



## **Fechtkurs Kerenzerberg**

Weiterbildung, Sport und Spaß für erwachsene Fechter

Samstag/Sonntag 17. / 18 September 2022  
Sportzentrum Filzbach  
Kanton Glarus

### **Kursbeschreibung**

Liebe Fechterinnen und Fechter

Der Kantonalzürcherische Fechtverband organisiert zum 1. mal dieses Weekend für erwachsene Fechter, die Spaß am Sport haben und sich in lockerer, sportlicher Atmosphäre weiterbilden möchten.

Neben freiem Fechten und Lektionen werden wir ausgesuchte Themen aus Taktik, und Reglementskunde anbieten.

Auch Ausgleichssportarten und Stretching haben ihren festen Platz im Programm. Dazu bietet das Sportzentrum Kerenzerberg nicht nur in sportlicher Hinsicht tolle Bedingungen: die Halle für Fechten und Ballspiele ist reserviert, Hallenbad, Whirlpool, Kegeln, Kletterwand, Schiessanlage, Billard und vieles mehr sind vorhanden.

Das Zentrum ist daher ideal für jüngere und ältere, gemütliche und angefressene TeilnehmerInnen.

Abgerundet wird das Weekend durch die neu gestaltete Unterkunft in gut eingerichteten Mehrbettzimmern mit Lavabo, Dusche und WC befinden sich auf den Etagen. Das Essen ist wärschaft, reichlich und gut. Und am Abend bietet sich die Gelegenheit, im Aufenthaltsraum bei einem gemütlichen Schlummertrunk die TeilnehmerInnen aus den verschiedenen Zürcher Klubs besser kennenzulernen.

Also eine erstklassige Gelegenheit und so hoffen wir, möglichst vielen Fechterinnen und Fechtern auf jedem Niveau, also speziell auch EinsteigerInnen, ein interessantes und unterhaltsames Wochenende bieten zu können.

Wir wünschen eine rege Teilnahme und freuen uns schon auf Euch

Gino Gaggia, Organisator Fechtwochenende

## Anmeldung

- Ort:** Sportzentrum des Zürcher Kantonalverbandes für Sport  
8757 Filzbach (Kanton Glarus)  
Tel: 055 614 17 17, Web: [www.szk.ch](http://www.szk.ch)  
Anreise mit Auto: via Autobahn Richtung Chur-Näfels-Mollis-Filzbach,  
Parkplätze beim Sportzentrum.  
Öffentlicher Verkehr: Postautokurs nach Filzbach vorhanden.
- Teilnahme:** erwachsene Teilnehmer (ab 16 Jahren)
- Waffe** Fechtausrüstung Degen / Florett
- Sportmaterial:** Badehose, Traineranzug, Sport- und Freizeitbekleidung.
- Anmeldung:** Mit beiliegendem oder online vorhandenem Formular an:  
Gino Gaggia  
Stiglenstrasse 22  
8052 Zürich  
Email: [gino.gaggia@bluewin.ch](mailto:gino.gaggia@bluewin.ch)
- Anmeldeschluss:** 03. September 2022 da aber die Teilnehmerzahl begrenzt ist,  
werden die Meldungen nach ihrem Eintreffen berücksichtigt.  
Also erfahrungsgemäß rasch anmelden!
- Preis:** 120.- / Person, Bezahlung bei Kursantritt  
Inbegriffen sind alle Mahlzeiten, Unterkunft und Unterricht.  
Bei Absagen in der Woche vor Kursbeginn muss das Kursgeld zum Teil  
belastet werden.
- Haftung:** Der KZF lehnt jede Haftung ab. Versicherung ist Sache der  
TeilnehmerInnen.
- Leitung:** Gino Gaggia (Fechtclub Zürich Nord)
- Beilagen:** Anmeldeformular, auch auf [www.fechten-zuerich-nord.ch](http://www.fechten-zuerich-nord.ch)

## Programm

### Samstag, 17. September 2022

- |       |   |
|-------|---|
| 11.00 | individuelle Anreise, Zimmerbezug                           |
| 11.45 | Begrüßung, kurze Orientierung                               |
| 12.15 | Mittagessen   |
| 13.30 | gemeinsames Einwärmen, Gruppenarbeit, Fechten,<br>Lektionen |
| 16.30 | Stretching  |
| 17.00 | Schwimmen, Whirlpool  |
| 18.15 | Abendessen  |
| 19:30 | Klettern, Schiessen oder anderes                            |

### Sonntag, 18. September 2022

- |                |   |
|----------------|---|
| ab 7.00 - 8.15 | gemeinsames Frühstück   |
| 08.30          | Weiterbildung, Beinarbeit, Fechten, Theorie und<br>Praktische Übungen |
| 12.15          | Mittagessen   |
| 13.30          | Turnier   |
| 16.00          | Gemeinsame Verabschiedung und anschließend<br>individuelle Heimreise. |

## Anmeldeformular

Fechtkurs Kerenzerberg, Sa/So 17./18. September 2022

Meldeschluss: 03. September 2022, Anzahl TeilnehmerInnen ist begrenzt

Anmeldung an: Gino Gaggia  
Stiglenstrasse 22  
8052 Zürich

Email an: [gino.gaggia@bluewin.ch](mailto:gino.gaggia@bluewin.ch)

Ich melde mich zum Fechtweekend im Sportzentrum Kerenzerberg an.



Anrede  Frau  Herr

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Geb. Datum \_\_\_\_\_

Natel \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Mitglied in welchem Klub im Kanton? \_\_\_\_\_

Essen: ich wünsche vegetarisches/spezielles Essen:  Ja  Nein

Ich habe im Privatauto noch \_\_\_\_\_ Plätze frei

Ich suche Mitfahrgelegenheit:  Ja  Nein

Bemerkungen \_\_\_\_\_

Optional Falls jemand ohne Übernachtung oder nur an einem Tag teilnehmen will,  
soll dies hier bitte vermerken, und auch welche Malzeiten in diesem  
im Zentrum eingenommen werden.

Gewünschte Grillade für Grillabend (Anzahl):

Cervelat  Bratwurst  Chiliwurst  Vegispiess

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_