



# LINKÖPINGS FÄKTKLUBB

## Fäktning –en vass upplevelse!

Linköpings Fäktklubb (LFK) anordnar vassa upplevelser för

- företag och andra organisationer
- möhippor och svensxor
- födelsedagsbarn (vuxna och barn)

Fäktning är en rolig aktivitet, där deltagarna under trevliga förhållanden får pröva på att fäkta med allt vad det innebär. I fäktning krävs såväl snabbhet som kondition och styrka, men man fäktar lika mycket med hjärnan som med kroppen. Det betyder att det inte nödvändigtvis är den som är i bäst fysisk form som är den bästa fäktaren...

Koncentrationsförmåga, taktiskt tänkande och flexibilitet är lika viktiga egenskaper! Fäktning är också en utmärkt träningsform för att öva just dessa förmågor.

Vid våra aktiviteter börjar vi med att låta er bekanta er med vapnen och annan utrustning under sakkunnig ledning. Därefter får ni en grundläggande, praktisk genomgång i fäktingens bastekniker (steg och stötar). Sedan är det dags att prova att fäkta på riktigt med elektrisk stötmarkering, precis som man gör i fäkttävlingar. Om ni vill kan vi arrangera en enklare tävling där vi korar vi en vinnare, annars ägnas tiden åt att låta samtliga deltagare få pröva på hur det känns att fäkta med varandra under realistiska förhållanden!

Vi tillhandahåller fullständig fäktutrustning för samtliga deltagare. Det enda ni behöver ta med er är långa träningsbyxor, gymnastikskor för inomhusbruk samt en vattenflaska. På omstående sida finner du all information du behöver. Kontakta oss idag för att diskutera hur vi på bästa sätt kan ordna en aktivitet för er grupp!

Hör av dig till oss via mejl: [eventbokning@linkopingsfaktklubb.se](mailto:eventbokning@linkopingsfaktklubb.se)!

Välkommen!

/Linköpings Fäktklubb

## Aktiviteter för vuxna

För aktiviteter där deltagarna är vuxna gäller följande.

<u>Antal deltagare</u>	<u>Pris</u>	<u>Tid för aktiviteten</u>
1-6 personer	2 900 kr	ca 1 tim 45 min-2 tim
per person därutöver	350 kr	ca 2 tim-2 tim 30 min

Max antal deltagare är 14 personer

Om ni önskar förlägga aktiviteten under en vardagskväll tillkommer 500 kr per träning som vi i så fall ställer in.

Om ni önskar använda vår bastu i samband med arrangemanget tillkommer en avgift om 500 kr (max en timmes bastubad).

Om er förfrågan gäller ett datum inom 7 dagar från att ni kontaktar oss tillkommer 500 kr. Antalet deltagare skall meddelas till vår eventansvarige senast 7 dagar före eventet. Vid avbokning senare än 10 dagar före eventet debiteras ni 50 procent av summan för eventet.

Vår lokal ligger på Furirgatan 21 (T1) i centrala Linköping. Vi har omklädningsrum (för damer resp. herrar) med bastu som det är möjligt att utnyttja i samband med arrangemanget. I närområdet finns en trevlig pizzeria med fullständiga rättigheter.

## Aktiviteter för större grupper

Vi ordnar också aktiviteter för större grupper på förfrågan. Eftersom max 14 personer kan fäkta samtidigt delar vi i sådana fall upp gruppen och ordnar en separat utomhusaktivitet för den grupp som för tillfället inte vistas i fäktsalen.

## Aktiviteter för barn

För födelsedagsaktiviteter för barn gäller följande.

<u>Antal deltagare</u>	<u>Pris</u>	<u>Tid för aktiviteten</u>
max 12 personer	1 300 kr	1 tim 45 min

Minimiålder 6 år

### **Regler för LFKs aktiviteter**

Avgiften för aktiviteten betalas via faktura om inget annat överenskommit. Betalningsvillkor 10 dagar. Instruktioner från av LFK utsedd ledare skall ovillkorligen respekteras. Fäktning är en i all västenligt ofarlig sport under förutsättning att angivna instruktioner följs. Utrustningen är dock dyr och relativt känslig, varför det är viktigt att den behandlas korrekt. Vid uppenbar ovarsamhet eller medveten skadegörelse (gäller utrustning såväl som lokaler) kommer ersättning att krävas. Om någon deltagare inte respekterar de instruktioner som ges har den av LFK utsedd ledaren rätt att stoppa aktiviteten. Nykterhet är ett absolut krav ur säkerhetshänseende. Om av LFK utsedd ledare gör bedömningen att någon i ett sällskap är onykt kommer denna person inte att tillåtas att fäkta. Även om så sker är deltagarna i en aktivitet skyldiga att erlägga den överenskomna avgiften för aktiviteten. Vid utebliven betalning lämnas ärendet till kronofogden.