

Stabfechten für Jugendliche

STABFECHTEN, BÜHNEKAMPF, AKROBATIK, STABDREHEN sind Teil des Kursprogramms. Einmal im Jahr findet eine Aufführung statt, in denen der Kenntnisstand und die Begeisterung der Bewegungs- und Fechtkunst miteinfließen.

In diesem Kurs geht es darum der eigenen Kraft und Dynamik Ausdruck zu geben. Die Energie kanalisiert zu leiten und zielgerichtet zu handeln. Sich selbst spielerisch im Umgang mit dem Stab zu fordern und zu fördern. Gemeinschaft zu erleben, sich den fairen Wettkampf bewusst zu machen, sich spielerisch zu messen und sich und den anderen Vertrauen zu schenken. Ziel ist es die Jugendlichen ob Mädchen oder Junge in Koordination, Orientierung, Ausdauer, Stabführung und Körperbeherrschung zu schulen und sie mit dem richtigen Maß an Spaß und Ernst auf eine jährliche Aufführung vorzubereiten, indem sie all das einsetzen können was sie gelernt haben.



Was machen wir im Stabfechten?

Basis Training

- Warm up
- Spiele
- Stabgefühl
- Stabfechten Basislehre
- Stabfechten
- Beinarbeit / Schritttechnik
- Fechtgeschichte
- Übungen: Wahrnehmung

Spezielles Training

- Choreografie / Dramaturgie
- Stabdrehen
- Synchron Stab-Formation
- Bühnenfechten
- Akrobatische Elemente

Einstieg jederzeit möglich vorbeikommen und mitmachen!

Ort

Gemeindesaal St.Clemens,
Eingang Lortzinstraße 19, 70195 Stuttgart

Mittwochs 17.00 - 18.30

Bitte mitbringen

Bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Teilnahmegebühr

41,- EUR / mtl.

Bei Interesse bitte kurze e-mail an:

post@stabfechten.de oder Anruf 0711/4081589

Was ist Stabfechten?

- Stabfechten ist das Fechten mit einem Stab von 115 cm Länge.
- Stabfechten ist europäische Fechtkunst- und Bewegungskunst.
- Stabfechten basiert auf dem histor. Fecht- & Bewegungsspektrum.
- Stabfechten ist eine Mischung aus Stockkampf (weltweit) und Säbelfechten (Europa).

Was bringt jungen Menschen Stabfechten?

Die äußere, körperliche Haltung nimmt Einfluss auf die innere, geistige Haltung und umgekehrt. Schon in der Vergangenheit wussten das die Menschen und formten hier in Europa ihren Geist und Körper mit klaren Bewegungen durch Fechtkunst. Stabfechten ist eine faszinierende, elegante, dynamische europäische Fechtkunst, die leicht zu lernen ist. Stabfechten ist eine Mischung aus Stockkampf und dem Säbelfechten (19. Jh.) Stabfechten bietet wie viele Fechtkünste die Möglichkeit sich in der Bewegung besser kennen zu lernen.

Der Stab als verlängerter Arm ist das Sprechwerkzeug, den es kontrolliert zu führen gilt. Er ist Werkzeug und Schlüssel zugleich. Es macht Freude sich im partnerschaftlichen Austausch zu messen, einen respektvollen nonverbalen Dialog zu führen. Dabei wird klar, dass es um die innere Einstellung geht, mit der ich auf den anderen zugehe. Seine Energie gezielt einzusetzen, seinem Körper Ausdruck zu verleihen, Gemeinschaft zu erleben und an den Gesetzmäßigkeiten des Gefechts zu lernen, wie man mit inneren Konflikten im Alltag umgehen kann gibt in den Wirren des Alltags den Jugendlichen einen inneren sicheren Halt. Darüber hinaus erleben die jungen Teilnehmer Jahrhunderte altes, europäisches Fechtwissen. Was können wir aus den alten Tagen lernen und zu unserem modernen Alltag hinzufügen oder weglassen? Das sind die Fragen mit denen wir uns spielerisch auseinandersetzen werden.

Stabfechten fördert:

1. Die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit
2. Die Sinnesschulung
3. Die Kommunikation
4. Die Körperdynamik

Dozent:

Arne Schneider,

Leiter des Institut für Stabfechten

