

Kultur regional

THALLICHTENBERG

Lokalsport

R Plus Zwischen Tanz und Duell: Einblicke ins Historische Fechten



Experte für den Umgang mit dem Rapier: Chris Lee-Becker. Mit seiner Partnerin von der Fechtgruppe »Academia da Espada Deutschland« zeigt er die Grundtechniken.

Foto: Jan Ullm



Jan Ullm

+ Folgen

15. Oktober 2025 - 13:49 Uhr | Lesezeit: 4 Minuten

Einmal die Klingen kreuzen wie damals: Auf Burg Lichtenberg hat sich Redakteur Jan Ullm an den Degen gewagt. Über Richtungswechsel, Rapiere und fehlendes Rhythmusgefühl.

Vorwärts, seitwärts, vorwärts und wieder zurück: Vorsichtig ahme ich die Schritte nach, während im Hintergrund leise spanische Barockmusik des 17. Jahrhunderts erklingt. Ich wiederhole die Reihenfolge, diesmal mit der zweischneidigen

Klinge in der Hand und einem Feind gegenüber. Degen trifft auf Degen: Erst stoße ich die Waffe horizontal nach vorne, bevor ich die gekreuzte Klinge seitlich nach links wegziehe und einen Treffer an der Schulter lande.

Doch keine Sorge: Es handelt sich nur um eine Fechtübung auf Burg Lichtenberg, bei der nur stumpfe Klingen zum Einsatz kommen. Und ganz davon abgesehen: Vermutlich hätte mein Gegenüber auch keine Probleme damit, einen blutigen Anfänger wie mich binnen Sekunden auf elegante Weise zu entwaffnen – ohne dabei ins Schwitzen zu geraten. Als einer von acht Teilnehmern bin ich hier, um in das Historische Fechten hineinzuschnuppern. Mein gesetztes Ziel: zumindest ein Gefühl dafür bekommen, wie die spanischen Adeligen im 17. Jahrhundert die Klingen gekreuzt haben.

Der Referatsleiter greift zum Rapier

Zum Glück habe ich einen Profi als Trainer an meiner Seite: Chris Lee-Becker. „Fechten ist für mich das einzige Hobby, bei dem ich den Kopf komplett abschalten kann und der Alltag verschwindet“, sagt der Neustädter, der beruflich als Referatsleiter bei der Struktur- und Genehmigungsdirektion Süd tätig ist.

Anzeige



Mit dem KfW-Umweltprogramm zinsgünstig investieren

Zinsgünstiger Kredit und 40-60% Tilgungszuschuss: Jetzt zur Finanzierung naturnaher Firmengelände, Gebäudebegrünung & mehr KfW-Umweltprogramm nutzen!

[Mehr lesen](#)

In seiner Freizeit ist er dagegen Meister des Rapiers: Unter anderem sicherte er sich 2021 auf dem auf dem Hieb- und Stich-Fest in Koblenz den Titel des Deutschen Meisters in der Disziplin Rapier. Außerdem gehört er seit 2022 dem Nationalkader des Deutschen Dachverbands für Historisches Fechten an – seit 2023 auch als Trainer. Darüber hinaus leitet er die von ihm gegründete „Academia da Espada Deutschland“ – der Ableger einer internationalen Fechtschule, die sich der spanischen Kampfkunst aus dem 16. bis 18. Jahrhundert verschrieben hat.

Kein reiner Leistungssport

Was das Historische Fechten vom Sportfechten unterscheidet? „Es gibt viele Facetten, sodass nicht nur der Leistungsgedanke zählt“, sagt Lee-Becker. Neben Fechtern, die sich mit historischen Waffen in Turnieren messen, gebe es auch Gruppen, die sich fast ausschließlich der Erforschung der alten Kampfkünste widmen. Ebenso vielseitig seien die Fechtkategorien, die sich nach den Waffen der jeweiligen Epoche richten. Dabei kommen neben Degen beispielsweise auch Schwerter, Messer oder Säbel zum Einsatz.



Beim Training kommen stumpfe Waffen zum Einsatz, die manchmal mehr, manchmal weniger den historischen Originalstücken nachempfunden sind.

Foto: Jan Ullm

Das Kämpfen mit möglichst originalgetreuen Waffen – das macht für die anderen Teilnehmer den Reiz des Trainings aus. „Bisher habe ich fast nur mit Langschwertern trainiert, aber noch nie mit Rapieren“, sagt der Ramsteiner Jochen Schwender, der über den Verein Societas Barbarossa bereits Erfahrungen mit historischen Waffen gesammelt hat und mir damit einiges voraus ist. Immerhin: Ich bin nicht der Einzige in der Runde, der bei Null anfängt. „Das, was man aus den alten Mantel-und-Degen-Filmen kennt, wollte ich schon immer einmal selbst ausprobieren“, sagt einer der Teilnehmer, bevor es bei sonnigem Herbstwetter im Freien ans Eingemachte geht.

Mehr ein Tanz als ein Kampf

Eine Überraschung ist für mich das Gewicht des Degens, den ich in die Hand nehme – ein spanischer Glockenrapier, der schätzungsweise 800 Gramm wiegt. Er wiegt damit zwar mehr als gewöhnliche Degen aus dem Sportfechten, zählt im Vergleich zu anderen historischen Waffen dennoch zu den Leichtgewichten. Und nicht nur die Klinge ist spanisch: Gekämpft wird nach dem System „La Verdadera Destreza“, was auf Deutsch etwa „die wahre Kunstfertigkeit“ bedeutet.

„Das Gefühl für die Zeit und das Beherrschen der Waffe ist das Wichtigste beim Fechten, da die Sicht durch die Maske eingeschränkt ist“, sagt Lee-Becker. Glücklicherweise darf ich für die ersten Trockenübungen auf die Kopfbedeckung verzichten: Nach mehreren Dehnübungen werden in Zweierpaaren die Grundtechniken gelehrt. Schnell merke ich, dass es neben der Körperhaltung vor allem auf die Fußarbeit ankommt. Das sei typisch für diese spanische Form der Fechtkunst, erklärt Lee-Becker: Anstatt sich frontal auf den Gegner zuzubewegen, erfolgen die Bewegungen entlang eines unsichtbaren Kreises zwischen den Fechtern, also seitlich, um einen besseren Winkel für den Angriff zu finden.



Bei den Schritten kommt es aufs Rhythmusgefühl an: Redakteur Jan Ullm im Selbstversuch mit dem spanischen Glockenrapier.

Foto: Chris Lee-Becker/oho

Doch so elegant das klingt, ist es in der Praxis deutlich anstrengender, als ich erwartet hatte: Jeder Schritt muss genau sitzen, das Gleichgewicht muss stets gehalten werden. Schnelle Richtungswechsel verlangen nicht nur Kondition, sondern auch Köpfchen und Reaktion. Bei meiner Gegnerin erinnern die ständigen Bewegungen an eine perfekt einstudierte Choreographie – nicht ohne Grund heißen die Schritte in La Verdadera Destreza genauso wie zeitgenössische spanische Tanzschritte.

Selbst mit 60 ist es nicht zu spät

Am Ende bleibt mir leider nicht die Zeit, um das Training vollständig zu begleiten – der Nachteil eines Redakteurs, der an einem Tag mehrere Termine in seinen Kalender hat. Aber immerhin habe ich eine wichtige Erkenntnis gewonnen: Um wie Zorro mit dem Degen elegant über den Boden zu wirbeln, fehlt es mir noch deutlich an Rhythmusgefühl ...

Ob ich mit Anfang 30 zu alt bin, um im Fechten richtig Fuß zu fassen? Mitnichten, meint Lee-Becker: „Fechten kann man in jedem Alter. In unserer Gruppe gibt es auch Leute, die erst mit über 50 und teilweise sogar 60 Jahren mit dem Fechten begonnen haben.“ Selbst mit körperlichen Beeinträchtigungen sei der Kampfsport möglich – Stichwort Rollstuhlfechten. Eines gehöre allerdings auch zur Wahrheit dazu, merkt der Neustädter an: Wer ein Hobby sucht und dabei sparen möchte sollte sich vielleicht nach einer anderen Freizeitaktivität umsehen. Allein die Grundausrüstung kann rund 500 Euro kosten.

Mehr zum Thema

[Koblenz](#) [Lichtenberg](#) [Thallichtenberg](#) [Alle Themen](#)

①

×