

Leerlijnen Introductiestadium

1. Degen

Omdat degen een wapen zonder conventies is, is het belangrijk om van in het begin aandacht te hebben voor de positie van de punt ten opzichte van de coquille, de afstand, met inbegrip van de gestrekte arm, en het defensieve element van de coquille.

Techniek	Verplaatsing	Tactiek	
Wapen vastnemen.			
Handhouding 6.			
Salut.			
Houding.			
Ontplooiing arm.	Marche.	Kleine afstand. Buiten afstand blijven.	
	Retraite.	Attaque simple: coup droite.	Parade 6.
		Arrêt.	Parade + retraite.
Handhouding 8.	Fente.	Middellange afstand.	Parade 8.
	Retour en garde.	Engagement 6, 8.	
		Engagement: opposition 6-8	
		Engagement: liément 6-8	
	Passe av/ar	Engagement + marche	
Defensieve handhouding.	Demi-fente	Engagement: pression.	Defensie met coquille
		Attaque simple: dégagé, coupé.	
		Arrêt + opposition 6-8	Actieve defensie (uitlokking)
		Engagement: coulé	Achteruitgaan op de contre-attaque.
Handhouding 4, 7		Treffen en engagements in 4, in 7	Parade 4, 7
		Remise, reprise, redoublement	
	Marche-fente	Grote afstand	
Dosering van de slag: hard, zacht.		Voorbereiding: battement	
		Attaque en contre-attaque en cavant.	

Bijkomend krijgt een beginnend degenschermmer in het introductiestadium de kennis mee rond:

- Opwarming.
- Kledij en materiaal.
- Trefvlak. Geldige treffer.



Vlaamse Schermbond vzw

Boomgaardstraat 22 bus 56
B-2600 Berchem

www.vlaamseschermbond.be
info@vlaamseschermbond.be

tel: +32 (0) 3 286 07 54

KBO 0418.821.452
IBAN BE68 4087 0805 8134

- Belang van de gestrekt arm, ook bij in houding komen.
- Taak van de scheidsrechter.
- Belangrijkste bevelen (en garde, prêts, allez, halte).
- Afmetingen van de piste.
- Het tijdsverloop in een schermwedstrijd.
- Specifieke puntentelling en situaties (gelijke stand in poule, toegevoegde minuut).
- Rol van de assesseur.

2. Floret

Floret is een conventiewapen, daarom is het belangrijk om van in het begin de acties aan te leren met de phrase d'armes in het achterhoofd, met bijzondere aandacht voor de onmiddellijkheid van de riposte, de ontplooiing van de arm, en het kiezen van het juiste moment om te treffen, en het zetten van de treffer voor het beëindigen van de beenbeweging. De wisselingen van de handposities en de punt ten opzichte van de coquille vragen extra oefening.

Techniek	Verplaatsing	Tactiek	
Wapen vastnemen.			
Handhouding 6.			
Salut.			
Houding.			
Ontplooiing arm.	Marche.	Kleine afstand. Buiten afstand blijven.	
Handhouding 4.	Retraite.	Attaque simple: coup droite.	Parade 6-4 + retraite.
		Engagement 6-4.	Riposte immédiate.
		Attaque simple: dégagement.	Belang van de voorbereiding van de aanval.
		Engagement: coulé, pression.	
Développement.	Fente.	Middellange afstand.	Spel oppositie-coöperatie, verdediger achteruit duwen, aanvaller te kort laten vallen.
Handhouding 7-8.	Retour en garde.	Engagement 7-8.	Parade 7-8.
		Engagement: croisé.	
		Engagement: liément.	
	Bond.	Attaque composé: feinte.	
Dosering van de slag: hard, zacht.		Battement + coup droite of dégagement	



Vlaamse Schermbond vzw

Boomgaardstraat 22 bus 56
B-2600 Berchem

www.vlaamsechermbond.be
info@vlaamsechermbond.be

tel: +32 (0) 3 286 07 54

KBO 0418.821.452
IBAN BE68 4087 0805 8134

Bijkomend krijgt een beginnend floretschermer in het introductiestadium de kennis mee rond:

- Opwarming.
- Kledij en materiaal.
- Trefvlak. Geldige treffer.
- Taak van de scheidsrechter.
- Belangrijkste bevelen (en garde, prêts, allez, halte).
- Phrase d'armes.
- Afmetingen van de piste.
- Het tijdsverloop in een schermwedstrijd.

3. Sabel

Sabel is een conventiewapen, daarom is het belangrijk om van in het begin de acties aan te leren met de phrase d'armes in het achterhoofd, met bijzondere aandacht voor de onmiddellijkheid van de riposte, de ontplooiing van de arm, en het kiezen van het juiste moment om te treffen, en het zetten van de treffer voor het beëindigen van de beenbeweging. De wisselingen van de handposities en de punt ten opzichte van de coquille vragen extra oefening.

Techniek	Verplaatsing	Tactiek	
Wapen vastnemen.			
Handhouding 3.			
Salut.			
Houding.			
Ontplooiing arm.	Treffer zetten, ter plaatse.	Kleine afstand. Treffen zonder ijzercontact.	(met laatste 10 cm van het lemmer, slag met vingers niet arm)
	Marche.		Belang van kleine stappen.
	Retraite.	Attaque simple: coup droite.	Parade 3 + retraite.
			Riposte immédiate.
Handhouding 4-5.		Attaque simple: buik, hoofd, flank. Op slag blijven.	Parade 4-5. Retraite met afwachten (voelspriet).
		Engagement.	Parade met de benen. Spel oppositie-coöperatie, verdediger achteruit duwen, aanvallers te kort laten vallen.
	Fente.	Changement d'engagement.	Belang van de voorbereiding van de



Vlaamse Schermbond vzw

Boomgaardstraat 22 bus 56
B-2600 Berchem

www.vlaamseschermbond.be
info@vlaamseschermbond.be

tel: +32 (0) 3 286 07 54

KBO 0418.821.452
IBAN BE68 4087 0805 8134

			aanval, zonder ijzer te zoeken.
Defensieve handhouding.	Retour en garde av/ar	Remise, reprise, redoublement.	Op uitval blijven.
Développement.	Marche-fente.	Attaque composé: feinte.	

Bijkomend krijgt een beginnend sabelschermer in het introductiestadium de kennis mee rond:

- Opwarming.
- Kledij en materiaal.
- Trefvlak. Geldige treffer.
- Taak van de scheidsrechter.
- Belangrijkste bevelen (en garde, prêts, allez, halte).
- Phrase d'armes.
- Afmetingen van de piste.
- Het tijdsverloop in een schermwedstrijd.



Vlaamse Schermbond vzw

Boomgaardstraat 22 bus 56
B-2600 Berchem

www.vlaamsechermbond.be
info@vlaamsechermbond.be

tel: +32 (0) 3 286 07 54

KBO 0418.821.452
IBAN BE68 4087 0805 8134