

Les 9 week 11 8 maart 2016

Agenda:

- **06-03-2016:** Nederlands Studentenkampioenschap (Eventueel Floor degen en Amy sabel Sportcentrum TU Delft, Mekelweg 8, 2628 CD Delft.
- **13-03-2016:** Ferrum Vetum - 2: Scaramouche Olympus 11, 6832 EL Arnhem.
- **19-03-2016:** JPT: Sporthal 'De Peppel' Peppelensteeg 1a, Ede Gelderland

Opwarming:

Schermoefeningen op muziek - ritme, alle groepen.

Floret:

Deze keer een aanbeveling om de volgende partij te bekijken: Lei (China) tegen Abouelkassam (Egypte). [Deze wedstrijd](#) is uit de Olympische spelen van London 2012. Op de stand 2 - 4 in het voordeel van Lei kan je doorspoelen naar 13 minuten i.v.m. de 10 minuten blessure tijd. Merk op dat geen enkele aanval wordt gemaakt met een gestrekte arm. De arm wordt gestrekt in de verdediging om de tegenstander te storen. Als Lei de aanval maakt is zijn 'zicht-strekkende-arm' met het wapen laag. Abouelkassam houdt de arm zelfs terug gebogen voor zijn lichaam. Eerder in de partij had Lei al een gele kaart gehad en bij het indraaien op een te korte afstand komt zijn ongeldige arm voor het geldig trefvlak waardoor hij rood kreeg. Daarom veranderde de stand van 7 - 10 in 8 - 9 Deze partij is spannend tot op het laatst. Ook zien we de ontwijkingen terwijl er gestoken wordt. De stand van 9 - 10 instaat door een passata sotto en 13 - 11 door en in quartata. Een partij waar je veel van kunt leren. O.m. weert Lei dicht bij zijn lichaam en Abouelkassam weert meer van zich af waardoor hij ook eerder getroffen wordt. Kortom: kijken!

Vandaag elektrisch partij schermen voor diegenen met materiaal. De groep zonder materiaal schermt mechanisch. Indien mogelijk wordt er individueel les gegeven.

Sabel:

Ook hier een aanrader om [de volgende partij](#) te bekijken tussen Natanzon (USA) en Kovalev (Rus). Als Kovalev zijn enkel zwikt is het beter even door te spoelen naar 10'30". Kovalev speelt heel slim, weet te variëren en bouwt 'rustig' een aanval op met de punt laag, dus de kling uit de lijn. Op het moment dat Natanzon zijn wapen wil gaan strekken komt hij zijn tegenstander voor in het nemen van de aanval met de arm. Eigenlijk houdt hij zijn wapen veelal in de 2 - positie van waaruit hij de contre-temps maakt maar ook een arrêt par opposition. Ook voor de verdediging houdt Kovalev zijn wapen weg en geeft achterwaarts slag - parade - riposte zoals bij zijn 9e treffer op 10'55".

Vandaag elektrisch partij schermen en, indien mogelijk, wordt er individueel les gegeven.

Degen:

Onze 'jongere-ouderen' kunnen genieten van [deze partij](#): Ivan Trevejo (Fra) tegen Kovalev Khodus: een 43 - jarige tegen een 28 - jarige. Een prachtige partij met offensief schermen van Ivan. Finale EK 2015. Hier ga je gewoon even voor zitten!

Vandaag elektrisch partij schermen en, indien mogelijk, wordt er individueel les gegeven.

