

# Mit Schwert, Charme und Methode

Davon träumen nicht nur kleine Jungs: Fechten wie „Prinz Eisenherz“. Ingo Litschka vom „Fecht-Hut“ vermittelt die Kunst des Schwertkampfes im heimischen Keller.

CORINA WIESSLER | PFORZHEIM

Ingo Litschka ist das, was man gemeinhin einen Kerl wie einen Baum nennt. Groß, kräftig und breitschultrig steht er da und lässt den Kellerraum noch beengter wirken. Nötig hätte er das imposante Langschwert wahrlich nicht, um Eindruck bei seinen Schülern zu schinden. Es genügt schon, dass diese den Kopf in den Nacken legen müssen, wollen sie den Ausführungen ihres Meisters folgen. Der 44-jährige Pforzheimer hat sich dem historischen Fechten verschrieben und vermittelt diese Jahrhunderte alte Fertigkeit im kleinen Kreis.

„Filmszenen wie bei ‚Prinz Eisenherz‘ oder den ‚Drei Musketieren‘ kann man gleich vergessen.“

Ingo Litschka  
Gründer der Fechtsschule „Fecht-Hut“

Mit Schwert, Buckler, Messer, Dolch, Mordaxt, Rapier und Stock bringt er Jugendlichen und auch Erwachsenen diesen faszinierenden europäischen Sport näher. Im Einzelunterricht, aber auch in kleinen Gruppen mit maximal vier Personen zeigt er, dass es um Technik, Offenheit und Flexibilität geht, nicht ums bloße „Dreschen“.

Wer sich als Kind für die rasanten Kampfszenen in Kino- und Fernsehfilmen begeisterte, muss hier im zum Trainingsraum umfunktionierten Keller nun Abschied nehmen von idealisierten Vorstellungen über das Mittelalter. „Die in Filmen dargestellten Fechtsszenen kann man gleich vergessen“, sagt Litschka. „Auch die im Sportfechten herrschende Disziplin. Im Mittelalter ging es schlichtweg ums eigene Überleben, nicht darum, Punkte zu machen.“

Litschka, ganz in Schwarz mit einem verwegenen um den Kopf geschlungenen Kopftuch, fängt mit seinen Schülern damit an, „womit auch die Knappen begonnen haben“. Mit gepolsterten Scheibendolchen, die engsten Körperkontakt von Mann zu Mann erfordern. „Man könnte es auch Rumbubeln nennen“, grinst der Hüne. Für die Übungsstunden verwendet er Waffen aus Aluminium. „Die werden

nicht so schnell schartig.“ Mancher Zweikampf sieht eher nach Ringen und Boxen denn nach Fechten aus. „Aber das passt schon. Schließlich hat sich aus dem Ringen das Fechten und aus dem Fechten das Boxen entwickelt.“

Der Weg zum gekonnten Umgang mit dem geschmiedeten Stahl ist weit. Um beim Gegner einen – ursprünglich im Ernstfall tödlichen – Stich zu landen, ist eine ungeheure Vielfalt an gezielten Körper- und Hiebbewegungen, Konzentration und gleichzeitig flexiblen Geist nötig. „Etwa sieben Jahre lang dauerte die Ausbildung eines Ritteranwärters“, weiß der Inhaber der minimalistischen Fechtsschule an der Arlingerstraße.

Unaufgeregt und aufmunternd weckt Litschka das Grundverständnis seiner „Knappen“ für die einzelnen Waffen. Dabei lässt er viel Fachwissen um den historischen Kontext des Fechtens einfließen. So erfahren die Teilnehmer, dass Redensarten wie „auf der Hut sein“ und „jemanden auf dem falschen Fuß erwischen“ aus der Fechtsprache stammen. Immer wieder baut er Brücken zu anderen, auch asiatischen Kampf- und Fechtssystemen, so dass das Training besonders für Kampfsportler und Fechter äußerst interessant und aufschlussreich ist.

## Ein trefflicher Hieb

Sobald Ingo Litschka mit einem seiner Aspiranten in Clinch geht, wirkt der Schwertkampf wie ein durchchoreografiertes Tanz. Doch der Lehrer ist nicht übermächtig. Manch einer der Schüler landet hin und wieder sogar einen trefflichen Hieb, was Litschka überrascht und auch erfreut zur Kenntnis nimmt. Mit Lob wird dann nicht gespart.

Das historische Fechten ist ein „Allkampfsystem“ mit unterschiedlich bewaffneten und unbewaffneten Techniken. Selbst das Werfen eines Hutes, um den Gegner zu blenden, das Treten auf den Fuß oder das Schlagen mit dem Knauf eines Schwertes sind erlaubt. „Selbst der Daumen im Auge ist noch gentlemanlike“, schmunzelt Litschka. „Eine Etage tiefer dagegen ist verpönt.“

Bücher und Schriften zur Fecht- und Kampfkunst von verschiedenen Fechtmeistern gibt es bereits seit dem 13. Jahrhundert. Das historische Fechten umfasst somit gut 500 Jahre europäische Geschichte. Verdrängt wurde der klassische Mann-zu-Mann-Kampf, bei dem Kraft, Geschick und Können zählten, vom Schwarzpulver-Waffen, die sich immer mehr verbreiteten.

Nachdem im 19. Jahrhundert das historische Fechten bei den aufgeklärten Bürgern nicht mehr ein vogue war, erlebt es mit begeisterten Kämpfern wie Ingo Litschka eine Renaissance. Mittels alter



Schwarzer Ritter: Dank echter Kerle wie Ingo Litschka erfährt das historische Fechten eine Renaissance.

FOTO: PRIVAT

## Training für Körper und Geist

Im mittelalterlichen Fechten wurde **eine Hut** als Grund- oder Basisstellung bezeichnet. Je nach Lehrwerk gibt es unterschiedliche Ausführungen (etwa unterem Arm, rechte Schulter, linke Schulter, Haupt, rechte Seite, Brust, gestreckte Spitze). Die **Huten** bilden zusammen mit den **Hieben** die Säulen des historischen Schwertkampfes. Beim Fechten mit dem Langschwert werden die Bewegungen von einer Hut zur anderen ausgeführt. Die hier gelehrt Techniken gehen auf die **Handschrift Sigmund Ringecks** und anderer Meister aus dem 14. und 15. Jahrhundert zurück. Sie trainieren nicht nur die **Körperbeherrschung**, den Geist, die Kondition, die Toleranz und die Beweglichkeit, sondern lehren auch das Erkennen der eigenen Kampfmoralität und das Kampfgebaren der Gegner. Historische **Fechttechniken** werden auch Spiele genannt, denn sie machen einfach unglaublich viel Spaß. [www.fecht-hut.de](http://www.fecht-hut.de)

historischer Quellen in Form von Schriften und Büchern wird die ursprüngliche Kampfkunst rekonstruiert.

Der Pforzheimer kam vor zehn Jahren durch einen Fantasyfilm zum Fechten. „Was die machen, kann ich doch auch, dachte ich damals“, erzählt der 44-Jährige. Er ging auf die Suche nach den Wurzeln und der Substanz dieser Kampfkunst. Einen „sehr geduldigen“ Lehrmeister und Mentor fand er in Walter Neubauer von „Ochs München“, einem Verein für historisches Fechten. Das westliche Kampfsystem ist reichhaltiger und effizienter, als ich dachte“, stellte der Recke bei seiner Suche fest. „Vor allem war ich nicht auf die Fülle an Techniken, Tricks und Waffen gefasst.“

Mit den passenden Trainingswaffen wird er von Walter Neubauer aus Bayreuth beliefert. Der Schwertkünstler kämpft nicht nur, sondern stellt auch die schlagkräftigen Requisiten her, mit denen er die heimischen sowie die Salzburger Festspiele versorgt. Wenn Litschka nicht das Schwert schwingt, dann den Pinsel. Auch ein edler Recke muss seine Brötchen verdienen. So absolvierte er – nach dem Studium der Theologie in Stuttgart

sowie der Philosophie in Karlsruhe – ein Fernstudium in Malerei und Grafik. Seither arbeitet der Pforzheimer als freischaffender Künstler. Er stellt konstruktivistische Arbeiten her, die sich mit Schatten beschäftigen und damit spielen. Vergangenes Jahr war er beispielsweise auf der Karlsruher Kunstmesse vertreten.

Neben der Entwicklung seiner freien Kunst arbeitet Litschka auch am Aufbau seiner Fechtsschule „Fecht-Hut“. So ist er zurzeit auf der Suche nach einem größeren Übungsraum. „Allerdings hat der enge Keller den Vorteil, dass die Schüler nicht nach hinten oder seitlich ausweichen können, sondern dem Gegner auf die Pelle rücken müssen“, sagt er. Auch eine Showgruppe mit den Fecht-Kollegen Michael Ramus und Winnie Engber könne er sich vorstellen. Immer häufiger werden ihre Fähigkeiten für Events oder auch Werbefilme nachgefragt. „Das wachsende Interesse übertrifft alle meine Erwartungen“, freut sich der Hüne. Und lässt für einen kurzen Moment erkennen, dass auch ein Kerl wie ein Baum seinen weichen Kern hat.

[www.fecht-hut.de](http://www.fecht-hut.de)  
[www.ingo-art-sword.de](http://www.ingo-art-sword.de)



Historisches Fechten

?

WIR HABEN GEFRAGT:

## Haben Sie ausgefallene Hobbys?



Ewelina Vollmer,  
Handelsfachwirtin  
aus Pforzheim

„Ein richtig außergewöhnliches Hobby habe ich nicht. Aber ich gehe zum Beispiel gern in die Abendschule, denn ich mache innerhalb von zwei Jahren eine Weiterbildung zum Betriebswirt. Der Unterricht findet dreimal wöchentlich statt. Immer wieder lerne ich dort nette Leute kennen. Zusätzlich gehe ich in die Kirche zum Kindergottesdienst. Ich verbringe auch viel Zeit in der Küche, zum Beispiel beim Kochen oder Backen. Um so richtig Spaß haben zu können, treffe ich mich regelmäßig mit meinen Freunden.“



Petra Schattauer,  
Hausfrau  
aus Mönshheim

„Mein Lieblingshobby ist Skifahren. Seit mindestens 30 Jahren fahre ich einmal pro Saison in ein Skigebiet. Entweder fahre ich mit meiner Familie nach Österreich oder nach Italien. Unsere Reise dauert im Durchschnitt eine Woche. Im Sommer komme ich mit diesem Hobby natürlich nicht weit. Dann fahre ich überwiegend Fahrrad. Zweimal in der Woche tobe ich mich für ungefähr zwei bis drei Stunden an den Pedalen aus. In dieser Zeit gelingt es mir, so richtig weit weg von meinem Zuhause zu radeln.“



Silke Rieger,  
Hauswirtschafterin  
aus Serres

„Mein außergewöhnlichstes Hobby ist das Kartenlegen. Das mache ich schon seit vier Jahren. Es macht mir großen Spaß, deshalb lege ich mir selbst jeden Tag die Karten. Wenn ich mich mit meinen Freundinnen bei mir zu Hause treffe, lege ich auch ihnen die Karten. Außerdem gehe ich gerne schwimmen – dreimal wöchentlich für eine halbe Stunde. Ich mag einfach das Wasser um mich herum. Kochen und Backen zählen auch zu meinen Hobbys. Sie sind allerdings nicht so außergewöhnlich wie das Kartenlegen.“



Siegfried Brock,  
Rentner  
aus Birkenfeld

„Ich habe mehrere außergewöhnliche Hobbys. Zum Beispiel fotografiere ich schon seit 64 Jahren. Besonders gern mache ich Fotos von der Landschaft und von Eisenbahnen. Ich liebe Dampflok! Ich fotografiere nicht nur die kleinen Eisenbahnmodelle, sondern auch die echten, großen Eisenbahnen. Ich unternehme auch gerne die eine oder andere Reise und habe schon fast alle Länder Europas besucht. Das erlaube ich mir allerdings nur einmal im Jahr. Am liebsten verreise ich gemeinsam mit meiner Frau.“



Elena Udodovskaya,  
Lehrkraft  
aus Pforzheim

„Ich sammle Magnete aus allen Städten, die ich jemals bereist habe. Ich reise so oft wie möglich und war schon an vielen verschiedenen Orten – in fast ganz Europa. Meistens verreise ich ein paar Tage bis hin zu einer ganzen Woche. In meiner Sammlung habe ich schon fast 100 Magnete. Außerdem lese ich gern in meiner Freizeit – täglich etwa eine Stunde. Lesen macht mir einfach großen Spaß und das schon seit 50 Jahren, quasi seit ich das Alphabet gelernt habe.“ [pik](http://pik)