



FÆGTNING for voksne



INTROKURSUS på kårde Efterår '25

Lær og træen fægtning 6 gange for 395kr

Onsdage kl. 19-21 fra 22.10. til 26.11.

Kan du ikke nå at fægte med, så har vi kursusforløb igen i vinteren 2026.

Tilmelding

Mail til info@hellerupfaegteklub.dk
Skriv "Introkursus" i emnefeltet. Oplys
fornavn, efternavn, alder samt
telefonnummer.

Sidste tilmeldingsfrist: 16.10.

Betaling med kreditkort – kr. 395

Vi sender et betalingslink til dig kort inden
din første træningsaften. Du kan kun
deltage på kurset, hvis du har forudbetalt
inden 1. kursusaften. Beløbet refunderes
ikke efter kursusstart.

Efter kurset bestemmer du selv, om du vil
blive medlem og fægte videre på vores
voksenhold: Mandag-torsdag kl. 19-21.

Til introkurset i HFK kan DU

- ✓ **Prøve at gå til noget unikt**
- ✓ **Udleve din musketérdrøm**
- ✓ **Fægte kårde fra 1. kursusaften**
- ✓ **Blive grundigt introduceret til fægtning**
- ✓ **Dyrke en kampsport uden fysisk kontakt**
- ✓ **Komme i form, mens du øver basal fægteteknik**
- ✓ **Have det sjovt, mens du lærer og udvikler dig**

**Kurset afholdes på vores atmosfærefyldte fægtesal
på Strandparksvej 46, 2900 Hellerup**

Det eneste, du behøver at medbringe, er: Lange træningsbukser, t-shirt, indendørs sportssko samt håndklæde til eventuel badning. Du kommer til at svede af at fægte.



Typiske spørgsmål

Er jeg god nok? Ja, kurset er et
introduktionskursus for begyndere. Alle
deltagere er begyndere.

Skal jeg være i god form for at starte? Nej,
men du kommer det af at fægte.

Er jeg for gammel? Nej, forløbet er
tilpasset voksne motionister.

Skal jeg selv have fægteudstyr? Nej, som
kursist låner du udstyr af klubben.

Er det farligt? Nej, vi låner dig
sikkerhedsudstyr og instruerer i sikkerhed.

Kontakt: 3962 3111 – Tast 1

www.hellerupfaegteklub.dk