

### Les 16 dd.22 mei 2018

- 18 mei JPT Baarn. Deelnemers: Flores en Quinten. Een verslag.
- 19 en 20-05-2018: Schermtoernooi Alkmaar LUDUS ET GLADIUS 2018 / Deelnemers Lars en Lucas. Een verslag.
- 26 mei: Prinsenstad Toernooi: Sporthal Buitenhof Delft, Duke Ellingtonstraat 2, Delft.
- 27-05-2018: Senioren Degen. 30e JALEMA Vlaaiientoernooi Venlo 2018. Sportcentrum de Berckt, Hoogenkamp 10, 5991 LA Baarlo
- 02 en 03-06-2018: NJK 2017/2018. Benjamins t/m junioren. Gemeentelijk Sportcentrum Breda, Topaasstraat 13, 4817 HA Breda
- 10-06-2018: Trefpunt Club-kampioenschappen. Komt allen! Thorbeckestraat
- 16-06-2018: JPT. Sporthal de Triangel, Griffdijk Noord 9B, 6663 AA Lent, Gelderland
- 17-06-2018: Randstadtoernooi 2017-2018: Locatie?
- 23 en 24-06-2018: Senioren NK Equipe. MFSA De Beuk, Van IJsendijkstraat 365, 1442LB Purmerend
- 10-07-2018: Laatste schermavond voor de Zomervakantie tot 28-08-2018.

#### Warming up:

#### Floret:

##### Thema: Dominant weren.

Vorige week is het voetenwerk behandeld zowel voor de aanval als de verdediging.

Nu gaan we de verdediging ofwel de parade nader bekijken.

Eerst de vraag: 'Wat zijn de bedoelingen van een parade?'

Antwoorden: Het voorkomen van een treffer en daarmee jezelf in een positie brengen om een tegenstander te kunnen raken.

Aan dit laatste moeten we toch wat meer werken gezien de ervaringen op de toernooien.

*We moeten leren dat de uitvoering  
van een parade offensief is*

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

Als je verkeerd weert; met een te vlak wapen of een kring 6 als je in vier wordt bedreigt enz., dan is het gevolg meestal dat je wordt geraakt. Bijvoorbeeld heeft een te vlak wapen geen kracht oftewel dominantie plus dat de scheidsrechter dit altijd als een wering hoeft te beschouwen omdat je snel op het sterk van de tegenstander terecht komt.

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.

#### 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!

**Sabel:**

Herhaling van de 'banderole': [The Manuel d'escrime of 1877](#): The cut to the chest (coup de banderole) is performed with a circular cut to the left rear, straightening the arm, and arresting the sabre at the level of the shoulder, with the cutting edge aimed forward in such a way that the cut is directed diagonally from right to left.

**De banderole** volgt de weg van een schouderjerp. Bij rechts tegenover rechts van de linker schouder naar de rechter heup en bij links tegenover links van de rechter schouder naar de linker heup. Bij links tegenover rechts komt deze aanval op de flank. Denk aan een 'streckende kring 3'. De banderole kan worden toegepast als indirecte aanval. Zie het voorbeeld van de link hiervoor. Met name als de parade 5 kan worden uitgelokt is het gehele gebied er onder 'vrij' om te raken. Omdat de uitvoering ook op een zweeps slag lijkt wordt deze ook wel 'a sweeping hit' genoemd. Let op: bij links tegenover rechts kan deze slag bij onzorgvuldigheid pijnlijk op de elleboog terecht komen. Ook het strekken in de kring 3 beweging is niet gemakkelijk en wordt daarom eerst in stilstand geoefend.

Tegenover elkaar:

- Stilstand op raak - afstand. Stelling - aanval houw kop - tegenstander naar 5: banderole
- Beweging: Stelling - Aanval houw kop - Voltooi deze beweging op de tegenstander die niet verder naar achter gaat en in stelling gaat voor de verdediging. In de aanval - voltooiing gaat de tegenstander naar 5 en eindigen wij met de banderole. De aandacht in deze oefening ligt
- 1: op de techniek van het achterwaarts gaan: of: 'de achterwaartse uitval', dus het strekken van het achterste been met afzet van het voorste been. Deze snel bijtrekken en herhalen. Of kruispasjes achterwaarts. De aanvaller volgt en hoeft niet in te halen!
- 2: de techniek van de voltooiing van de aanval. Deze wordt pas indirect in de finale, op de parade 5 van de tegenstander. Deze banderole wordt dus gemaakt het liefst vóór de voorste voet de grond raakt of, als laatste moment, tijdens.

