



FÖRENINGEN FÖR FÄKTKONSTENS FRÄMJANDE

NYHETSBREV april 2024

FFF vänner!

I det här nyhetsbrevet får vi en intervju med Neolie Lippert som började träna med klubben i vintras, som berättar om hur det var att tävla på EM. Information om Mullsjölägret och årsmötet har vi med, och så klart en rapport från Fillol. Men först börjar vi med en bostadsannons!

Bostad sökes!

FFF behöver hjälp att hitta en lägenhet för två unga medlemmar som flyttar till Stockholm från annan ort. De ska studera på högskola och gymnasium och träna på klubben för elitsatsning. Ordningsamma och ansvarstagande är de bra hyresgäster, har du eller någon du känner en lägenhet att hyra ut? Hör av dig till: info@fff-faktning.se

Årsmöte

Påminnelse: kom ihåg årsmötet den 10 april kl. 19:00 i fäktsalen. I det här mailet är kallelsen bifogad.

Mullsjölägret

Lägret är FFF's barn-och ungdomsläger som hålls 7-10 augusti. Mullsjö ligger i Västergötland och klubben ordnar bussresa fram och tillbaka. Sista anmälningdagen är 19 april. Ett omfattande informationsmail har gått ut till föräldrar, om du har frågor hör av dig till: fff.ungdomssektion@gmail.com

Sophie vann Fillol

Det blev FFF-seger i årets upplaga av klubbens stora tävling Challenge Eugène Fillol. Sophie Engdahl vann damklassen. Ian Bäckström fick pris som bästa herrjunior, och Engla Sennerlin Holm, Chapman, blev bästa damjunior. I herrklassen vann Jonathan Svensson, DIF, över Linus Islas Flygare, Uppsala. I årets upplaga tävlade 79 herrar (varav 23 från FFF) och 41 damer (varav 13 från FFF). Finalerna finns på [YouTube](#) och resultatlistan finns [här](#).

Medaljregn över FFF i SM

FFF tog hem fem medaljer när årets svenska mästerskap avgjordes i Luleå. Det inleddes av ett guld i sabeln av Philip Walenius och följdes upp av damerna där blev Louise Ulltjärn silvermedaljör (vann gjorde Moa Maaninka), Sophie Engdahl och Linnea Eriksson fick varsitt brons. Tävlingen avslutades på bästa tänkbara sätt med att Ian Bäckström blev svensk mästare i herrvärja. Finalerna sändes på SVT och går att se [här](#). Fullständiga resultatlistan finns [här](#).

Nyhetsbrevets intervju

I denna månads nyhetsbrev har Anna Wallström, universitetsstudent och sabelfäktande motionär, träffat Neolie Lippert, 16 år, för en intervju om träning och tävling.

När började du fäkta? Jag började fäkta någonstans kring 2019, så det är fyra-fem år som jag har fäktat nu.

Var började du någonstans?

Från allra första början så började jag på Lidingö Fäktklubb, och så flyttade jag den 24e november 2023 till FFF.

Har du fäktat något annat vapen än värja?

Jag har fäktat värja hela tiden.

Då måste jag ju fråga, är du intresserad av att fäkta någon av de andra vapnen?

Jag ska köra florett på USM, men jag har inte tänkt att byta! Jag trivs med värja.

Du var med i kadettlandslagstruppen för EM, hur fungerar den processen?

För att bli uttagen till EM så är det svensk ranking, och då har Svenska Fäktförbundet bestämt vilka tävlingar och hur mycket rankingpoäng dom ska ge, som man sen bara räknar ihop. De som har då gjort bäst resultat på de olika tävlingarna kommer då högst upp i rankingen, och då är det att de fyra bästa enligt rankingen får åka på EM.

EM var i slutet av februari, hur kändes det att tävla där?

Det här är mitt andra EM nu, och det är alltid så stort. Det är ju det bästa, det är min favorittävling! Det är så mycket som händer och allting är så professionellt arrangerat också - det är appar som man behöver ladda ner med vapenkontroll och allting, och så får man ackreditering, som är som en liten lapp där det är en bild på en med namn och så.

Wow, vad mycket! Hur gick det i EM? Är du nöjd?

Jaa. Förra året så gick jag inte vidare efter poulén, men i år så körde jag en tablå 64, och det är jag väldigt nöjd över. Jag hade inte riktigt några förväntningar i och med att jag precis bytte klubb, så jag är bara glad att ha kört på och fått fäkta.

Hur var det att faktiskt fäkta? Vad gick genom huvudet när du stod på pisten?

Oj, ja... Det som var, var ju att jag har så många kompisar inom den internationella fäktningen och så, så jag var faktiskt väldigt mycket med mina kompisar och bara försökte ha kul under hela tävlingen, och inte sätta för mycket press på mig. Det är klart att det var väldigt nervöst, och jag vet att alla fäktarna där är väldigt duktiga. På EM är det ju bara duktiga som har kvalat, så det var lite spännande.

Har du några fler stora tävlingar som du siktar på?

Nu så kommer ju SM och allting, men jag tror inte att jag kör så mycket internationellt nu det här halvåret. Men när säsongen startar, då tänker jag nog köra några JWCs [juniorvärldscuper] nu när jag precis blir junior. Och sen såklart alla uttagningstävlingar.

Toppen. Nu lite mentalt, hur brukar du tänka eller agera om du är i en match och den inte går bra?

Jag har faktiskt haft väldigt mycket med det, i och med att först när jag började fäkta så spelade det inte riktigt någon roll om jag vinner eller förlorar, och det var min styrka, men nu när jag satsar mer så blir det också mer stress. Någonting som jag gör är att jag har börjat med meditation nu på sistone, så jag försöker släppa mina tankar om hur det går på matchen och istället bara "vara i nuet". Fokusera på distans, fokusera på det jag behöver fokusera på för att lyckas med det jag försöker göra.

Har du alltid gillat att tävla?

Ja! Jag har sån vinnarskalle. Jag får så mycket adrenalin av att bara tävla, det är ju det bästa som finns att liksom överlista någon.

Så värja passar väldigt bra! Hur går det ihop, att ha mycket vinnarskalle men ändå känna att "det är okej om jag inte gör bra ifrån mig"?

Det är klart att det är väldigt svårt och det är klart att man har varit väldigt sur när man har förlorat. Men jag känner att på något sätt måste jag, i matchen, släppa det och tänka att om det är någonting så hanterar jag det sen, liksom skjuta fram det till efter matchen. Då kan man ta ut sin ilska, eller så går det bra! Och då kan man istället tänka "varför tänkte jag ens bli ledsen för det?". Sen har jag också handrörelser som jag gör, som att jag, i matchen, öppnar handen eller drar handen åt sidan för att tänka för mig själv "nu släpper jag det här".

Avslutningsvis, vill du hälsa något till de andra medlemmarna på FFF?

Oj, i nyhetsbrevet? Det här är ju stort! Jag skulle vilja hälsa att jag är väldigt tacksam för att ha kommit till en klubb som är så varm, och med så engagerade och verkligen duktiga tränare som vill mitt bästa.

Det var en bra avslutning. Då får jag säga tack så mycket!

Vi ses på årsmötet! /Redaktionen

Kallelse till årsmöte i Föreningen för Fäktkonstens Främjande

Datum: torsdagen den 10 april 2024
Tid: klockan 19.00
Plats: Fäktsalen

Vid ordinarie årsmöte skall följande ärenden förekomma:

1. Upprop och vid behov fastställande av röstlängd.
2. Fastställande av föredragningslista för mötet.
3. Fråga om mötets behöriga utlysande.
4. Val av ordförande för mötet.
5. Val av sekreterare för mötet.
6. Val av två justeringsmän samt erforderligt antal rösträknare.
7. Styrelsens verksamhetsberättelse för verksamhetsåret.
8. Revisionsberättelse för samma tid.
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen omfattar.
10. Val på ett år av styrelsens ordförande.
11. Val på två år av övriga styrelseledamöter med hälften vid innevarande ordinarie årsmöte och hälften vid det därpå följande.
12. Fyllnadsval för avgångna styrelseledamöter.
13. Val på ett år av två suppleanter i styrelsen.
14. Val på ett år av två revisorer och en revisorssuppleant.
15. Val av valberedning.
16. Val av ordförande i valberedningen.
17. Fastställande av budget för det inleda verksamhetsåret.
18. Fastställande av årsavgift.
19. Behandling av ärenden som styrelsen hänskjutit till årsmötet.
20. Behandling av ärenden som inlämnats av röstberättigad medlem senast fyra veckor före årsmötet.
21. Ev. val av hedersledamöter.
22. Ev. beslut om hederstecken.
23. Övriga frågor