

## Häufig gestellte Fragen

- **Wann sollte ich ein Schwert kaufen? Welches Schwert?**

Wir haben in aller Regel genug Leihschwerter für alle; viel wichtiger ist, dass man passende Schutzkleidung hat, um intensivere und unkooperative Übungen zu ermöglichen. **Die beste erste Investition ist eine eigene Fechtmaske**, wenn du motiviert bist. Unten findest du Empfehlungen für Trainingsschwerter, aber grundsätzlich gilt **zuerst Schutzkleidung, dann Schwert**.

- **Was sollte ich zuerst kaufen?**

Die Liste von Ausrüstung unten ist nach Wichtigkeit sortiert. Geh mal die Liste von oben bis unten durch.

- **Muss ich alles auf einmal kaufen?**

Nein. Es lohnt sich auch, unterschiedliche Leihausrüstung zu probieren, um ein Gefühl dafür zu bekommen, was man mag oder nicht mag, bevor man eigene Ausrüstung kauft. Wenn man sich ausschließlich für kooperatives Techniktraining interessiert, kommt man mit der Basis-Ausrüstung gut zurecht.

- **Was ist dabei wichtig zu beachten?**

- **Es lohnt sich immer, Fragen zu der Ausrüstung zu stellen**, bevor man sich etwas kauft, um zu vermeiden, dass man Geld für Ausrüstung ausgibt, die man im Training nicht benutzen darf.
- **Es ist wichtig, die richtige Größe der Fechtmaske zu kaufen**, aber Fechtmasken können leicht in der Länge/Breite angepasst werden; wenn die Fechtmaske ein bisschen eng ist, können die Trainer dir zeigen, wie man die Maske anpasst.
- Man kann nach Absprache Ausrüstung von Mittrainierenden anprobieren, um ein Gefühl für die Größen zu bekommen.
- **Es lohnt sich längerfristig, einmal Geld für Qualitätsausrüstung auszugeben**, statt billige Ausrüstung sofort zu kaufen.
- Viele Hersteller von HEMA-Ausrüstung werden auf Anfrage **kleine Maßanfertigungen kostenlos oder kostengünstig** in eine Bestellung einschließen; es lohnt sich, nachzufragen.
- Die Herstellungsdauer kann für Jacken, Schwerter, und andere Ausrüstung von kleineren Unternehmen lang sein; eine Wartezeit von 2-4 Monaten ist nicht ungewöhnlich.

### Langschwert

#### Mindestanforderung

#### Empfehlung

#### 1) Basis-Ausrüstung

<b>Fechtmaske</b>	350N / Level 1 Fechtmaske	<a href="#">1600N / Level 2 / FIE Fechtmaske</a>
<b>Halsschutz</b>	Alle gängigen Modelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Vytis / Arcem Gorget</a></li> <li>• <a href="#">PBT Halsschutz</a></li> </ul>
<b>Leichte Handschuhe</b>	Alle gängigen Modelle	<a href="#">Sportfechthandschuhe</a> , <a href="#">Einsatzhandschuhe</a> , oder Ähnliches
<b>Schwere Handschuhe</b>	Schwere Fäustlinge der Marken „HF Armory“, „Sparring Glove“ oder „SPES“. Andere Marken nur nach Absprache mit Trainern.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Black Knight Gloves HF Armory</a></li> <li>• <a href="#">„Sparring Glove Mitten“</a> mit “long cuffs” (etwas weniger Schutz, aber leichter)</li> </ul>
<b>Sportschuhe</b>	Sportschuhe <b>ohne</b> Stahlkappe o. Ä., die keine Abdrücke oder Spuren auf dem Hallenboden hinterlassen	Handball-, Squash-, Hallenfußball- oder andere Sportschuhe. Am wichtigsten ist, dass die Schuhe einen niedrigen Absatz haben.

#### 2) Zusätzliche Ausrüstung für unkooperative Partnerübungen, halbfreies Fechten

<b>Suspensorium</b>	Männer/Divers	Immer eine gute Idee
<b>Brustschutz</b>	Frauen/Divers	Für intensives Sparring für alle eine gute Idee
<b>Fechtjacke</b>	350N / Level 1 Stichschutz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Allstar</a></li> <li>• <a href="#">SPES AP NG 800N</a></li> <li>• <a href="#">SPES AP Light NG 800N</a></li> <li>• Damenjacken der gleichen Modelle verfügbar</li> <li>• Maßanfertigung empfehlenswert</li> </ul>
<b>Hinterkopfschutz</b>	Alle gängigen Modelle	<a href="#">SPES Unity Pro</a>

## Langschwert

### Mindestanforderung

### Empfehlung

### 3) Zusätzliche Ausrüstung für freies Fechten / kompetitives Sparring

Ellenbogenschoner	Alle gängigen Modelle	<a href="#">SPES Shell Ellenbogenschoner</a>
Unterarmschoner	Alle gängigen Modelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbstgemachte Unterarmschoner aus <a href="#">Kydex</a> (Stärke ca. 2,0 mm)</li> <li>„Sparring Glove Mittens with long cuff“ als integrierter Unterarmschoner</li> <li><a href="#">SPES Pro</a> Unterarmschoner</li> </ul>
Fechthose	350N / Level 1 Stichschutz	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">PBT Elastic Pants</a> zzgl. herausnehmbarem Hüftenschutz</li> <li><a href="#">St. George Fechthose</a> 800N</li> <li>Damenausführungen der gleichen Modelle verfügbar</li> </ul>
Socken / Fechtstutzen	Lang genug, damit die Haut zwischen Fuß und Fechthose gedeckt ist	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">Sportfechtstutzen</a></li> <li><a href="#">Uhlsport-Stutzen</a></li> </ul>
Knie- und Schienbeinschoner	Alle gängigen Modelle	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">Nierhaus Knieschoner</a> + <a href="#">Feldhockey Schienbeinschoner</a></li> <li><a href="#">Rey Shin Guards</a></li> </ul>
Mundschutz	Keine	Für intensives Sparring eine gute Idee

### 4) Trainingswaffen

Polsterwaffen	Keine	<a href="#">Go-Now Foam Longsword</a>
Synthetik-Waffen	Keine	<a href="#">Blackfencer</a>
Stahlwaffen	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Sicher für Stöße:</b> Die Klinge muss bei einem Prüfgewicht von 15kg sichtbar nachgeben, aber 11-12kg ist besser</li> <li>Klingenlänge von ca. 92-96cm ist für Körpergröße 170-180cm optimal</li> <li>Maximale Klingenlänge für Turniere ist i.d.R. 100-105cm; beim Sparring merkt man einen Längenunterschied ab ungefähr 5cm</li> <li>Grifflänge (inklusive Knauf) von ca. 29-31cm</li> <li>Gewicht von 1300-1650g ist vertretbar; bei schwereren Schwertern mehr auf den Schwerpunkt achten</li> <li>Schwerpunkt 6-9cm vor der Parierstange ist optimal; weiter vorne bedeutet i.d.R., dass das Schwert zu hart schlägt, um sicher damit bei voller Geschwindigkeit zu fechten, näher bedeutet, dass sich die Klinge überleicht anfühlt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">„Regenyei Short Feder“</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Medium Flex“-Biegeverhalten</li> <li>Gefaltete Spitze</li> <li>Bestes Preis-Leistungs-Verhältnis</li> </ul> </li> <li><a href="#">„SIGI Concept Shorty“</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>„Shorty“ Klingenlänge (96cm) und 28cm Parierstange im Einkaufsformular spezifizieren</li> <li>Man kann auch einen schmalen Griff spezifizieren (für kleinere Hände empfohlen)</li> <li>SIGI hat aktuell die besten Fechtfedern auf dem Markt</li> </ul> </li> <li><a href="#">„Blackfencer Standard Longsword“</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sieht cool aus, Eigenschaften sind fast die gleichen wie die „Regenyei Short Feder“</li> <li>Mehr Pflegeaufwand, da die Klinge leichter Kerben bekommt</li> <li>Für unser Training und Sparring ist das in Ordnung, aber denk daran, dass manche Turniere nur Fechtfedern erlauben.</li> </ul> </li> </ul>