



# Fechtseminare

professionell und individuell

**Dr. Sabine Bau**

Pestalozziallee 12 - 97941 Tauberbischofsheim

Tel.: (09341) 84 83 63 - [info@sabine-bau.de](mailto:info@sabine-bau.de)





**Flexibilität ist gefragt**  
Mit den richtigen Strategien  
werden Gegner besiegt.

**Sieg**  
Gewinner werden am Ende des  
Seminars gebührend gefeiert.

## *Die Ausrüstung*

*Dank unseres modernen Zeitalters wird nicht in schweren Rüstungen gefochten, sondern in leichten Masken und Sicherheitsfechtjacken. Selbstverständlich schützen zudem darunter liegende Protektoren empfindliche Körperstellen. Gefochten wird auf der 14 m langen Fechtbahn mit Degen, Florett oder Säbel. Die Ausrüstung wird bei den Fechtseminaren zur Verfügung gestellt!*

# Prets – Allez – Touché!

die Grundbausteine

- Mit Neugier und viel Spaß sind Sie bei der Einführung in die Techniken des Fechtsports dabei.
- Im spielerischen Wettstreit werden Ausdauer, Konzentration und das Geschick mit dem Degen gefördert.
- Beim abschließenden Wettkampf können Sie sich auf einer für Sie ungewohnten Ebene duellieren.
- Trotz Siegerehrung bleibt unser Motto „Einer für Alle – Alle für Einen“.

**Nehmen SIE die Herausforderung an:**

Tel.: (09341) 84 83 63

E-Mail: [info@sabine-bau.de](mailto:info@sabine-bau.de)



**Wer wagt gewinnt**  
Schnelle Reaktionszeiten  
verhelfen zum Sieg.



**Gruppenseminare**  
auf den Bahnen im Fecht-Club Tauberbischofsheim.  
Gegenseitige Motivation fördert den Teamgeist.

## En garde! individuelle Fechtseminare

**Als fünffache Olympiamedaillengewinnerin fordere ich SIE auf, die Klingen zu kreuzen!**

Ich biete Ihnen maßgeschneiderte Fechtseminare unter fachmännischer Anleitung, bei denen nicht nur die Lachmuskeln gestärkt werden. Zentrale Punkte beim Fechtsport sind Disziplin, Einsatzbereitschaft und Taktik, genau die wertvollen Eigenschaften, die SIE und Ihr Team täglich in der Berufswelt beweisen müssen.

Auf den Fechtbahnen des Fecht-Clubs Tauberbischofsheim werden Sie mit Ihren Kollegen oder Kunden physisch und mental vor neue Herausforderungen gestellt. Sie erlernen spielerisch die Grundbegriffe des Fechtens und optimieren mit viel Freude Ihre persönlichen Stärken.

**Dr. Sabine Bau**

### *Der Fechtsport*

*Der Fechtsport ist eine der ältesten Zweikampfsportarten und wurde bereits in der Antike betrieben. 1570 wurden die noch bis heute gültigen Fachbegriffe wie „en garde“, „allez“ oder „touché“ definiert.*

