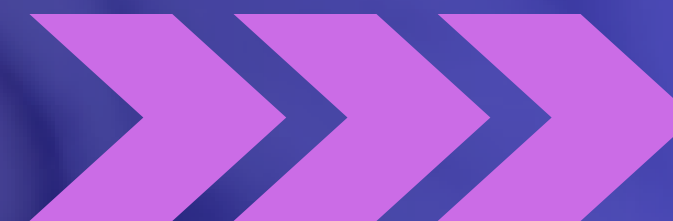




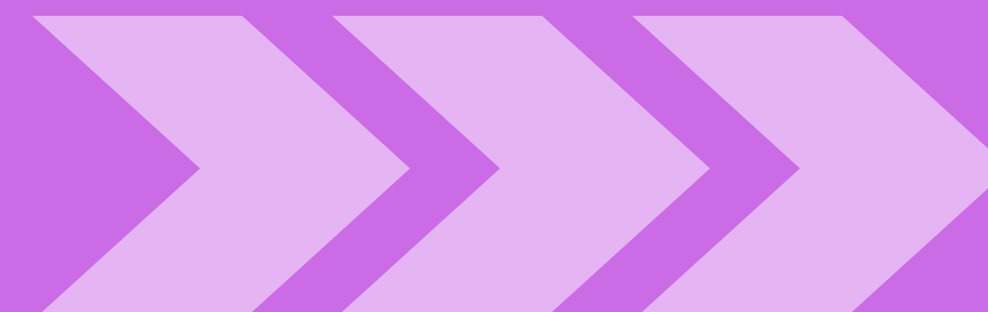
Cofinanciado por
la Unión Europea



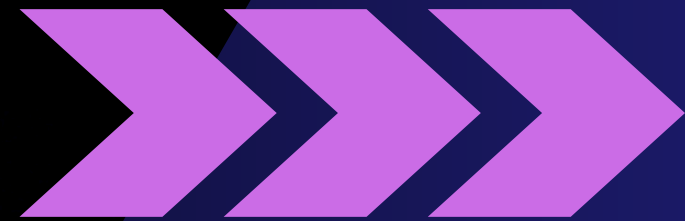
ESGRIMA

Un deporte al alcance de todos.

DESCUBRELO



Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.



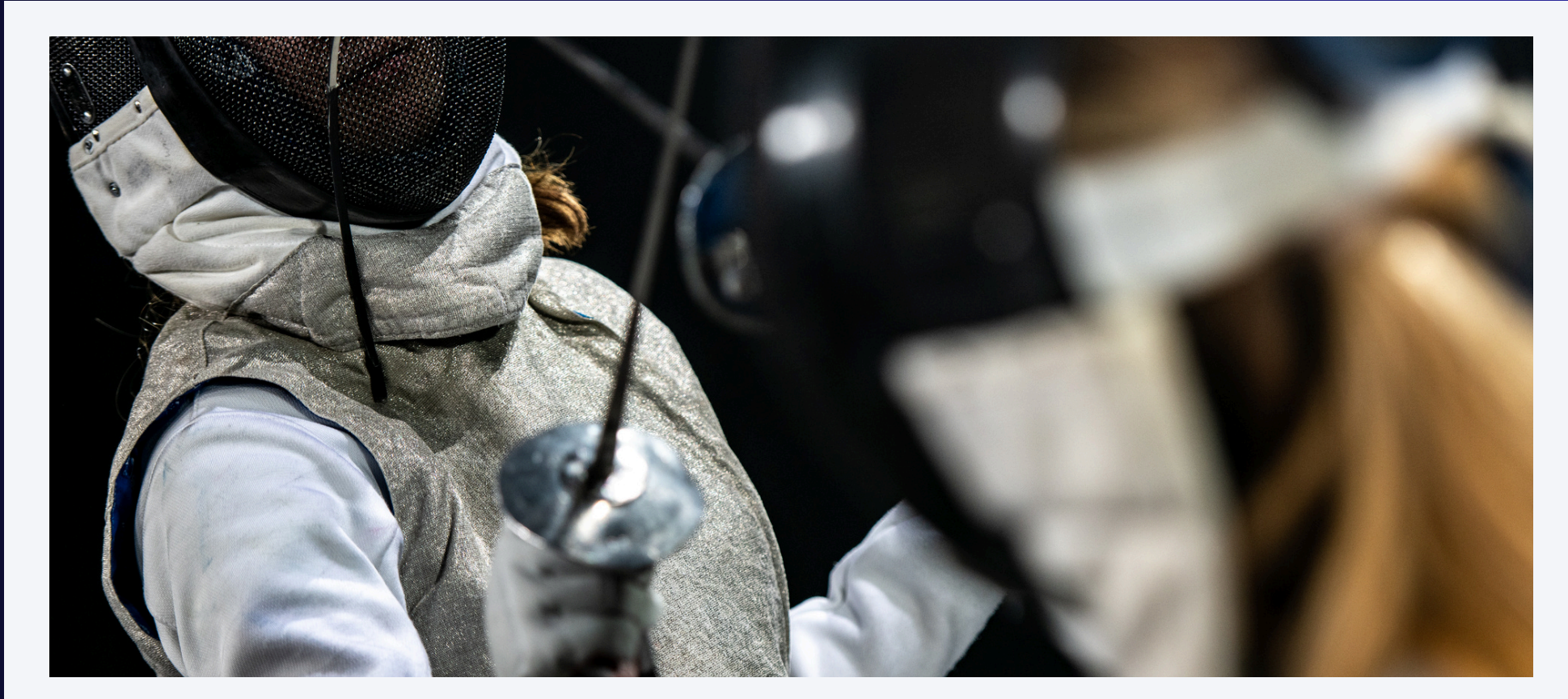
INDICE



- 1. DEFINICIÓN
- 2. ORIGEN
- 3. ESGRIMA OLÍMPICO
- 4. ESGRIMA EN LA ACTUALIDAD
- 5. ESGRIMA EN SILLA DE RUEDAS
- 6. ESGRIMA ESCENICA
- 7. LAS ARMAS
- 8. MATERIAL Y EQUIPAMIENTOS
- 9. CONCEPTOS BASICOS
- 10. COMPETICIÓN INDIVIDUAL
- 11. COMPETICIÓN EQUIPOS
- 12. NORMAS BASICAS
 - LA PISTA
 - LAS VOCES DEL ARBITRO
 - LAS SANCIONES
- 14. CONOCE LA ESGRIMA



1. DEFINICIÓN



La esgrima es un deporte olímpico de combate que enfrenta a dos contrincantes armados con una espada, sable o florete. Los tiradores, protegidos con una careta y un traje especial, utilizan su arma para atacar las superficies válidas del oponente y defender las propias, siguiendo una serie de reglas y convenciones. Esta disciplina combina arte, técnica y estrategia en el manejo de las armas blancas, exigiendo gran agilidad, precisión y velocidad por parte de los esgrimistas.

2. ORIGEN

01

Los orígenes de la esgrima se remontan a la antigüedad, cuando el ser humano comenzó a usar armas como espadas y sables para la defensa personal y militar. Ya en la Grecia clásica, Homero describe en la Ilíada combates individuales con armas blancas entre guerreros

02

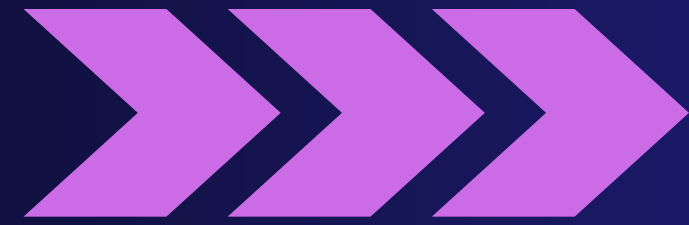
No es hasta el Renacimiento cuando la esgrima empieza a codificarse como arte marcial, surgiendo los primeros tratados que sientan las bases técnicas del manejo de las distintas armas. En el siglo XV, España fue pionera con obras como "La verdadera esgrima" (1472) de J. Pons

03

Posteriormente, la esgrima se extendió por toda Europa, evolucionando las técnicas, armas y equipamiento hasta llegar al deporte moderno que conocemos hoy en día.



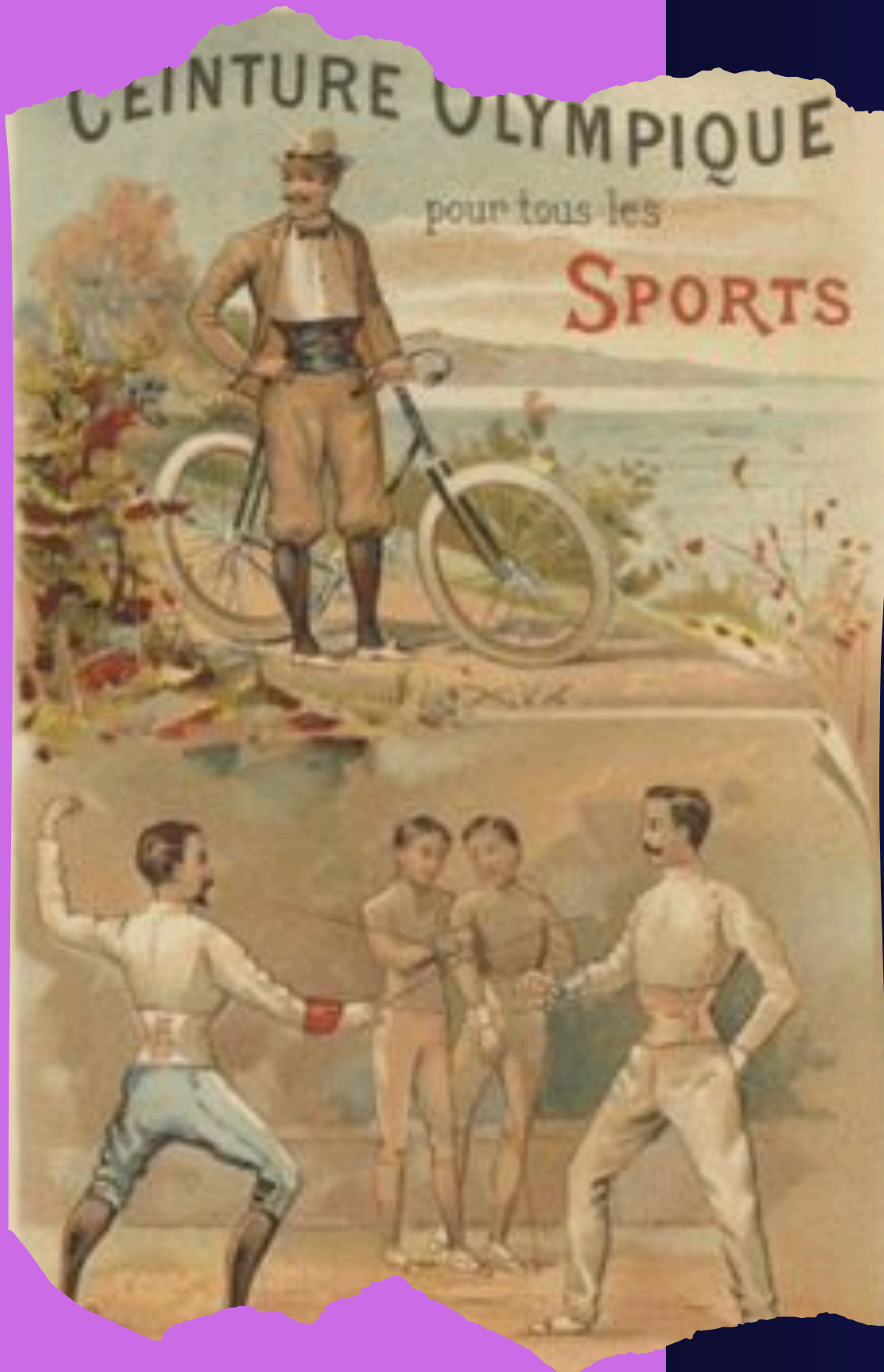
EVOLUCIÓN



ESGRIMA OLIMPICO

La esgrima es uno de los cinco deportes que han estado presentes en todas las ediciones de los Juegos Olímpicos modernos desde Atenas 1896. En esa primera ocasión solo se compitió en las modalidades masculinas de florete y sable.

La espada se incorporó en París 1900 y las competiciones por equipos en Londres 1908. En 1913 se fundó la Federación Internacional de Esgrima (FIE) para regular este deporte a nivel mundial, celebrándose desde 1937 los Campeonatos del Mundo. La categoría femenina no debutó en el programa olímpico hasta Roma 1960





La esgrima española ha tenido momentos de gloria en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, donde ha logrado inscribir su nombre en la historia a través de dos figuras destacadas: José Luis Abajo y Paqui Bazalo.

Paqui fue medalla de oro en esgrima en silla de ruedas, en la modalidad de espada en Barcelona 92.

José Luis Abajo, consiguió la medalla de bronce en la modalidad de espada individual en Pekin 2008.

ESGRIMA EN LA ACTUALIDAD.

La esgrima moderna es heredera directa de la esgrima antigua que se practicaba en los duelos y como entrenamiento militar. Hoy en día se ha convertido en un deporte de competición reglado que mantiene el espíritu de aquellos enfrentamientos, pero despojado de su carácter violento. Existen tres armas con sus técnicas y normas específicas: espada, florete y sable; cada una en categoría masculina y femenina. Este deporte se caracteriza por fomentar valores tradicionales como el honor, respeto, disciplina y elegancia. A nivel físico exige gran velocidad, reflejos, coordinación, agilidad y precisión por parte de los tiradores.





ESGRIMA EN SILLA DE RUEDAS

ORIGENES

La esgrima en silla de ruedas se originó en 1953 como método de rehabilitación para personas con discapacidad física. La persona que impulsó el origen de este deporte fue el fundador de los Juegos Paralímpicos, Sir Ludwig Guttman, en Stoke Mandeville (Inglaterra) donde se rehabilitaban los soldados británicos heridos en la II Guerra Mundial. Desde Juegos Paralímpicos de Roma 1960 forma parte del programa de competiciones.



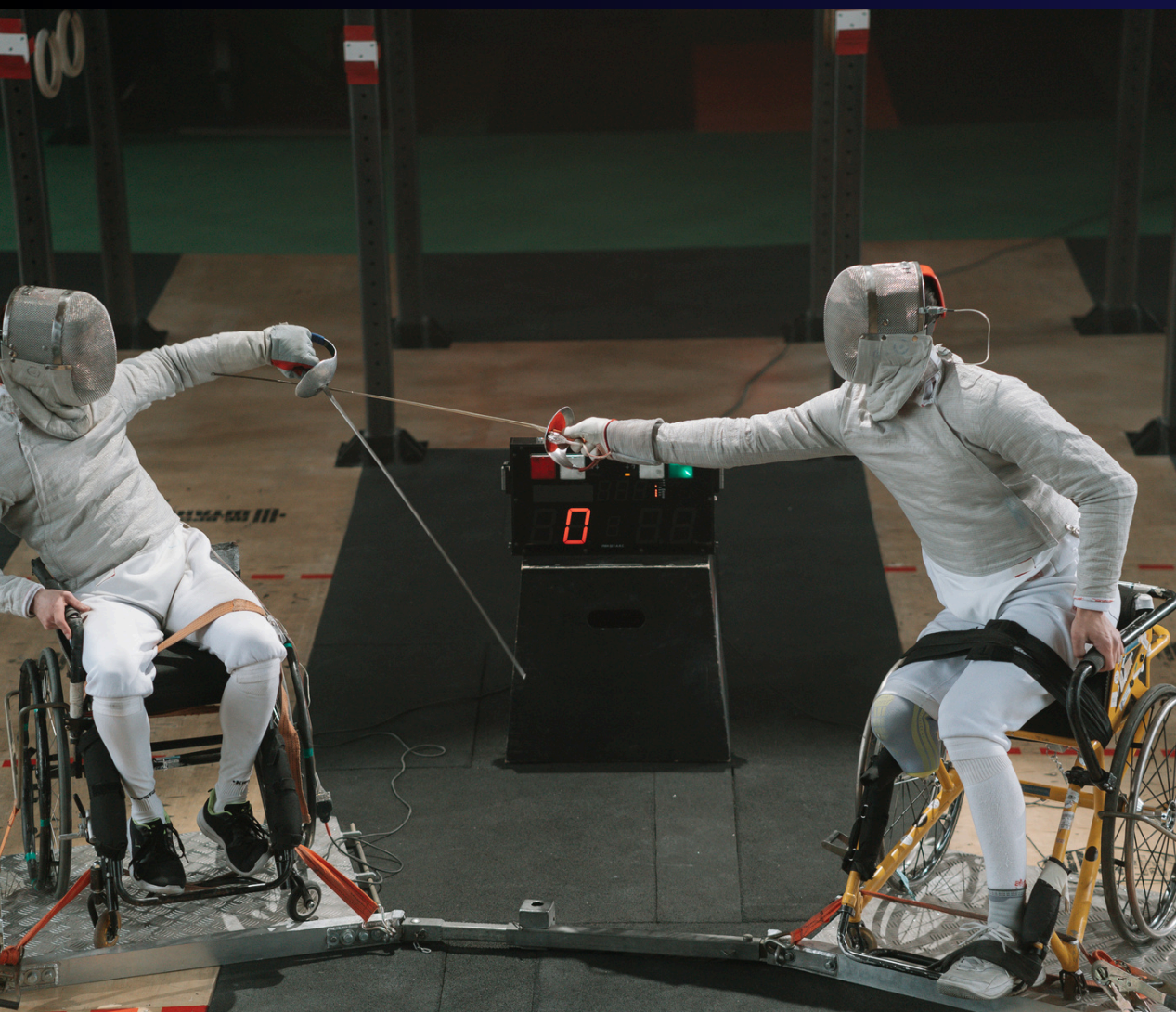
Normas

Los tiradores se enfrentan sentados en sillas ancladas al suelo, lo que les permite tener mayor movilidad con los brazos. Conectados a un aparato de señalización, deben realizar cinco tocos válidos antes que el rival para ganar el asalto



Categorías

Existen tres categorías según el grado de discapacidad: A (amputados o con parálisis cerebral), B (lesionados medulares a nivel dorsal o lumbar) y C (tetraplégicos con afectación en miembros superiores). La normativa es la misma que en la esgrima convencional.



Modalidades

Los deportistas compiten en espada, florete y sable en categoría femenina y masculina. Las normas son como la esgrima convencional con pequeñas modificaciones.



ESGRIMA ESCENICA

Esta modalidad se centra en el aspecto estético, expresivo y coreográfico de los combates con armas blancas, más allá de la eficacia técnica o la consecución de tocados. La esgrima artística tiene sus orígenes en los antiguos maestros de armas que preparaban las escenas de lucha para obras de teatro y óperas. Hoy en día, sigue siendo fundamental en el mundo del espectáculo para recrear duelos y batallas en películas, series televisivas, representaciones teatrales, etc.





LAS ARMAS

ESPADA



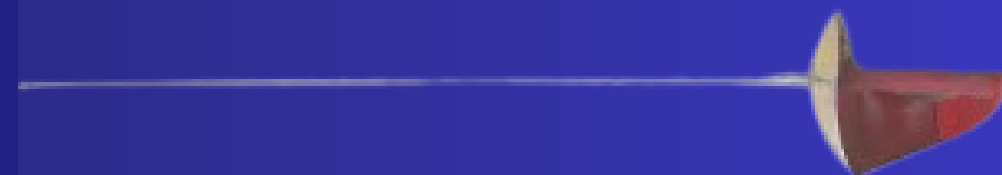
- Su peso máximo es de 770 gr. y su longitud máxima es de 110 cm.
- Es un arma de embestida, el tocado se realiza con la punta.
- El blanco válido es todo el cuerpo, incluido la careta.
- Es el arma más pesada y practicada.

FLORETE



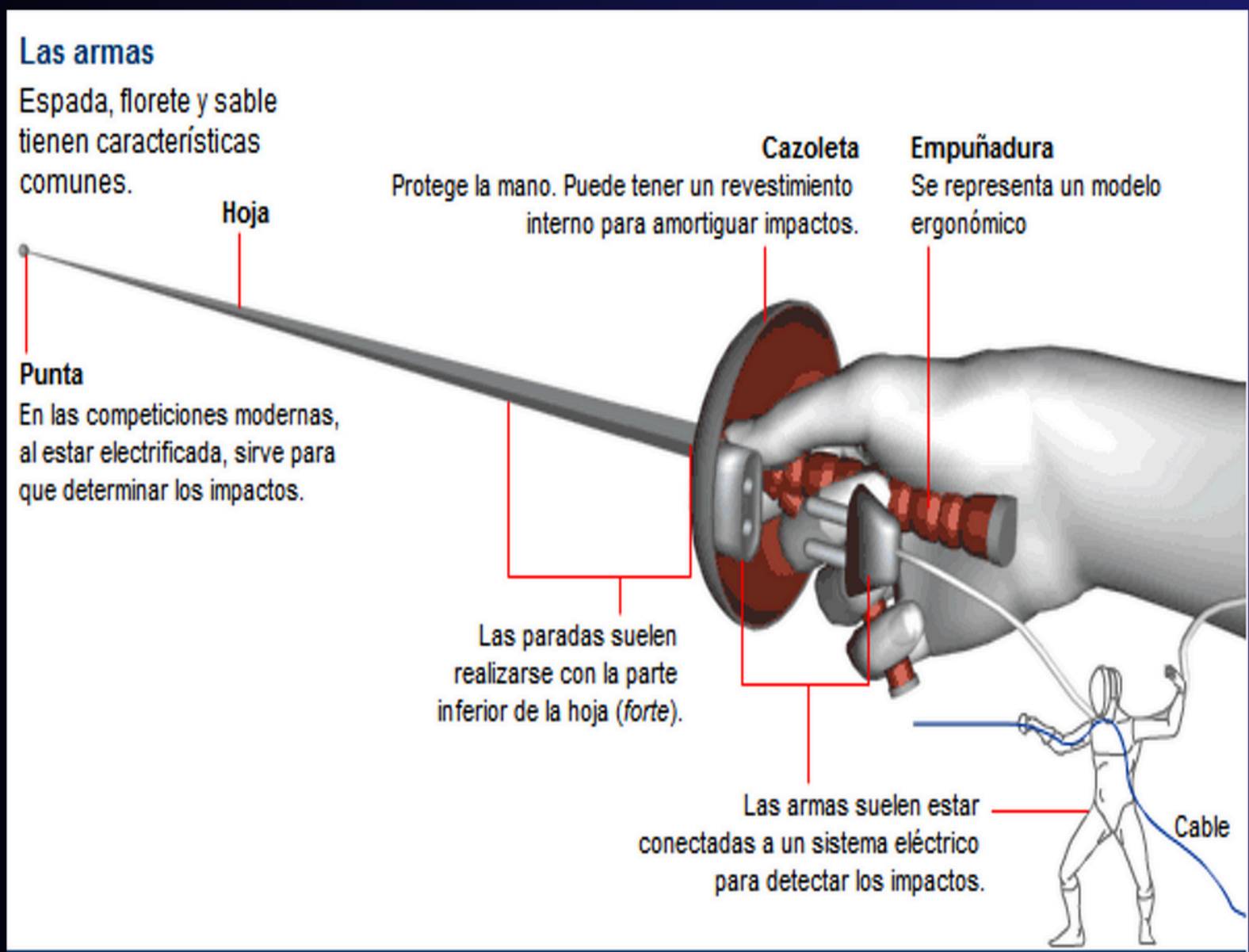
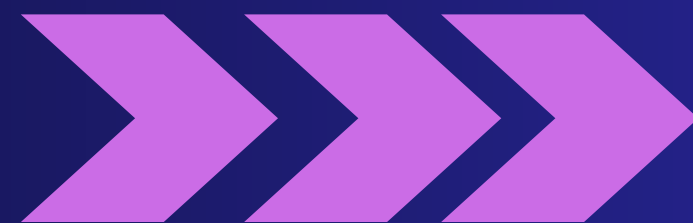
- Su peso es inferior a 500 gr. y su longitud máxima es de 110 cm.
- Considerada el arma básica, se enseña a todos los nuevos tiradores.
- Es un arma de convención (con reglas prefijadas), el tocado se produce de estocada, es decir solo con la punta.
- El blanco válido es únicamente el tronco.

SABLE



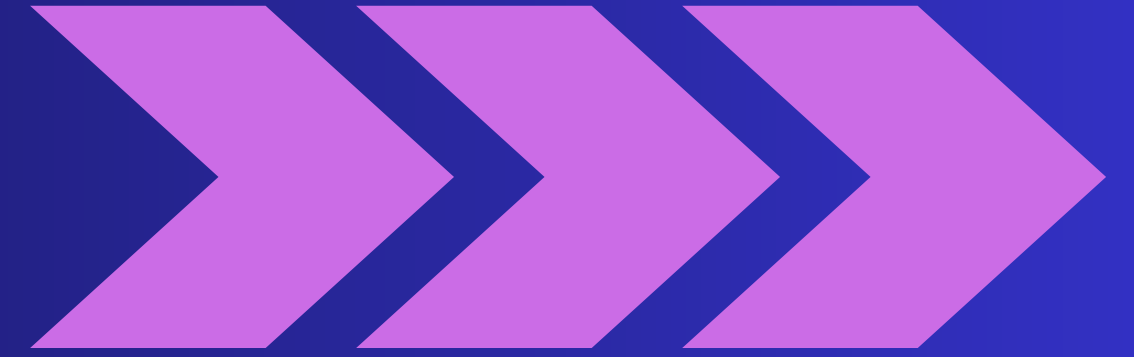
- Arma de punta y corte, los tocados sean válidos tanto con la punta como con la hoja. Longitud máxima de 105 cms. peso inferior a 500 grs.
- Deriva del arma que usaban antes los soldados de caballería.
- El tocado se realiza de filo, contrafilo y punta.

PARTES DEL ARMA





EQUIPAMIENTO



CHAQUETILLA



GUANTE



PANTALON



CARETA



MEDIAS



ZAPATILLAS



PETO INTERIOR



PASANTE

CONCEPTOS BASICOS

En la esgrima existen una serie de acciones fundamentales:



ASALTO o MATCH

combate entre dos tiradores, amistoso o en competición.



TOCADO

Cuando un tirador alcanza con su arma la superficie válida del contrario y se encienden las luces del aparato señalizador. Cada tocado otorga un punto.



ATAQUE

Acción ofensiva que se realiza extendiendo el brazo armado hacia el adversario.





PARADA

movimiento defensivo para desviar con el arma propia la del rival y evitar ser tocado.



RESPUESTA

Respuesta: acción ofensiva que sigue inmediatamente a una parada para tocar al contrario.



CONTRAATAQUE

ofensiva que se realiza cuando el adversario inicia el ataque para llegar antes que él.



COMPETICIÓN INDIVIDUAL



En la fase inicial, los asaltos son a un máximo de 5 tocados o 3 minutos de duración. El tirador que consiga primero los 5 tocados o tenga más tocados al finalizar el tiempo, gana el asalto.



En las fases sucesivas, los asaltos son a un máximo de 15 tocados o 9 minutos, divididos en 3 periodos de 3 minutos con 1 minuto de descanso entre ellos. Gana el tirador que alcance primero los 15 tocados o tenga más al acabar el tiempo reglamentario.



Los tocados se señalan con un aparato eléctrico que se ilumina y suena al contacto del arma con la superficie válida del rival. Los tiradores se van eliminando en asaltos directos hasta quedar los 8 mejores, que disputan entonces los cuartos de final, semifinales y final, siempre a 15 tocados.

COMPETICIÓN POR EQUIPOS



Los equipos están formados por tres tiradores titulares y un suplente. El encuentro es a un total de 45 tocos, con relevos de los componentes cada 3 minutos. Cada tirador de un equipo se enfrenta a los tres del equipo rival en asaltos de 3 minutos, sumándose los tocos conseguidos.



Gana el equipo que llegue primero a los 45 tocos o tenga más al completar los 9 asaltos. Los equipos se van eliminando por rondas hasta quedar los 4 mejores, que disputan las semifinales y los asaltos para el oro y el bronce.

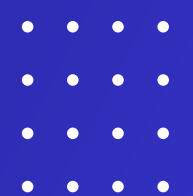
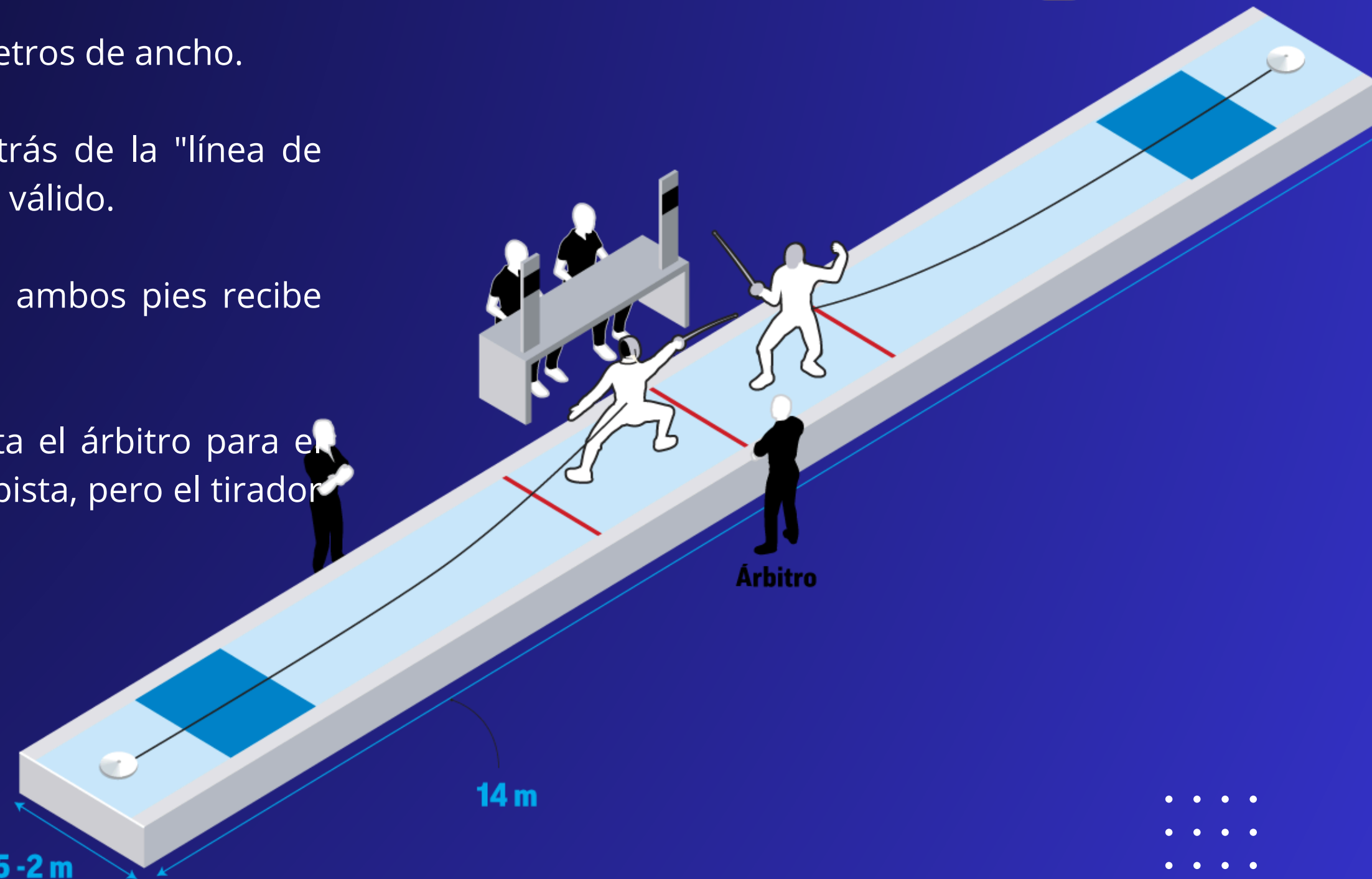


NORMAS BÁSICAS.



LA PISTA:

- Pista rectangular de 14 m. de longitud y de 1'5 a 2 metros de ancho.
- Los tiradores empiezan líneas (2 m del centro) detrás de la "línea de guardia" al inicio de asalto y después de cada tocado válido.
- Si el tirador atraviesa la línea de final de pista con ambos pies recibe tocado en contra.
- Si el tirador sale por uno de los laterales de la pista el árbitro para el asalto y ambos tiradores se ponen en el centro de la pista, pero el tirador que no se salió avanza un metro.
- Si el tirador sale con ambos pies, por la línea lateral no puede marcar un tanto; solamente el tirador que permanece dentro podría terminar su acción y tocar.
- Zona de peligro: el tirador pasa líneas laterales a **1.5-2 m** un metro de línea de Final propia. El adversario recibe un tocado.





LAS VOCES DEL ARBITRO

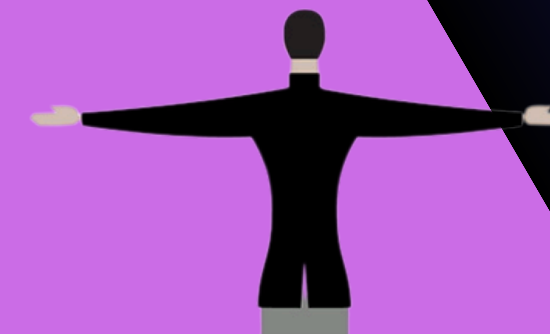
En guardia: Para que los tiradores pasen a posición de guardia.



Alto: Para parar el asalto.



Tocados: Tocados ambos tiradores



Listos: Para saber si los tiradores están preparados.



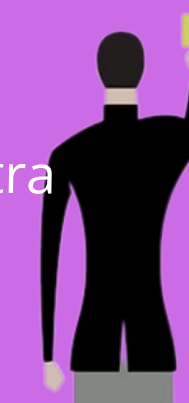
Tocado: El tirador a la izquierda del árbitro es considerado tocado.



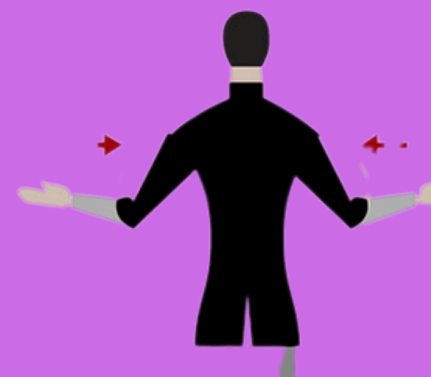
Tarjeta amarilla: Advertencia

Tarjeta roja: Un tocado en contra

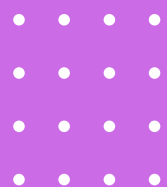
Tarjeta negra: Expulsión



Adelante: Para comenzar o continuar el asalto.



Punto: Un punto para el tirador de la derecha del árbitro.



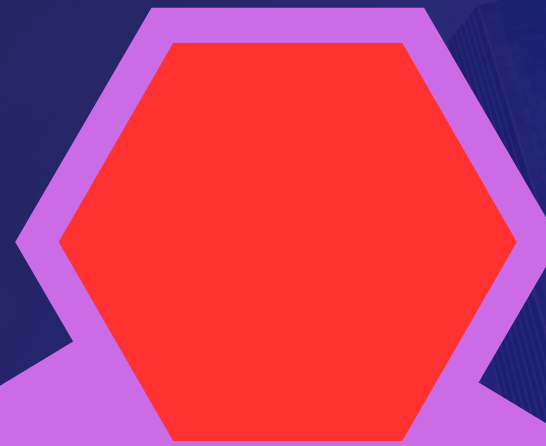


LAS SANCIONES



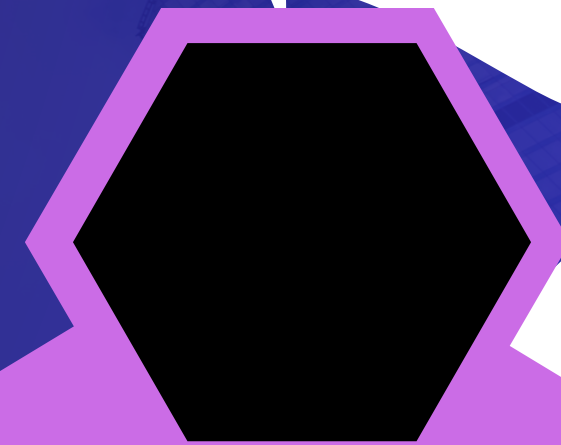
TARJETA AMARILLA FALA LEVE

- Dar espalda al contrario.
- Tocar el material eléctrico.
- Arrastrar arma sobre pista.



TARJETA ROJA TOCADO EN CONTRA

- Utilizar brazo no armado.
- Acto peligroso o vengativo.
- Alterar orden sobre la pista.



TARJETA NEGRA EXPULSIÓN

- Negar el saludo.
- Brutalidad intencionada..
- Arrojar el material violentame
contra el suelo.



CONOCE LA ESGRIMA



Enlace: <https://youtu.be/8hDZgMrF2PU>

Enlace: <https://youtu.be/IExjnGXZGt8>

