

## Les 25 week 37: 10 september 2019

### Agenda:

Zaterdag 21 september: [JPT](#): Sportcentrum van de Universiteit van Tilburg, gebouw Z, Academielaan 5, 5037 ET

Zaterdag 21 september: [SV Valiant](#): Alle categorieën en leeftijden op floret. Degen en Sabel vanaf Cadetten.Sporthal

Het Anker, Voorsterweg 36, 8042 AD Zwolle.

Zondag 22 september: [32e INTERNATIONALE KONING WILLEM II DEGENTOERNOOI](#): Sportcentrum van de Universiteit Tilburg, gebouw Z Academielaan 5, 037 ET Tilburg

Zaterdag 5 oktober: [Recreatief toernooi studenten alle wapens](#): HocHabet: Studentensportcentrum, Onze Lieve Vrouwestraat 1,5612 AW, Eindhoven.

### WU:

Schermoefeningen op muziek.

### Floret groep 1 en 2:

Elektrisch en mechanisch partij-schermen o.l.v. Elkaar en meer gevorderde schermers. Hierdoor komt er tijd vrij voor de individuele les.

Aandacht voor de slag coupé hoog en -laag als aanval en als parade riposte. Speciale aandacht voor parade 7 met coupé.

### Sabel:

Oefenen in stilstand en later in beweging.

Aanvallen en verdedigen: De dubbele wering: 1: Bij derobement (ontwijking) 2: bij een schijn-aanval.

ad.1.: Ik neem de aanval met slag ijzer. Bij een ontwijking vindt ik op die slag geen ijzer door de ontwijking en dan zal een volgende wering nodig zijn.

Ad.2.: Mijn tegenstander valt aan met een schijn. Als ik dit doorzie kan ik een schijn-parade maken om mijn tegenstander te doen geloven dat ik bij voorbaat al reageer op die schijn. Vervolgens ben ik dan eerder in de juiste wering.

### Degen:

Oefening 1: Het belang van het heffen van de kom na kring 6 voor parade - riposte

Oefening 2: Parade hoog zeven: het oppakken van het ijzer [zie link](#).. Eerst vanuit stelling. Daarna rustig in beweging. Eenmaal goed dan de snelheid verhogen. Hierna volgt altijd weer de remise!

