

Les 08 week 09: 03 maart 2020



Wedstrijdkalender: Zie ook prikbord

23-02: 7th Recreational Delftse Tegeltjes Team Tournament, sabel en degen.

Individueel en equipe, X TU Delft, Mekelweg 8, 2628CD, (Evaluatie)

7 en 8-03: 1e En Cavant Schermtoernooi: Sporthal De Seinpaal, Harlingenlaan 23, 1131 JP Volendam. Zie prikbord: Kuikens en pupillen op zaterdag, etc.

15-03: 2de Ferrum Vetus + Futuri: (S/D/F)Sportzaal Olympus College, Olympus 11, 6832 EL Arnhem. (Hugo Jan Dulfer staat voor 2019 op de 16e plaats van Nederland)

21-03: JPT: Sporthal Naestenbest, Beatrixlaan 27, 5684 GJ Best

WU:

Floret:

'Dominant Weren' : Je wordt dan met je wering de baas over het wapen van de ander.

Daarin valt heel veel te zeggen maar vooral ook te doen. We moeten leren dat de uitvoering van een parade 'offensief' is oftewel aanvallend! Ik mocht dit onderwerp

doornemen in mijn opleiding met Jeroen Divendal. Zie: <https://www.youtube.com/watch?v=9FRByIs2CFY&sns=em>

We oefenen eerst in 2-tallen op raak-afstand waarin de verschillende vlakken worden bedreigt en we letten goed op de hoek die de kling maakt bij de wering: ongeveer 40°. Het gaat hierna om het kunnen plaatsen van de riposte dus de wering wordt gemaakt met het naar voren neigen van de romp i.p.v. achterwaarts. Hierna parade op de uitval als aanval.

Sabel:

[Zie hier](#) van links naar rechts Saron Mitchell en Samar Skeete. Door op 1/4 snelheid af te spelen zie je dat Saron zijn arm in de aanval beter strekt als beide gelijktijdig lijken te vertrekken wat hem uiteindelijk op de stand 8 - 5 brengt. Of hij ook wint? Kijken!

Oefening: De Contre Temps ter vermindering van Coup Double na 'trekt': 1.: Val gezamenlijk uit en let op de arm! 'action simultanée' 2.: Nu brengen we de 'contre temps' in.

Degen:

Als we weten dat een aanval eerder nadelig is dan het verdedigen: wat gaan we doen?

Antw.: Uitlokken. Vraag hoe? Antw.: 1.: Invite, 2.: Schijn-aanval.

Als de aanval komt hoe ga ik reageren?: Antw. 1.: Arrêt, 2.: Samengestelde arrêt, 3.:

Tegenstellen, 4.: Toegeven. Alle steken zijn spersteken: dus doubles voorkomen!

Oefeningen met 2-tallen:

Invite: Diverse aanvallen tegenstander; hoog, laag, 4, 6 waarop de tegenaanval.



Voor iedereen: En....weten we het nog? Wat betekenen onderstaande inkepingen?

1 = Maximale indruk afstand degen en floret zònder contact,

2 = minimale afstand degen zonder indruk,

3 = Sabel: de omgebogen punt mag zijwaarts niet door de inkeping gaan,

4 = Sabel: de dikte van het plat van de kling mag hier niet in passen en wordt vlak onder de omgebogen punt gemeten,

5 = Sabel: de omgebogen punt moet zijwaarts door de inkeping gaan.