

## Les 02 week 03: 14 januari 2020

**Wedstrijdkalender:** Zie ook prikbord

18-01: JPT: Sporthal de Vlinder, Hollandseweg 7, 6706KN, Wageningen

25-01: Sporthallen Zuid, Burgerweeshuispad 54, 1076 EP Amsterdam. 02-02: 09-02:

02-02: Oliebollen-toernooi: Lijnbaanhallen, Baanstraat 4, Vlaardingen

09-02: Randstad-4e Hofstadtoernooi: Sporthal Gaslaan, Gaslaan 200, 2565 LN, Den Haag

15 en 16 - 02: NK Veteranen, SchermCentrum Noord, Van der Hoopstraat 6, 9716JM Groningen

15-02: JPT, Sporthal Zuilen, Burgemeester Norbruislaan 680, 3555EZ Utrecht

23-02: 7th Recreational Delftse Tegeltjes Team Tournament, sabel individueel en equipe, X TU Delft, Mekelweg 8, 2628CD,

**WU:** Pionnen-voetbal

**Floret:**

**Het verschil tussen de remise en de contra-riposte**

**Contra-riposte:**

- Direct op tempo, (Temps d'escrime)
- Indirect
- Vertraagd met schijn-actie om de tegenstander het wapen te laten terug trekken.

**Remises:** (Wat is een remise?).

- Aanval met onmiddellijke remise 'en cavant'.
- Bij het loslaten van de tegenstander van jouw ijzer
- Bij het uitblijven van een onmiddellijke riposte (Temps perdu).

**Sabel:**

**Open lijnen herkennen**

De offensieve actie begint met de kom-draaiing naar voren.

Bepaal de lijnen als volgt:

- laat het wapen naar beneden zakken vanuit wering 5 positie: Geeft houw-kop.
- schuine handhouding 1 met elleboog omhoog: Geeft houw-flank
- met wapen iets hoger vanuit stelling: Geeft houw-buik

Eerst vanuit uitvals-afstand en hierna in de aanval.

Vanuit deze oefening gaan we naar de samengestelde indirecte aanval.

**Degen:**

**Actie-volgorde** bij degen wordt beoefend:

1. arrêt (tegenaanval)
2. indirecte arrêt
3. parade-riposte / lijnsluitend steken
4. hervatting (remise, reprise, redoublement)
5. aanval

