



## Unsere inklusiven Trainingszeiten:

für Kinder bis 12 Jahre

montags: 17:30 - 19:00

dienstags: 17:30 - 19:00

donnerstags: 17:30 - 19:00

für Jugendliche und Erwachsene

montags: 19:00 - 21:00

dienstags: 19:00 - 21:00

donnerstags: 19:00 - 21:00

freitags: 18:30 - 20:00

**Sporthalle Große Wiese**  
(am Schwimmbad "NASS")  
Am Solepark 7  
59759 Arnsberg-Hüsten

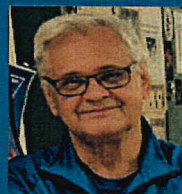
## Unser Trainer-Team

**Adam Robak:**

A-Lizenz-Trainer und  
Bundestrainer der  
Rollstuhlfechter  
(1997-2002) mit  
Teilnahme an den Paralympics.



Er selbst war im Florett  
Mannschaftsweltmeister und  
Olympiateilnehmer  
(Mannschaftsbronzemedaille).



**Siegmund Schydlo:**

C-Lizenz-Trainer und  
Trainer des Deutschen  
Meisters Herren U15.

*Hast Du noch Fragen?  
Brauchst Du weitere Informationen?  
Melde Dich gerne:*

Sigrid Bertram (Abteilungsleitung)

Telefon:  
02932-54252

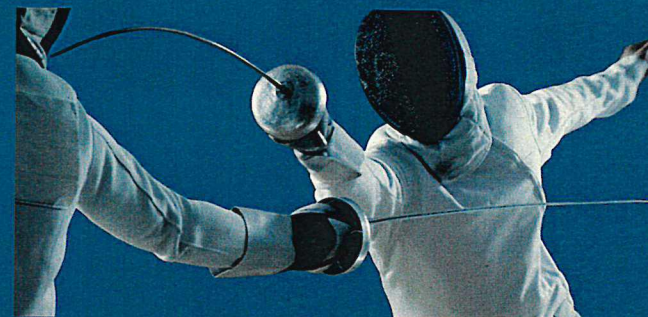
E-Mail:  
[sigrid.bertram@gmx.de](mailto:sigrid.bertram@gmx.de)



## DEIN NEUER SPORT:

# FECHTEN!

Schnell & dynamisch,  
mit Teamgeist, Disziplin  
und Fairness.



# ROLLSTUHL- FECHTEN!





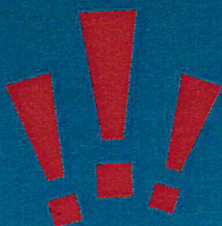
Bist du bereit für eine  
neue Herausforderung?

Packliste  
für das Abenteuer  
Fechten:

Sportkleidung  
und  
Hallenturnschuhe!

Komm' zum  
Gratis-Probetraining!

Einstieg ins  
Rollstuhlfechten  
jederzeit möglich!



## Regeln beim Fechten

Bei Florett und Degen kann nur mit der Spitze ein Treffer gesetzt werden. Beim Degen zählt der Treffer, der zuerst gesetzt wurde.

## Wie funktioniert Rollstuhlfechten?

Rollstuhlfechten hat die gleichen Regeln wie das Fechtens Nichtbehinderter (FIE-Regeln). Die Fechtenden bewegen sich nicht - wie allgemein immer wieder vermutet - mit dem Rollstuhl über die Fechtbahn, sondern sind in einem speziellen Fechtgestell fest verankert.

Rollstuhlfechten ist geeignet für Sportler:innen mit einer Querschnittslähmung, Amputation oder Bewegungseinschränkungen:



## Schnupperkurs

## Degen-Fechten

Hier lernst Du die Grundlagen der Bein- und Klingenarbeit, die ersten strategischen Grundelemente und freie Gefechte nach den Wettkampfbregeln.

2 x pro Woche  
für 5 Wochen

Termine zum Kursbeginn stehen auf unserer Homepage und auf Instagram:

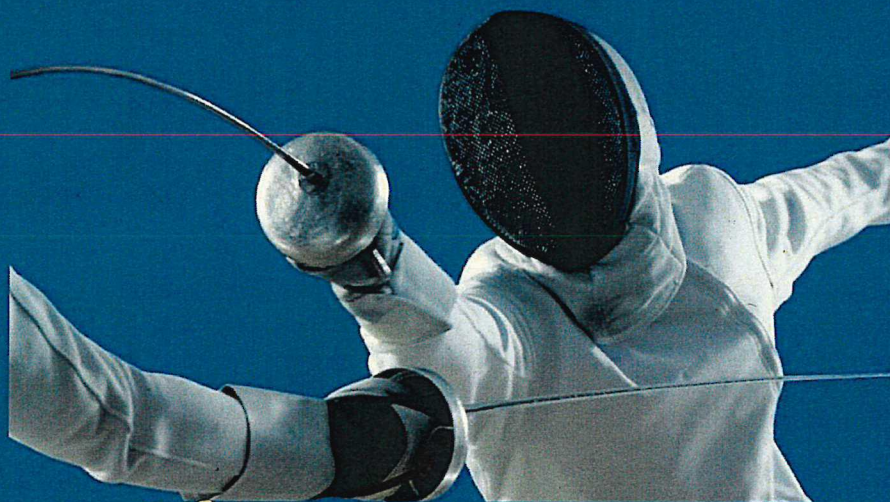




# DEIN NEUER SPORT: FECHTEN!



Schnell & dynamisch,  
mit Teamgeist, Disziplin und Fairness.



**NEW**

## ROLLSTUHL- FECHTEN!







Einstieg ins  
Rollstuhlfechten  
jederzeit im laufenden  
Traningsbetrieb möglich!



# GRATIS Probetraining

Montag, 19.01.2026

## Schnupperkurs

5 x montags für 90 Minuten



26.01.2026

02.02.2026

09.02.2026

16.02.2026

23.02.2026



Kinder bis 12 Jahren:  
17:30 Uhr



Jugendliche und  
Erwachsene:  
19:00 Uhr

**Sporthalle Große Wiese**  
Am Solepark 7  
59759 Arnsberg-Hüsten

Packliste für das Abenteuer:  
Sportkleidung und  
Hallenturnschuhe!



*Anmeldung bei:*

Sigrid Bertram (Abteilungsleitung)  
Telefon: 02932-54252  
E-Mail: sigrid.bertram@gmx.de

