

"Ich fechte, aber härter": So trainieren Feldkirchs Schwertkämpfer

15.08.2026 06:15 (Akt. 15.08.2026 12:11) ⓘ

 Vorlesen

♥ 6



Der Schildwall Vorarlberg zählt bis zu 15 Mitglieder.©VOL.AT/Erdic

In Feldkirch treffen Sport und Geschichte aufeinander:
Schildwall Vorarlberg trainiert historische Kampfkünste.

VORARLBERG ONLINE

VOL.AT

Jasmina Erdic (VOL.AT)

FÜR ABONNENTEN

Schwertkämpfe gehören zu den ältesten Sportarten der Welt. In diesem Bereich gibt es unterschiedliche Kampfkünste – und genau diese werden beim Verein Schildwall Vorarlberg mitten in Feldkirch wieder zum Leben erweckt.



Saskia und Sven haben VOL.AT einen Einblick in die Kampfkünste und ihre Leidenschaft für den Verein gegeben. Den Verein gibt es bereits seit drei Jahren: „Der Verein wurde aus Interesse für das Mittelalter gegründet und hat sich dann später in diese HEMA-Richtung weiterbewegt“, so Sven.

Aktuell zählt der Verein ungefähr 14 bis 15 Mitglieder, wobei bei einem Training meist acht bis neun Personen dabei sind: „Aktiv beim Training sind immer acht, neun Leute.“ Dabei gibt es eine klare Struktur: Erst wird gut aufgewärmt, anschließend werden die Techniken geübt, und zum Schluss kommt der Spaß beim Freikampf.



Sven und Saskia sind zwei der ersten Mitglieder des Vereines. ©VOL.AT/Erdic

Alte Kampfkünste werden wieder lebendig

Für Saskia ist besonders die Verbindung zwischen körperlicher und geistiger Herausforderung interessant: „Ich finde es eine schöne Kombination aus dem Sportlichen und dem Gedanklichen: Wie greife ich an, wie verteidige ich, wie pariere ich?“ Dabei geht es nicht ausschließlich um Schwerter. Trainiert bzw. rekonstruiert werden historische Kampftechniken mit unterschiedlichen Waffen: „Nur weil wir ein HEMA-Verein sind, heißt das nicht, dass wir ein Schwertkampfverein sind. Es gibt auch Messer, Keulen, Speere, Äxte

Schwertkampfverein sind. Es gibt auch Messer, Reuten, Speere, Äxte – alles Mögliche.“



Der Verein verbindet alte Kampfkünste mit Training für Körper und Kopf.©VOL.AT/Erdic

Training für Körper und Kopf

Interessant ist auch, dass die verschiedenen Kampfkünste anhand historischer Bücher und Bilder neu erlernt und rekonstruiert werden: „Wir lesen die Bücher und versuchen, das nachzumachen, was sie damals beschrieben haben, auch mit Bildern.“

Innerhalb des Vereins gibt es unterschiedliche Schwerpunkte. Saskia orientiert sich stärker am Turniersport: „Ich bin eher in der sportlichen Turnierrichtung. Wir schauen: Was funktioniert im Turnier am besten? Was geht schnell, was trifft am besten?“ Sven beschreibt dagegen eine Richtung mit mehr Ringen, Ausdauer und taktischem Handeln. Besonders wichtig ist dabei das Muskelgedächtnis: „Das ist ein inneres Schachspiel, bei dem du nicht viel Zeit hast zu überlegen. Sobald du anfängst zu denken, hat der Gegner Zeit zuzuhauen. Es muss im Reflex passieren.“



Sicherheit trotz harter Kämpfe

Wichtig dabei: Es handelt sich nicht um scharfe Schwerter, sondern um Simulatoren. Die Kämpfe sind außerdem nicht choreografiert, sondern finden ohne vorherige Absprache statt.

Trotz der Intensität wird mit geprüfter Schutzausrüstung trainiert. Dazu gehören Fechtmasken, Jacken und Hartschalenprotektoren. Auch die Schwerter beziehungsweise Simulatoren müssen bestimmte Vorgaben erfüllen – etwa hinsichtlich Biegsamkeit, Kantendicke, Länge und Spitze.



Auch VOL.AT-Mojo Jasmina konnte bei dem Training mitmachen. ©Handout

Ein eigenes Turnier für Vorarlberg

Der Verein stößt räumlich langsam an seine Grenzen. Deshalb gehört eine größere Trainingshalle zu den wichtigsten Zielen. Außerdem möchten die Mitglieder perspektivisch ein eigenes Turnier in Vorarlberg veranstalten. Sven und Saskia haben dafür bereits eine Schiedsrichterausbildung absolviert. „Wir würden einfach gerne mal in Vorarlberg ein eigenes Turnier machen, weil es das bisher noch nicht so wirklich gab.“

(VOL.AT)

Teilen

Artikel verschenken

Zurück zur Startseite

Mehr zum Thema

Bezirk Feldkirch >

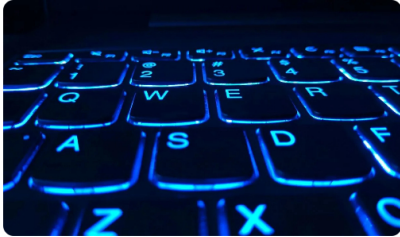
Deine Meinung zu diesem Artikel?



Schwerer Motorradunfall auf der A14 bei Dornbirn



Blutige Welsattacke im Alten Rhein: "Er kam wie aus dem Nichts"



Leserbrief: Symbolische Aberkennung = keine Auslöschung historischer Leistungen?



Tennis-Bundesmeisterschaften eröffnet



Motorradfahrer prallt in Hittisau gegen abbiegenden Lkw



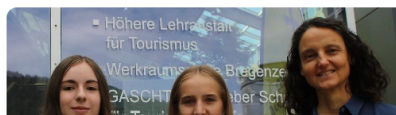
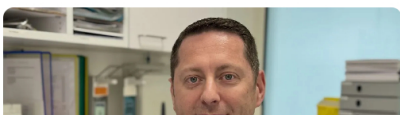
Endlich stehen sie auf



Nachbarin schildert dramatische Momente bei Polizeieinsatz

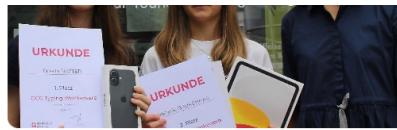


Top fünf bei der EM? "Das Niveau habe ich"





Was Ärzte in Feldkirch bei Hitze-Patienten jetzt häufiger sehen



Frieda hat die flinken Finger im Blut

Meistgelesene Artikel



BMW streicht Modelle: Diese Autos stehen vor dem Aus



Google-Gründer: 100 Millionen gegen Milliardensteuer



Großer Sucheinsatz am Baggersee in Rankweil



Diese Alpenstadt ist ein echter Geheimtipp – und erinnert stark an Venedig

0 Kommentare



Was denkst du?

Mehr aus dem Ressort: [Feldkirch](#) [VOL.AT +](#) [Vorarlberg](#)



Nachrichten

[Vorarlberg](#)
[VOL.AT+](#)
[Vorarlberg LIVE](#)
[Welt](#)
[Politik](#)
[Wirtschaft](#)
[Sport](#)

Freizeit und Magazin

[Wetter](#)
[Kino](#)
[Restaurantführer](#)
[Reise](#)
[Wohin](#)
[Bezirke Vorarlberg](#)

Community

[Spiele](#)
[Ländlejass](#)

Service

[Werbung & Mediadaten](#)
[Impressum](#)
[AGB](#)
[Netiquette](#)
[Datenschutz](#)
[Privacy Einstellungen](#)

Partner

[Ländleanzeiger](#)
[Ländleauto](#)
[Ländleimmo](#)
[Ländlejob](#)
[Ländlepartner](#)
[Hochzeitspoeten](#)
[Lehrberuf.info](#)