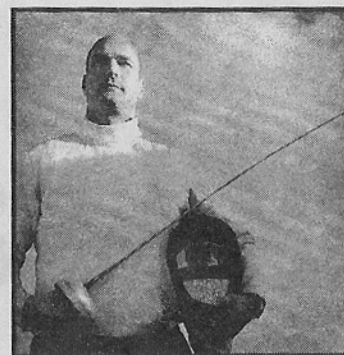


Tre våben

- Fleuretten er det mindste fægtevåben. Den har en lille knop på spidsen, som kunne ligne et blomsterskud, deraf navnet. Med fleuret skal man vinde sin angrebsret, og man får kun point (touché) for at træffe selve torsoen.
- Kården har en klinge på 90 centimeter, ligesom fleuretten, men er større og kraftigere, og her får man point, uanset hvor man rammer modstanderen.
- Sablen er et slagvåben, som man hugger og stikker med. Den har en kraftigere krop end de to andre våben. Man får kun point for at ramme på overkroppen og armene, da det historisk er et ryttervåben, og det er unfair at skade modstanderens hest.
- Sikkerhed: Fægtejakkten er lavet af samme materiale som skudsikre veste, så den er uigennemtrængelig for en klinge. Fægtemasken ligeså, så det er en sikker sport. Hvis man er nogle stykker, kan man købe et introforløb hos Henrik Jørgensen på Østerbro, www.touchesport.dk, tlf. 21 82 47 00. Man kan også få anvist nærmeste klub hos Dansk Fægteforbund i Idrættens Hus, www.fægting.dk, tlf. 43 26 20 97.

Angreb eller forsvar

- Et angreb kaldes i fægtesporten for et udfald. 75 procent af alle udfald går galt, og angriberen er pludselig den, der har problemer, fordi man ikke kan angribe uden at blotte sig. Så den bedste taktik er derfor at være defensiv, men på så offensiv en måde at man hele tiden lokker modstanderen til at gøre udfald.



PARAT.

»Fægting får det bedste frem i dig. Du er nødt til at sætte tvivlen i skammekrogen«, siger Henrik Jørgensen, tidligere Danmarks mester i kårde. — Foto: Tine Harden

for alt hvad du har kært



For det er med kampsportsmennesker, som det er med gode heste. De lærer at gå på bagbenene. Hele kroppens balance skal udgå fra et lavt tyngdepunkt, og så skal bagbenene (i menneskets tilfælde benene) bære hele vægten. Så kroppen bevæger sig hurtigt og kan skifte retning, og armene (ihestens tilfælde forbenene) har frit spil.

Psykisk terror

»Kampen i fægting er mere psykisk end fysisk. Du skal gå på pisten med en god strategi, tre-fire ting, du tror vil virke. Og så skal du være i stand til at trække vejret og komme ned fra din ophidselse og lynhurtigt finde tre-fire nye ting frem, hvis de første ikke virker. Samtidig med, at du hele tiden viser den anden, at du ingen problemer har. I fægting – som i alt andet her i tilværelsen – så er det den kloge, der narrer den mindre kloge«, siger Henrik Jørgensen, der begyndte at fægte på Bornholm som 12-årig. Men trods åbenlyst talent og masser af kampe som ung mod de voksne seniorer, så blev han 20 år, før han fik ram på den store mester, Ivan Kemnitz, der på det tidspunkt var omkring 40.

»Man skal lære at tøjle sit temperament. Det handler ikke om fuld skrue, men om at styre sin modstander. Du får mest ud af at vente på hans udfald, og så udnytte hans åbning. Det overblik havde jeg ikke som helt ung. Og så er der den psykologiske effekt af at gå op mod en mester. Det handler om at have respekt – uden at blive stiv af frygt. Derfor var det så stort for mig, da jeg slog Ivan Kemnitz i Brabrand Hallen og blev Danmarks mester. Jeg sad i toget på vej hjem og havde lyst til at skrigte det til alle. Det havde ikke engang været i aviserne eller i radioen. Ingen vidste det. Men jeg havde slået en kæmpe«.

Mesteren faldt

For fire-fem år siden måtte Henrik opgive at være aktiv fægter selv, nu er han kun instruktør. Han fik nemlig slidigt i fægteskulderen. Så pisten er nu blevet skiftet ud med offpist-ski. Men han nyder stadig at give andre folk 'blod på tanden'. Mesterværdigheden gav han videre til en ung David Bonde.

»Jeg var god til at inspirere i

klubben, og jeg gjorde meget for de unge, fremadstormende medlemmer. Fordi jeg forstod, at de skulle i kamp for at blive 'hooked'. Det nytter ikke noget at drukne folk i teori om udfald og parader. Vi lavede også en masse sociale ting, for det styrker sammenholdet og lysten til at kæmpe. Alligevel var der jo hele tiden en afstand, som jeg måtte holde fast i. At det er mig, der var fægtemesteren. Jeg kunne ikke tabe, ikke engang til træning«, siger Henrik Jørgensen.

Til det danmarksmesterskab, hvor Henrik kunne have taget titlen for tredje gang i træk, tabte han så til David Bonde.

»Jeg havde det ikke i mig. Jeg var ikke sulten nok længere. Jeg var kommet som en lille sildeperker (bornholmer, red.) og skulle vise hele verden. Nu havde jeg ikke den trang længere. Og så var det godt, at David fik sejren, så han havde den at stå på«.

Nu lyder det måske, som om fægting er meget machoagtig, men faktisk har kvinderne et enormt fortrin. De erkender nemlig, at de er nødt til at kæmpe på andet end fysisk styrke.

»Hvis jeg har et hold, hvor der er fire kvinder og fire mænd, så begynder det med, at første mand slår den første kvinde. Så går han tilbage og slår sig for brystet, mens kvinderne går sammen i en krog og hvisker. Pludselig går det lidt bedre for kvinde nummer to, men hun taber stadig, og kvinderne stikker igen hovederne sammen og snakker, snakker, snakker. Mændene står bare og føler sig ovenpå. Pludselig kommer den tredje kvinde og vinder, mens mændene målløst ser til. Kvinderne snakker igen. Og den fjerde mand har absolut ingen chancer. Kvinderne bliver klogere og klogere hele tiden, mens mændene ikke rykker sig«, siger Henrik Jørgensen. Og lad os overlade det til læserne at afgøre, om denne egen-skab også gælder uden for fægtesalen.

»Men kvindernes vigtigste styrke ud over deres snak, er, at de tror på, at de kan blive bedre. De tror på, at de kan slå en stærkere modstander. Det kan vi faktisk alle. Bare vi ikke stivner. Bare vi giver os selv lov«.

per.munch@pol.dk

BALANCE. Benene skal bære hele vægten, så kroppen kan bevæge sig hurtigt, og armene har frit spil. — Foto: Tine Harden