nachlassen (spätestens 17:00 Uhr)

Ort der Veranstaltung ist die Dobbenwiese in Oldenburg (*Rummelweg Kreuzung Tirpitzstraße*).

Bitte melde uns möglichst bald zurück, ob du kommen kannst und ob du noch jemanden mitbringen möchtest. metalthorn@gmx.net oder über www.die-freien-soeldner-zu-oldenburg.de

Viele Grüße

Andres von den Freyen Söldnern zu Oldenburg