

# KLEINER SEZ GUIDE

*Fechten in der Société d'Escrime de Zurich  
Informationen für Eltern*



# HERZLICH WILLKOMMEN IN DER SEZ

Liebe Eltern

Wir freuen uns, dass Ihre Kinder in der SEZ den Fechtsport erlernen. Nachwuchsfechter/-innen sind ein sehr wichtiger Teil unseres Clubs. In unseren Trainings und an Turnieren werden sie gefördert und gefordert und können ihre Leidenschaft fürs Fechten entwickeln und ausleben. Regelmässiges Training, Spass und Teamgeist stehen bei uns im Vordergrund – nur so wird diese Leidenschaft (hoffentlich) ein Leben lang anhalten.

Natürlich spielen auch Sie als Eltern eine entscheidende Rolle. Dieser kleine Guide soll Sie über unsere Fechttrainings, Verhaltenskodex in der SEZ und Vorschriften für Turnierteilnahmen informieren.

*Inhalt*



*SEZ Ansprechpartner / Seite 4*  
*Unsere Trainings / Seite 5*  
*Trainingslokalität, Umkleide, Spind & Versicherung / Seite 6*  
*Verhaltenskodex / Seite 7*  
*Tenue & Vorschriften / Seite 8*  
*SEZ Marktplatz / Seite 9*  
*Turniere / Seite 10*  
*Checkliste Turniere / Seite 11*

# SEZ ANSPRECHPARTNER



**Fabienne Suter**

*Präsidium*

Mobile: +41 76 418 91 01

[fs@sez.ch](mailto:fs@sez.ch)



**Milagros Palma**

*Trainings &*

*Material*

[mp@sez.ch](mailto:mp@sez.ch)



**Gino Gaggia**

*Trainings &*

*Technische Leitung*

[gg@sez.ch](mailto:gg@sez.ch)



**Anita Kuhn**

*Clubleben &*

*Mitgliederbetreuung*

[ak@sez.ch](mailto:ak@sez.ch)



**Carl Sennett**

*Acquisition &*

*Sponsoring*

[cs@sez.ch](mailto:cs@sez.ch)



**Angela Cotoia**

*Buchhaltung &*

*Mitgliedschaften*

[ac@sez.ch](mailto:ac@sez.ch)

# UNSERE TRAININGS

Unsere jungen Mitglieder trainieren in der Regel am Donnerstag von 18:00 bis 19:30 Uhr in der Gruppe oder werden in individuellen Lektionen gezielt und auf eine spielerische Art und Weise gefördert. Ziel der Lektionen ist es, die technischen Fertigkeiten zu verbessern und den Nachwuchs optimal auf interne und externe Turniere vorzubereiten.

Während der Schulferien und der offiziellen Feiertage bleibt der Fechtclub geschlossen. Details dazu entnehmen Sie bitte der Online-Agenda:

[www.sezh.ch/trainings](http://www.sezh.ch/trainings)





## TRAININGSLOKALITÄT & UMKLEIDE

### Société d'Escrime de Zurich SEZ

Turnhalle BiZE (2. UG)  
Riesbachstrasse 11  
8008 Zürich

Die Umkleide für Damen befindet sich im EG, diejenige für Männer im 1. UG. Dort finden Sie auch die Duschen und Toiletten. Aus Sicherheitsgründen empfehlen wir, Wertgegenstände in die Fechthalle mitzunehmen oder im eigenen Spind zu deponieren.

## SPIND

Jedes SEZ Mitglied hat die Möglichkeit, einen Spind im 1. UG kostenlos für sich zu besetzen, gesichert wird dieser mit einem eigenen Hängeschloss (Schlüssel-/Zahlenschloss). Die SEZ lehnt jegliche Haftung ab.

## VERSICHERUNG

Die Versicherung ist Sache jedes Mitglieds, sei das bezüglich Training, Turnier oder persönliche Wertgegenstände.



## VERHALTENS-KODEX

Um die gemeinsamen Trainings effektiv, fair und angenehm zu gestalten, gibt es ein paar wichtige Regeln, die in der SEZ von allen Mitgliedern eingehalten werden:

- Ich komme regelmässig und rechtzeitig zum Training.
- Ich begrüsse und verabschiede mich von den Trainern persönlich mit Handschlag.
- Ich helfe mit beim Auf- und Abbau der Fechtanlagen.
- Ich bin aufmerksam und höre zu, wenn die Trainer das Wort an mich oder die Gruppe richten.
- Ich helfe jüngeren, unerfahreneren Fechtern, wenn sie ein Problem haben.
- Ich respektiere meine Gegner, grüsse sie und verhalte mich jederzeit sportlich und fair – bei Sieg und Niederlage.
- Ich akzeptiere Entscheide der Juges (Kampfrichter).
- Ich gehe sorgfältig mit der eigenen Ausrüstung und dem Material des Fechtclubs um.
- Ich bin dafür verantwortlich, dass meine Ausrüstung voll funktionstüchtig, vollständig und sauber ist.

## TENUE & VORSCHRIFTEN

Zu jedem Training ist die voll funktionstüchtige, vollständige und saubere Ausrüstung mitzubringen:

- ➔ Degen (*gemäss Altersvorschriften*)
- ➔ Brustschutz (*für Frauen/Mädchen obligatorisch*)
  - ➔ Fechtmaske mit Drahtgitter und Halsschutz
  - ➔ Handschuh mit Polsterung (*nur für Waffenarm*)
    - ➔ Fechthose
  - ➔ Fechtjacke mit Fixierung/Klingenfangschutz
    - ➔ Fechtsocken
- ➔ Tiefschutz (*Suspensorium, optional aber empfohlen*)
  - ➔ Unterziehweste (*Plastron*)
  - ➔ Fecht- oder gute Hallenschuhe

Eine neue Grundausrüstung für Kinder kostet zwischen CHF 400.– und 600.– (*inkl. Waffe und Fechtsack*). Es gibt verschiedene Ausrüster, die Starter-Kits anbieten.

[www.fechter.ch](http://www.fechter.ch)  
[www.fechtshop.ch](http://www.fechtshop.ch)  
[www.allstar.de](http://www.allstar.de)  
[www.uhlmann-fechtssport.com](http://www.uhlmann-fechtssport.com)  
[www.leonpaulgermany.com](http://www.leonpaulgermany.com)

Bestellungen der SEZ Hoodies und T-Shirts werden zu gegebener Zeit kommuniziert und entgegengenommen.

## SEZ MARKTPLATZ

### Kaufen

Gebrauchte Fechtartikel können mit etwas Glück auch clubintern oder via den SEZ Marktplatz online erworben werden.

### Verkaufen

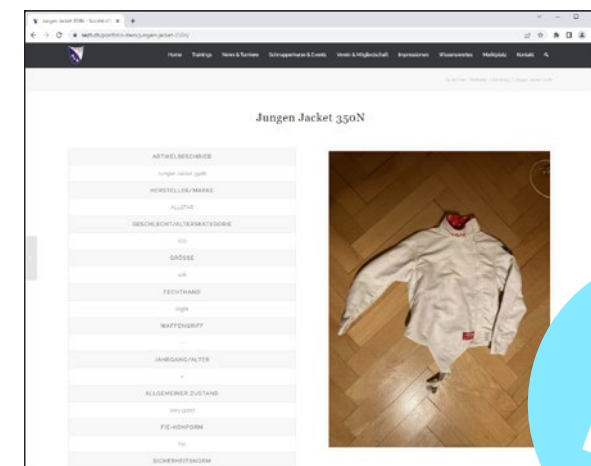
Falls Sie Ihr Kind aus den Fechtkleidern herausgewachsen oder der Degen zu kurz ist, können Sie diese Artikel ebenfalls auf dem SEZ Marktplatz online verkaufen.

Das geht ganz einfach:

Formular herunterladen, ausfüllen und zusammen mit ein paar Bildern an [marktplatz@sez.ch](mailto:marktplatz@sez.ch) senden.

Sobald die Anzeige online ist, werden sich potenzielle KäuferInnen direkt bei Ihnen melden. Vergessen Sie deshalb nicht, uns mitzuteilen, wenn Ihr Verkauf erfolgreich war, damit wir das Inserat vom SEZ-Marktplatz entfernen können.

[www.sezh.ch/marktplatz](http://www.sezh.ch/marktplatz)



# VORBEREITET ANS FECHTTURNIER

Turniere sind in vielerlei Hinsicht grossartig. Nicht nur, weil sich unser Nachwuchs im direkten Duell mit dem vielleicht sogar unbekanntem Gegner messen kann. Oder weil es eine gute physische, technische und mentale Vorbereitung braucht, um erfolgreich zu sein. Sondern auch, weil es einfach richtig Spass macht und viele kostbare Erfahrungen gesammelt werden können. Auch wenn es vielleicht beim ersten Mal nicht für eine Medaille reicht.

Wichtige Informationen dazu finden Sie online in der Rubrik «FAQ»:

[www.sezh.ch/wissenswertes](http://www.sezh.ch/wissenswertes)

## Allgemeines

- » Für das eigene Fechtmaterial ist der Fechter/die Fechterin selbst oder die Eltern verantwortlich.
- » Für Turniere aber auch für das Training ist darauf zu achten, dass das gesamte Material eingepackt ist.
- » Das Material muss vor einem Turnier durch die Fechter selbst oder auf Anfrage durch die Trainer unbedingt auf dessen Funktionstüchtigkeit überprüft werden. An einigen Turnieren werden Materialkontrollen durchgeführt.
- » Falls bei einem Degen oder Kabel eine Reparatur ansteht, kann der Materialverantwortliche des Clubs diese auf frühzeitige Anfrage und gegen Bezahlung erledigen.

# CHECKLISTE TURNIERE

## Startgeld

Das Startgeld für die Turniere ist unterschiedlich. Der genaue Betrag wird jeweils in der Ausschreibung bekanntgegeben.

## Fechtausrüstung

Folgendes Material muss ans Turnier mitgenommen werden:

- » Maske
    - » Fechtjacke, Feckthose, Unterziehweste (*Plastron*)
  - » Fechtsocken (*bis übers Knie, dürfen aus Sicherheitsgründen nicht nach unten rutschen*)
    - » Handschuh (*Ersatzhandschuh empfohlen*)
      - » Fecht- oder gute Hallenschuhe
      - » Brustschutz (*für Frauen/Mädchen obligatorisch*)
      - » Tiefschutz (*Suspensorium, optional aber empfohlen*)
    - » Mindestens 2 Degen (*in der vorgeschriebenen Grösse*)
      - » Mindestens 2 Körperkabel
      - » Werkzeug für kleinere Reparaturen
- (optional, s. z. B. [www.fechter.ch/de/werkzeugtasche-mit-inhalt.html](http://www.fechter.ch/de/werkzeugtasche-mit-inhalt.html))

## Sonstiges

- » Sportbekleidung: T-Shirt, Trainingsanzug, Handtuch
- » Verpflegung (*Getränke, Essen, z. B. Schokoriegel, Kekse, Bananen, Sandwich, etc.*)
- » Dusch- und Wechselsachen: Duschgel, Badetuch, frische Kleidung

## Versicherung

Die Versicherung ist Sache der FechterInnen.

## Turnierausschreibungen & Resultate

<https://www.sezh.ch/news-turniere/turnierausschreibungen/>  
<https://www.sezh.ch/news-turniere/resultate/>



**Société d'Escrime de Zurich**

Turnhalle BiZE

Riesbachstrasse 11

8008 Zürich

*info@sez.ch // [www.sezh.ch](http://www.sezh.ch)*

