

Les 22: 2 juli 2018

- 10-07-2018: Laatste schermavond voor de Zomervakantie tot 28-08-2018. Deze les is Ouder - begeleider - vriend - vriendin - familie - enz. -schermen. Neem dus iemand mee. Twee meenemen mag ook!

WU:

Onderwerp: Welke handhouding (HH) neemt mijn tegenstander aan en welke positie kies ik?

Floret:

We staan op raakafstand van de tegenstander.

De oefening gaat beurtelings in pas VW - uitval en de tegenstander maakt 2 passen AW met de 2e pas op lengte!

De arm 'is strekkende' van de aanval met een pas VW.

De tegenstander maakt pas AW en reageert met een parade: kring 6, gaat naar 4 of 8 afhankelijk van de gekozen aanvalsrichting.

Tijdens de uitval verandert de aanvaller de richting (indirect) en treft omdat de verdediger op zijn 2e pas AW de gekozen wering handhaaft.

Variatie 1: de tegenstander weert wel of niet.

Variatie 2: de tegenstander kiest zijn verdediging tijdens de uitval van de tegenstander.

Sabel:

We staan op raakafstand van de tegenstander.

De oefening gaat beurtelings in pas VW - uitval en de tegenstander maakt 2 passen AW met de 2e pas op lengte!

De arm 'is strekkende' van de aanval met een pas VW.

De tegenstander maakt pas AW en reageert met een parade: kring 3, gaat naar 4, 5 of 2 afhankelijk van de gekozen aanvalsrichting.

Tijdens de uitval verandert de aanvaller de richting (indirect) en treft omdat de verdediger op zijn 2e pas AW de gekozen wering handhaaft.

Variatie 1: de tegenstander weert wel of niet.

Variatie 2: de tegenstander kiest zijn verdediging tijdens de uitval van de tegenstander.

Degen:

We staan op raakafstand van de tegenstander.

De arm strekt van de aanval met een pas VW

De tegenstander maakt aan het begin van de 2e pas een voorsteek afhankelijk van de gekozen aanvalsrichting, onder, boven, buiten of binnenzijde van de arm.

Vervolgens wisselen de rollen. Bij degen wordt dus steeds de aanvaller getroffen!

Let op: geen schijnen, geen voorbereidende bewegingen!!

Eindoefening: met een streep op de vloer wordt door de aanvaller de afstand tot de streep bepaald van de verdediger. Vervolgens passen VW-uitval. Op de streep wordt een HH aangenomen waarop de verdediger weer de voorsteek maakt c.q. arretteerd.

Variatie: De contre temps: De aanvaller komt naar voren en op de voorsteek wordt het ijzer genomen waarop de aanval wordt voltooid. (elke actie op een arrêt is een contre temps).

