

Kalender für die U8 - U10 - U12 Saison 2022 - 2023

		WOCHENPROGRAMM	INHALT	TURNIER
WO	TAGE			
34	22.08.2022 - 28.08.22		BASISCHE BEINARBEIT	
35	29.08.2022 - 04.09.22		ANGRIFF/GEGENANGRIFF	
36	05.09.22 - 11.09.22		ANGRIFF/GEGENANGRIFF	
37	12.09.22 - 18.09.22	BRASSARD 1	DAS DISTANZSPIEL	
38	19.09.22 - 25.09.22	THEMEN+LEKTION	DAS DISTANZSPIEL	CNJ LUZERN
39	26.09.22 - 02.10.22		KLINGETECHNIK	CNJ GENF
40	03.10.22 - 9.10.22		KLINGETECHNIK	
41	10.10.22 - 16.10.22	HERBSTFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
42	17.10.22 - 23.10.22	HERBSTFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
43	24.10.22 - 30.10.22		ANGRIFFMOMENTE	
44	31.10.22 - 06.11.22	THEMEN+LEKTION	ANGRIFFMOMENTE	CNJ TEAM BIEL
45	07.11.22 - 13.11.22	BRASSARD 2	DAS DISTANZSPIEL	
46	14.11.22 - 20.11.22		POSITIONEN/BINDEN	
47	21.11.22 - 27.11.22		BINDEN	
48	28.11.22 - 04.12.22		BINDEN	ZFC KLAUSTURNIER
49	05.12.2022 - 11.12.22	BRASSARD 3	VORBEREITEN	
50	12.12.2022 - 18.12.22	THEMEN+LEKTION	PROVOZIEREN	CNJ ZUG
51	20.12.2021 - 25.12.22		BEDROHEN-EINLADEN	
52	26.12.2022 - 01.01.23	WEIHNACHTSFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
1	02.01.23 - 08.01.23	WEIHNACHTSFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
2	09.01.2023 - 15.01.23		BEDROHEN-EINLADEN	
3	16.01.2023 - 22.01.23	BRASSARD 4	FALLE STELLEN	
4	23.01.2023 - 29.01.23	THEMEN+LEKTION	FALLE STELLEN	CNJ FRIBOURG
5	30.01.2023 - 05.02.23		PARIEREN	
6	07.02.2022 - 12.02.23			
7	13.02.2023 - 19.02.23	SPORTFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
8	20.02.2023 - 26.02.23	SPORTFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
9	27.02.2023 - 05.03.23	BRASSARD 5	PARIEREN	CNJ BERN
10	06.03.2023 - 12.03.23	THEMEN+LEKTION	PARIEREN	
11	13.03.2023 - 19.03.23		NACHSTOSSEN	
12	20.03.2023 - 26.03.23		NACHSTOSSEN	CNJ TEAM KÜSSNACHT AM RIGI
13	27.03.2023 - 02.04.23	THEMEN+LEKTION	ANGRIFFKOMBINATION	
14	03.04.2023 - 09.04.23	BRASSARD 6	ANGRIFFKOMBINATION	
15	10.04.2023 - 16.04.23		TREFFERZIELE VARIEREN	
16	17.04.2023 - 23.04.23		TREFFERZIELE VARIEREN	CNJ SION
17	24.04.2023 - 30.04.23	FRÜHLINGSFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	CNJ ST LÉGIER
18	01.05.23 - 07.05.23	FRÜHLINGSFERIEN	BEINARBEIT ZUHAUSE	
19	08.05.23 - 14.05.23	BRASSARD 7	ZWEITE ABSICHT	
20	15.05.23 - 21.05.23	THEMEN+LEKTION	ZWEITE ABSICHT	
21	22.05.23 - 28.05.23			CNJ TEAM NEUCHÂTEL
22	29.05.2023 - 04.06.23		EXPLOSIVE BEINARBEIT	
23	05.06.23 - 11.06.23	ZFC DREIKAMPF	LAUFEN+SCHIESSEN	
24	12.06.23 - 18.06.23	ZFC DREIKAMPF	BRASSARD 8	
25	19.06.23 - 25.06.23		PRÜFUNG TECHNIK	
26	26.06.23 - 02.07.23		PRÜFUNG TAKTIK	ZÜRI-MASTERS
27	03.07.23 - 09.07.23		FECHTSPIELE	
28	10.07.23 - 16.07.23		FECHTSPIELE	
FERIEN				



FÜR DIE KINDER, 39 GEFOCHTENE WOCHEN, 1206 MÖGLICHE LEKTIONEN = 28 MÖGLICHE PRO KIND.

10 Wochen mit dem "Basis-Thema"	
11 Wochen mit dem "Tech-Tak-Thema"	
17 Wochen mit dem "Brassard-Thema", 8 Wochen mit Lektionen, 8x24 Lektionen= 192 Lektionen	
Wir werden von diesem Zahl die Entwicklung des Inhalt programmieren	
Für die U8 - U10 - U12	
Während die Basis-Woche	
Ziel 1 :	Die Fechtstellung und Schritte als Basis für die Sicherheit und Prophylaxe
Ziel 2 :	Die physische Fähigkeiten mit den Fechtbewegungen harmonisieren
Ziel 3 :	Die Fechtbewegungen mit den Klingebewegungen harmonisieren
Ziel 4 :	Die Mensur und die verschiedene Angriffsdistanz verstehen
Ziel 5 :	Die Vorbereitung des Angriffs und der Verteidigung
Ziel 6 :	Der Tempowechsel und die verschiedene Angriffsmomente
Wir haben 3 Kurse pro Ziel, eins für die Entdeckung, zweite für das Verständnis, dritte für das Können.	

Während die TakTech-Woche	
Ziel 1 :	der Teamgeist und Austausch zwischen die Fechter fördern
Ziel 2 :	Die 4 verschiedene Linie und Trefferziele zu erkennen
Ziel 3 :	Die 3 verschiedene Rollen des Fechters im Spiel zu erkennen
Ziel 4 :	Die Handhabung des Degens sofort als eine Gelenk zu herstellen
Ziel 5 :	Die Beweglichkeit des Degens im Luft und in allen Richtungen zu herstellen
Ziel 6 :	Die Erste Absicht und einfachste taktische Schemas zu lernen

Während die Brassard-Woche	
Ziel 1 :	Die einfache Regeln des Kampfs verstehen
Ziel 2 :	Die Zeit des Kampfs spüren und sein Spiel anpassen
Ziel 3 :	Sein Spiel wegen Führung oder Rückstand anpassen
Ziel 4 :	Sein Gegner während die erste Minute analysieren
Ziel 5 :	Die Mensur und Neigung des Gegners schnell analysieren
Ziel 6 :	Distanzfehler und Koordinationsfehler provozieren

Struktur des Kurses	
Dauer :	15 Minuten zu 20 Minuten max.
Einwärmen	
Entsprechend von welchem Thema wir in der Woche entwickeln wollen	
Physisch orientiert = Parcours , Springseil , Staffettes, Zielübungen, Ateliers	
Teamorientiert = Handball, Fussball, Unihockey, Frisbee, American Football	
Spielerorientiert = Alle gegen Alle, Völkerball, Kapitänball,...	
Gruppenbesprechung	5 zu 10 Minuten max.
Feedback vom Turnier und Trainings, Informationen für die nächste Ziele	
Übungen	
Abhängig des Themas der Woche	10 zu 20 Minuten
Von der Technik nach der Treffersituation oder von der Treffersituation nach den Taktiken und Techniken !	
Gefechtthemas oder Herausforderungen	30 zu 45 Minuten
Themas oder Herausforderungen aus den Übungen entstanden, um die Treffersituationen zu erkennen und lernen selbst zu lösen.	