

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.

CUADERNO DE ESGRIMA



MANUAL DE
CONCEPTOS BÁSICOS



Cofinanciado por
la Unión Europea





ÍNDICE

1. ESRIMA: DE LOS ORÍGENES A LA ERA MODERNA	01
1.1 ORIGENES DE LA ESRIMA	02
1.2 HISTORIA DE LA ESRIMA	02
1.2.1 ESCUELA ESPAÑOLA DE ESRIMA	02
1.2.2 EL ARTE DEL DUELO	02
1.2.3 LAS MUJERES Y LOS DUELOS	04
1.3 ESRIMA OLIMPICA	06
2. CARACTERISTICAS DE LA ESRIMA	08
3. MODALIDADES Y DISCIPLINAS	09
3.1 ESRIMA ESCENICA	10
3.2 ESRIMA HISTÓRICA	10
3.3 ESRIMA ADAPTADA	11
3.4 ESRIMA DEPORTIVA	12

4. LAS ARMAS	12
4.1 SABLE	13
4.2 ESPADA	14
4.3 FLORETE	15
5. GENERALIDADES	17
5.2 CONCEPTOS BÁSICOS	17
5.1 DESPLAZAMIENTOS BASICOS EN LA ESGRIMA	19
5.3 LA DISTANCIA	22
5.4 LA CONVENCION	22
6. LA COMPETICION	23
6.1 LA COMPETICION INDIVIDUAL	23
6.2 LA COMPETICION POR EQUIPOS	23
7. NORMAS BASICAS DEL REGLAMENTO DE ESGRIMA	25
7.1 LA PISTA	25

7.2 LAS FUNCIONES DEL ARBITRO

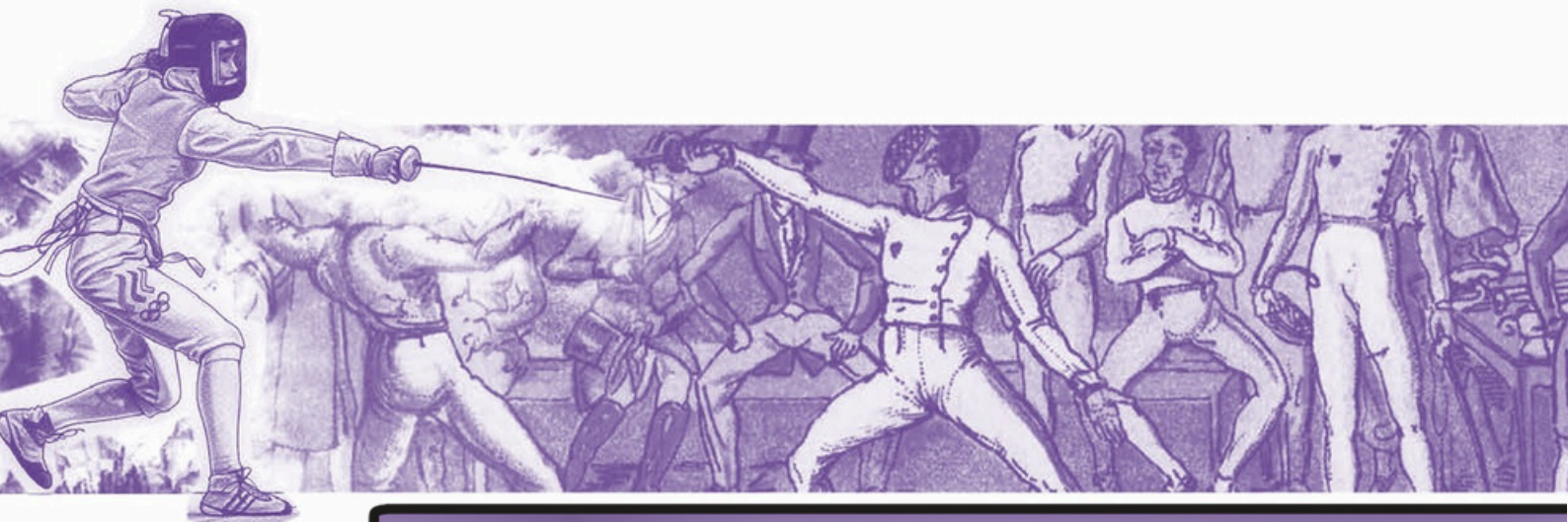
26

7.3 LAS VOCES DEL ÁRBITRO

27

7.4 LAS SANCIONES

28



1. ESRIMA: DE LOS ORÍGENES A LA ERA MODERNA

1.2 ORÍGENES DE LA ESRIMA

En cuanto a sus orígenes, la esgrima es una de las actividades físicas más antiguas que existen y ha ido evolucionando a lo largo de la historia en función de las armas utilizadas. Su desarrollo se ha ido acompañando de gran cantidad de tratados en los que se estudiaba tanto la técnica como la táctica, por lo que podemos afirmar casi con total seguridad, que ha sido la actividad física más estudiada en la antigüedad debido a que las armas se utilizaban en la guerra y estas han estado muy presentes a lo largo de la historia de la humanidad.

La espada como la guerra encontró un sitio en todas las civilizaciones. Se cuenta que el rey de Asiria, fue pionero en utilizar maestros de esgrima profesionales para mejorar el rendimiento de sus tropas, aunque espadachines mujeres y hombres hábiles existieron también en China, Persia, Babilonia y Roma. Hubieron numerosos guerreros y guerreras en esa época conocidos como lo fue Carlo Magno o mujeres como Boudica que fue una reina guerrera de los icenos, que acaudilló a varias tribus britanas, incluyendo a sus vecinos los trinovantes, durante el mayor levantamiento en Britania contra la ocupación romana. Con el paso del tiempo y la evolución de las guerras, la esgrima se convirtió en un deporte. Esto hizo que la técnica y táctica estuviesen ya muy desarrolladas a principios del S. XX. Y desde el principio – Atenas 1896 –, ha estado incluida en el programa de los Juegos Olímpicos modernos.

La esgrima en silla de ruedas (Esgrima Adaptada) se introdujo por primera vez en los juegos internacionales de Stoke en 1954, por parte de una persona parapléjica. Él y su maestro Sir Reynold Ludwig Guttmann dieron rápidamente a conocer el potencial de esta disciplina y llevó a que se introdujera en el programa de los juegos paralímpicos de Roma en 1960.



1.2. HISTORIA DE LA ESGRIMA

A lo largo de la historia, en diferentes lugares del mundo, las mujeres y los hombres han usado la espada: los caballeros españoles blandían su espada en duelo, mientras los samuráis japoneses elevaban su uso a ritual sagrado y los mosqueteros franceses lo convertían en arte a través de la aplicación de sofisticadas técnicas. Las espadas tenían hasta nombre: Excalibur es una de las expresiones más legendarias.

El uso de la espada derivó en actividad deportiva en cuanto las armas de fuego empezaron a sustituir a las armas blancas en el campo de batalla. Los primeros tratados en este sentido datan del siglo XV. El último vestigio de la espada como arma mortífera fueron los duelos a muerte por causa de honor, máxima expresión del movimiento romántico, realizados hasta finales del siglo XIX. Italia y sobre todo Francia, con sus reconocidos maestros y academias, tomaron el mando de la esgrima como ejercicio deportivo.

1.2.1 ESCUELA ESPAÑOLA DE ESGRIMA

Durante el Renacimiento en España, la espada ropera revolucionó el combate con armas de filo. Este tipo de espada, de hoja recta y larga, se manejaba a una mano y era ideal para la estocada. Se llamó "ropera" porque se llevaba como complemento de la ropa, usada tanto por moda como para defensa personal. Su primera mención se encuentra en "Coplas de la panadera" de Juan de Mena, escritas entre 1445 y 1450.

La Verdadera Destreza, considerada el sistema de esgrima español, nació en el siglo XVI con la publicación de Jerónimo Sánchez de Carranza en 1582. Este sistema no se limitaba a la lucha con espada, sino que abarcaba una amplia gama de armas, incluyendo combinaciones como espada y daga, y armas de asta como la pica.

Jerónimo Sánchez de Carranza, conocido como el "Padre de la Destreza", y Luis Pacheco de Narváez, fueron sus principales exponentes. Girard Thibault, un maestro holandés, también adoptó y promovió este estilo fuera de España. La Verdadera Destreza se destacó por su enfoque científico y filosófico en el manejo de las armas, consolidándose como una disciplina avanzada de la época.

1.2.2 EL ARTE DEL DUELO

Durante más de tres siglos, los duelos a capa y espada se convirtieron en una forma común de resolver disputas y proteger la honra tanto de hombres como de mujeres. Aunque la práctica del duelo tiene raíces antiguas, su formalización y popularización ocurrieron durante la Baja Edad Media. Los duelos alcanzaron su apogeo entre los siglos posteriores al Renacimiento y empezaron a declinar en el siglo XIX, conforme las legislaciones occidentales comenzaron a prohibirlos estrictamente.

En el siglo XV, España se destacó como el epicentro de la cultura del duelo. En esta época, la capa era un elemento esencial del vestuario diario, utilizada no solo para protegerse del frío sino también como una herramienta en el combate.



Fabricada de tela gruesa, podía ser enrollada alrededor del brazo para mitigar los golpes del adversario o arrojada contra él para desorientarlo, similar a las técnicas empleadas por los gladiadores romanos con sus redes. Esta práctica formaba parte de la “Destreza Común”, un conjunto de tácticas de esgrima que valoraban la improvisación y la adaptación en el combate.

El duelo, reconocido mundialmente, fue practicado en las sociedades occidentales desde el siglo XV hasta el siglo XIX. Se trataba de un combate ritualizado entre dos individuos, cada uno con el propósito de defender su honor. Las armas empleadas variaban, empezando con espadas europeas de duelo y evolucionando hacia el uso de pistolas a partir del siglo XVIII.

Ambos combatientes iban acompañados de testigos, también conocidos como padrinos, que desempeñaban roles cruciales. No solo verificaban las armas y se aseguraban de que las reglas se cumplieran, sino que también se encargaban del cuerpo de su representado en caso de que éste muriera.

El concepto de honor en esta época era fundamental, por encima de cualquier bien material. Los duelos no eran simplemente enfrentamientos para infligir daño mortal, sino ceremonias para restablecer el honor manchado. La mera disposición de arriesgar la vida para defender la propia honra ya significaba una restauración de la misma. Sin embargo, si la resolución del conflicto requería la muerte del adversario, se aceptaba como una consecuencia necesaria.

Existen diversos tipos de duelos, cada uno con sus propias normas y objetivos:

- **Duelo “a la primera sangre”:** Se consideraba concluido cuando uno de los duelistas sufría una herida, sin importar la gravedad.
- **Duelo “severamente herido”:** Continuaba hasta que uno de los duelistas resultaba gravemente herido, incapaz de seguir combatiendo.
- **Duelo “a muerte”:** La única resolución aceptable era la muerte del adversario, lo que era visto como la única manera de restaurar completamente el honor.
- **Duelo “formal”:** Estos duelos estaban regidos por estrictas normas y, a menudo, eran aprobados y regulados por el rey. Solían involucrar a personas de alto estatus, como nobles, políticos o militares, y seguían un protocolo riguroso. Los desafíos se anunciaban públicamente, y solo se permitía la participación de individuos del mismo rango social. En algunos casos, si el duelista superaba los sesenta años, podía ser reemplazado por un pariente directo.



©<https://historia.nationalgeographic.com.es/>



Por otro lado, los duelos clandestinos eran más violentos y carecían de la estructura formal de los duelos oficiales. Estos enfrentamientos eran ilegales y con frecuencia resultaban en castigos severos. Por ejemplo, bajo el edicto de los Reyes Católicos, al retador se le cortaba el cuello, mientras que el retado era enviado a las Indias para servir.

Con el paso del tiempo y la evolución de las leyes, a finales del siglo XIX, los duelos comenzaron a ser vistos como actos de asesinato en primer o segundo grado en la mayoría de los países occidentales. Esta nueva percepción legal llevó a la progresiva desaparición del duelo como una forma aceptada de resolver disputas de honor, reflejando un cambio significativo en los valores y las normativas sociales de la época.

1.2.3 LAS MUJERES Y LOS DUELOS

En agosto de 1892, la célebre princesa Pauline Metternich protagonizó un duelo que marcó un hito en la historia del duelo femenino. Aunque en esa época los duelos eran predominantemente una actividad masculina, este enfrentamiento adquirió significativas connotaciones sociales y políticas, coincidiendo con el auge del sufragismo y el emergente feminismo contemporáneo. La rival de Metternich fue Anastasia Kielmansegg, una aristócrata rusa con la que había tenido varios enfrentamientos verbales. La disputa que las llevó a batirse fue un desacuerdo sobre la decoración floral para un evento.

Antes de comenzar el duelo, la baronesa que actuaba como médica y testigo tomó una decisión inusual: ambas mujeres se enfrentarían con el torso desnudo. La razón era prevenir infecciones que podrían resultar de heridas causadas por cortes en la ropa. De esta manera, se despojaron de sus corsés y blusas, luchando con el torso descubierto, una imagen que pronto se popularizó entre las mujeres duelistas de la época.

El combate siguió las reglas del duelo francés, finalizando cuando una de las duelistas resultó herida. Aunque no se sabe con certeza quién salió victoriosa, la escena de este singular duelo fue inmortalizada en postales y fotografías, capturando la atención de la sociedad de la época.

En España, otro duelo femenino notable tuvo lugar en el parque del Retiro de Madrid. Paz Villavicencio y Lolita, apodada "la de las Canas", se enfrentaron a causa de una disputa en el Café Fornos, un popular centro de la vida bohemia madrileña. El duelo se llevó a cabo en un lugar simbólico: a los pies de la estatua del Ángel Caído.

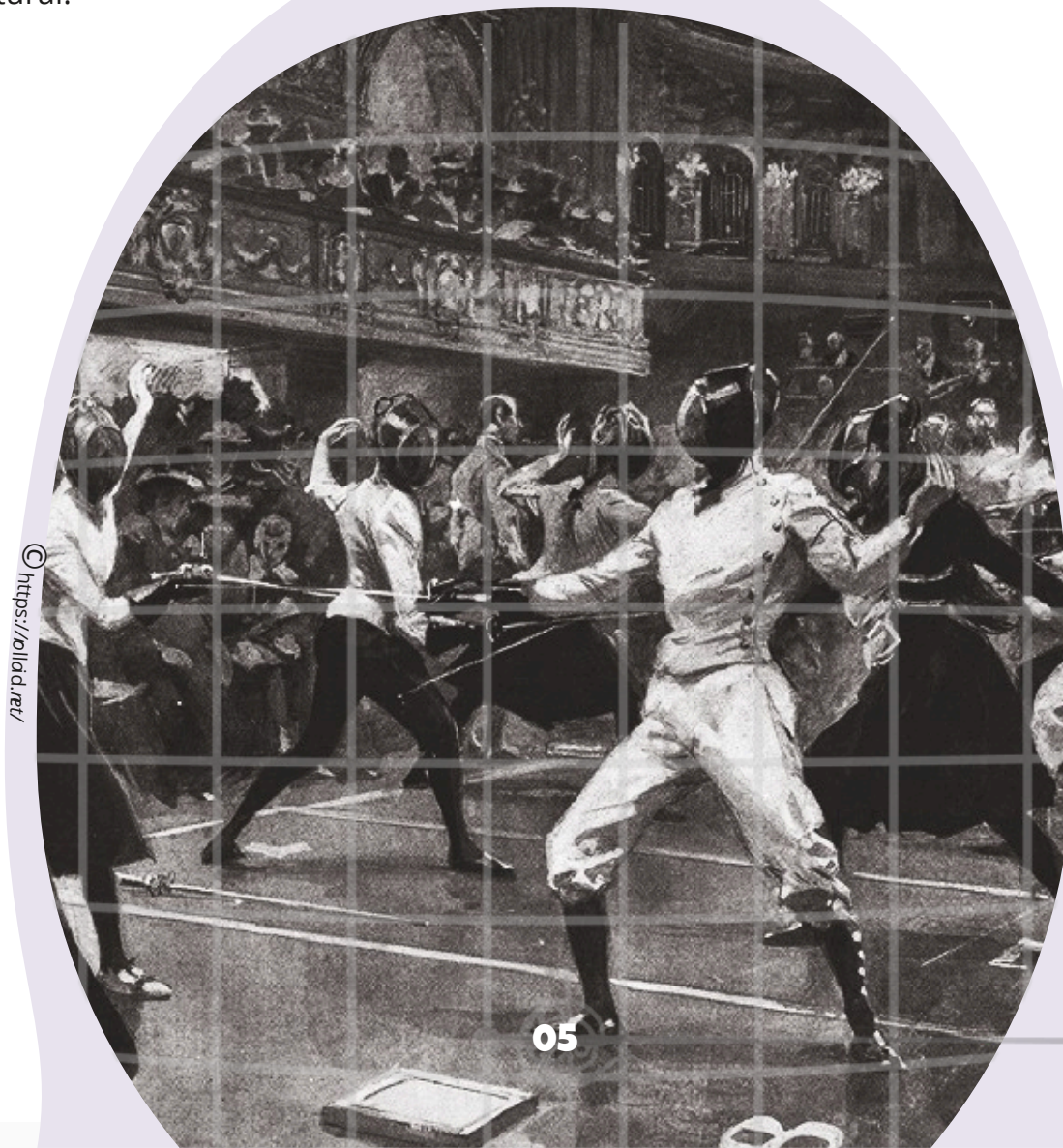


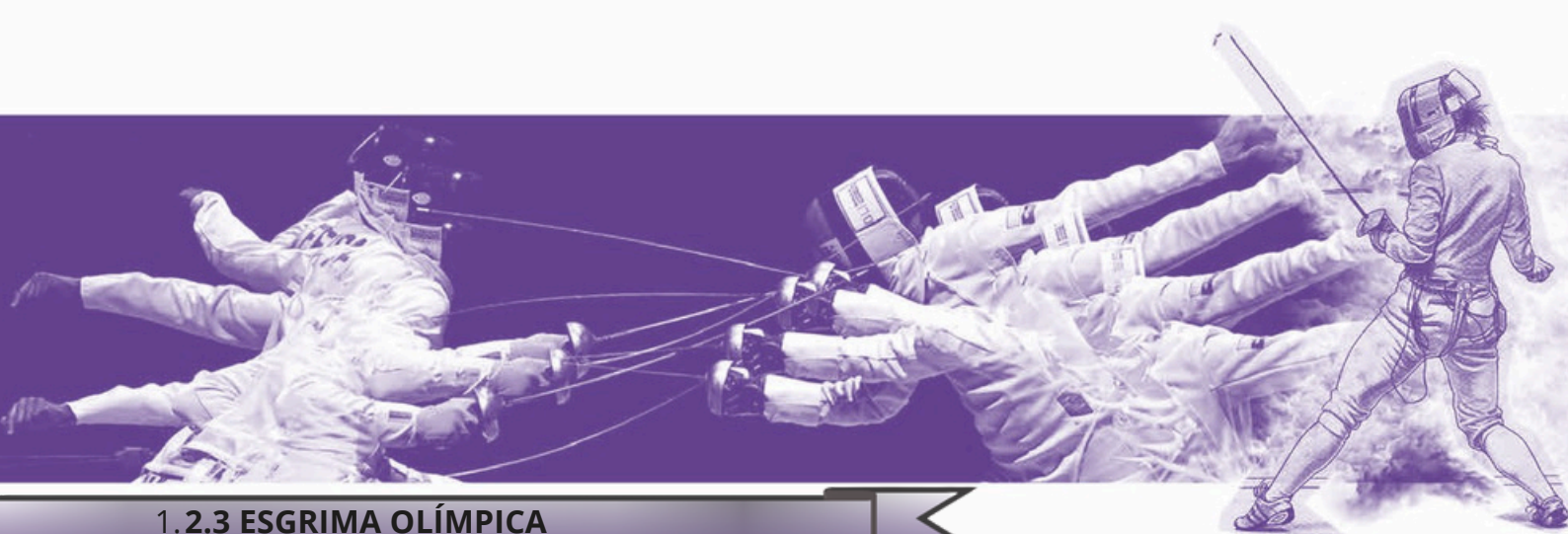
Este enfrentamiento reflejó cómo la emancipación también había llegado al mundo de los duelos, un territorio tradicionalmente dominado por hombres, pese a la amplia tradición de mujeres duelistas.

En el contexto de la creciente participación de las mujeres en el duelo, muchas comenzaban a aprender artes marciales, especialmente jiu-jitsu, y a utilizar armas improvisadas como alfileres o bastones afilados para defenderse de agresores y violadores.

En este clima de revolución y empoderamiento femenino en la esgrima, surgió Teresa Castellanos de Mesa, una destacada figura de la esgrima española. Teresa creció en un entorno familiar de maestros de esgrima; su padre Manuel y su hermano Cándido, renombrados esgrimistas, compartieron con ella sus conocimientos y la apoyaron en su desarrollo como duelista. Desde joven, Teresa mostró un talento excepcional, debutando públicamente en 1834 a los dieciocho años en la Fontana de Oro, una conocida fonda madrileña. En ese tiempo, era común que las fondas incluyeran espacios para diversos espectáculos, incluidos duelos de esgrima, una moda muy en boga.

Los duelos, más allá de ser una forma histórica de resolver conflictos, han sido inmortalizados en la literatura clásica y moderna por autores como Cervantes y Lope de Vega. Estos escritores utilizaron la esgrima y los duelos para explorar temas de honor y justicia en sus obras, dejando una huella indeleble en la memoria cultural.



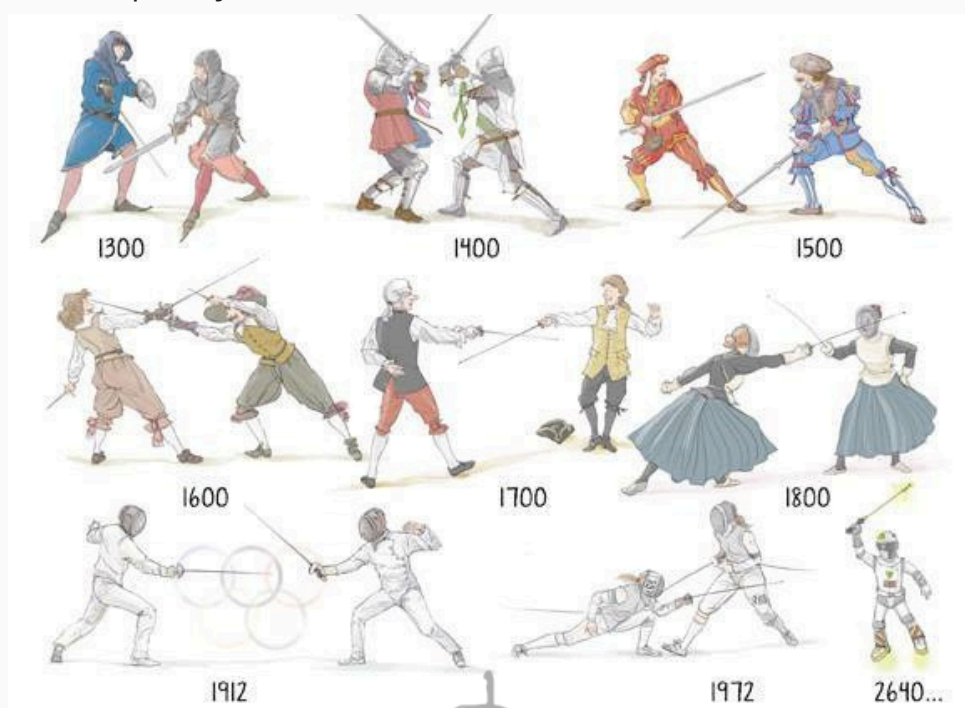


1.2.3 ESGRIMA OLÍMPICA

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 debutaron en Londres 1908.

En 1913, se fundó la Federación Internacional de Esgrima (FIE) para regular este deporte a nivel mundial. Desde 1937, la FIE organiza los Campeonatos del Mundo, proporcionando una plataforma adicional para que los esgrimistas compitan al más alto nivel.

Las mujeres hicieron su primera aparición en los Juegos Olímpicos en la modalidad de florete individual durante los Juegos de París 1924. Este evento marcó un hito al abrir las puertas a la participación femenina en la esgrima olímpica. Durante más de tres décadas, el florete fue la única arma en la que las mujeres podían competir. En los Juegos Olímpicos de Roma 1960, se añadió el florete femenino por equipos. El siguiente gran avance se produjo en los Juegos Olímpicos de Atlanta 1996, cuando la espada femenina fue incluida tanto en competiciones individuales como por equipos. El sable femenino se incorporó en los Juegos Olímpicos de Sídney 2000, completando así la participación de las mujeres en las tres armas clásicas de la esgrima: florete, espada y sable.





¿SABIAS QUE...?

“EN LOS DUELOS FORMALS, SE SEGUÍAN REGLAS ESTRICTAS Y A MENUDO ERAN APROBADOS POR LA REALEZA. POR EJEMPLO, LOS DESAFÍOS SE ANUNCIABAN PÚBLICAMENTE Y SOLO PODÍAN PARTICIPAR PERSONAS DEL MISMO RANGO SOCIAL.”

¿QUÉ ES LA “VERDADERA DESTREZA” Y CUÁLES SON SUS PRINCIPIOS FUNDAMENTALES EN LA ESGRIMA?

¿POR QUÉ CREES QUE LA ESGRIMA ERA TAN IMPORTANTE PARA LOS SOLDADOS EN LA ANTIGÜEDAD?

¿POR QUÉ CREES QUE LA ESGRIMA HA SIDO PARTE DE LOS JUEGOS OLÍMPICOS DESDE SU INICIO?





2. CATACTERISTICAS DE LA ESGRIMA

La esgrima es uno de los deportes más completos en cuanto a ejercicio físico se refiere a la par de uno de los más atractivos para el desarrollo intelectual. Ahí radica la clave de su éxito: el equilibrio derivado de su práctica entre las cualidades mentales y las físicas.

Es un deporte lleno de emoción, en el que se potencia sobre todo la concentración, velocidad, equilibrio y coordinación. Se trata, de una práctica de evasión que agiliza los reflejos y agudiza la inteligencia. La esgrima es el único deporte olímpico de origen español.

En el plano físico, su práctica incrementa la rapidez, la destreza y la fuerza. Hablamos de un deporte donde todo el cuerpo adquiere protagonismo. Las piernas se utilizan para desplazarse y los brazos para ejecutar los movimientos con el arma. Se trabajan todas las cualidades físicas: resistencia (se debe de aguantar la duración de un combate con eficiencia), fuerza (se fortalecen brazos y piernas, así como el tronco, para poder aguantar el peso del arma y las posiciones técnicas que se requieren en la esgrima), velocidad (a mayor rapidez en la ejecución de las acciones mayor éxito para conseguir tocados) y flexibilidad (cuanto mayor amplitud pueda realizar con los segmentos corporales mayor movilidad para poder conseguir tocados).

En el plano intelectual se educan las cualidades psíquicas más importantes: la voluntad, el autocontrol, la iniciativa, la seguridad, la inteligencia y la formación de hábitos y cualidades necesarias en la actividad polifacética del individuo.





3. MODALIDADES Y DISCIPLINAS



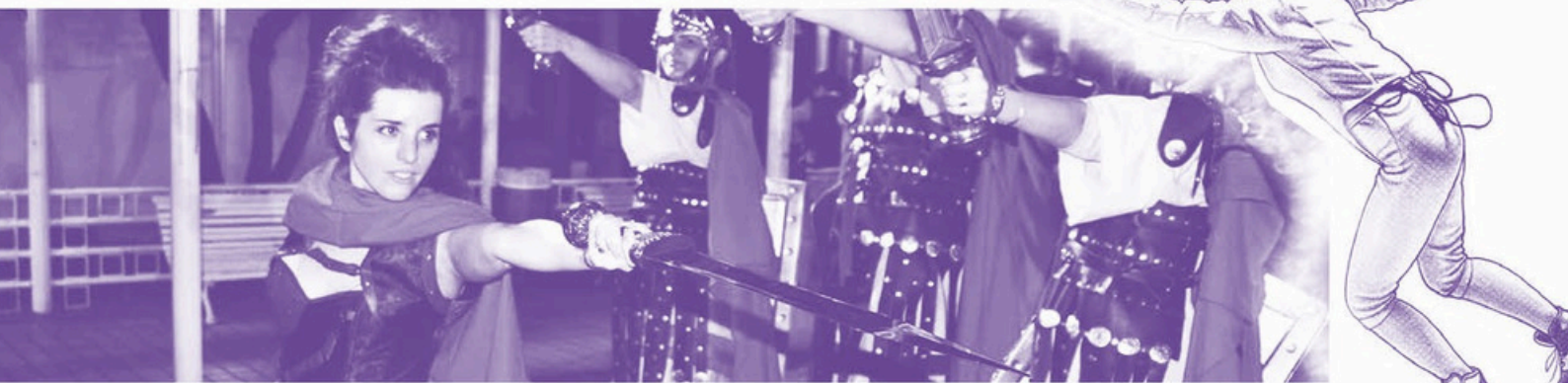
En la esgrima actual, existen cuatro modalidades principales: esgrima escénica o artística, esgrima histórica, esgrima deportiva y esgrima adaptada. La esgrima deportiva es la más practicada y conocida, mientras que la esgrima escénica e histórica fueron reconocidas oficialmente por la Real Federación de Esgrima Española (RFEE) en 2015. Estas últimas, aunque recientemente reconocidas, han sido practicadas históricamente en ámbitos como el cine, el teatro y el arte del duelo.

Cada modalidad de esgrima ofrece características únicas y atrae a personas con diferentes intereses y pasiones. La práctica de todas las modalidades contribuye a un desarrollo integral como esgrimista, ya que ninguna está por encima o por debajo de las otras.

Dentro de la esgrima deportiva, existen tres disciplinas, cada una nombrada según el arma utilizada: espada, florete y sable. Estas mismas tres armas son utilizadas también en la esgrima adaptada, proporcionando a los esgrimistas una experiencia completa y versátil.

En resumen, las cuatro modalidades de esgrima — escénica, histórica, deportiva y adaptada — enriquecen la práctica de este arte, ofreciendo una diversidad de técnicas y enfoques que favorecen un desarrollo integral y equilibrado para cualquier esgrimista.





3.1 ESGRIMA ESCENICA

La esgrima escénica es una forma de esgrima utilizada en el teatro, cine y otras representaciones artísticas para simular combates de manera segura y visualmente atractiva. Su objetivo principal es el entretenimiento, priorizando la coreografía y la apariencia de realismo sobre la autenticidad técnica y la seguridad de los intérpretes. Las técnicas y movimientos son exagerados para maximizar el impacto visual y asegurar que el público pueda seguir la acción. Los actores y especialistas suelen recibir entrenamiento específico para realizar estas secuencias sin riesgo de lesiones

3.2 ESGRIMA HISTORICA

La esgrima histórica, también conocida como HEMA (Historical European Martial Arts), es la práctica y estudio de las artes marciales europeas desde la Edad Media hasta el Renacimiento y más allá, basada en manuales y tratados históricos. Esta disciplina busca recrear fielmente las técnicas de combate utilizando diversas armas como espadas largas, espadas de una mano, dagas, lanzas y otras armas tradicionales. Los practicantes estudian textos antiguos y manuscritos para entender y aplicar las técnicas tal como se enseñaban en su época, combinando rigor académico con entrenamiento práctico para preservar y revivir estas artes marciales históricas.





3.3 ESGRIMA ADAPTADA

La esgrima en silla de ruedas fue desarrollada por Sir Ludwig Guttmann en Stoke Mandeville, donde se rehabilitaban soldados británicos heridos en la II Guerra Mundial. Esta modalidad comparte las mismas reglas y disciplinas que la esgrima deportiva. Valores como la amabilidad, el respeto y la cortesía son pilares fundamentales en el mundo de la esgrima. La práctica inclusiva de ambas modalidades enriquece y complementa a los tiradores.

En la esgrima en silla de ruedas, los esgrimistas compiten en sillas ancladas al suelo mediante fijaciones adaptadas, lo que permite una mayor movilidad de los brazos. Este deporte desarrolla notablemente la agilidad y mejora los reflejos. La principal diferencia con la esgrima deportiva es la modificación del blanco válido en la modalidad de espada donde solo se permite tocar de cintura para arriba incluyendo careta, tronco, brazos y mano.

Para asegurar una competición justa, los esgrimistas en silla de ruedas se clasifican en diferentes categorías basadas en su nivel de discapacidad y movilidad

Categoría A: Los esgrimistas de esta categoría tienen una función completa del tronco y una buena movilidad en los brazos. Sus discapacidades afectan principalmente a sus piernas.

Categoría B: Los esgrimistas de esta categoría tienen una función limitada del tronco y menor movilidad en los brazos comparado con los de la Categoría A. Sus discapacidades pueden afectar tanto a sus piernas como a su tronco.

Categoría C: Esta categoría incluye a esgrimistas con discapacidades más severas que afectan significativamente tanto al tronco como a las extremidades. Los esgrimistas en esta categoría tienen limitaciones significativas en la movilidad de su tronco y brazos.



3.4 ESGRIMA DEPORTIVA

La esgrima es un deporte de combate individual y oposición, que presenta un desafío tanto físico como mental para los competidores. Este deporte se desarrolla en presencia de un adversario, y las acciones motrices de ambos tienen intenciones opuestas.

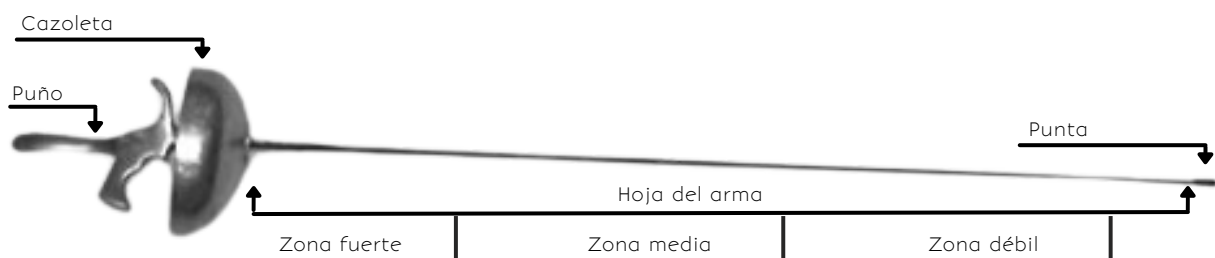
Es un duelo que puede celebrarse a florete, espada o sable, y los contendientes se sitúan uno frente al otro con el objetivo de tocar al rival con su arma. En la esgrima, las partes puntuables varían según el arma que se esté utilizando. En los combates de florete, el objetivo es tocar el tronco del rival. En los de espada, cualquier parte del cuerpo es puntuable, mientras que en el sable, de cintura hacia arriba, incluida la cabeza, es el objetivo.

Un aspecto importante de la esgrima es la limitada capacidad de movimientos que tienen los competidores, conocidos como tiradores. Siempre deben estar frente a frente, por lo que solo pueden desplazarse hacia adelante o hacia atrás. Tampoco pueden dar la espalda al rival. A pesar de estas limitaciones, los movimientos pueden variar ligeramente de un combate a otro debido a la variedad de objetivos y la morfología de cada arma.

Sin embargo, los movimientos básicos son los mismos en todos los casos. El objetivo final de este deporte es tocar sin ser tocado, es decir, alcanzar con la punta del arma el blanco, que puede ser cualquier parte del cuerpo del oponente, antes de que el adversario lo consiga. La esgrima está sujeta a una serie de normas, que regulan el enfrentamiento entre ambos esgrimistas, la indumentaria a utilizar, la pista de combate y el resto de elementos.

4. LAS ARMAS

En esgrima, existen tres tipos principales de armas: el florete, la espada y el sable. Las partes de cada arma incluyen: la hoja, que es la parte larga y delgada; la cazoleta, que protege la mano del esgrimista; la empuñadura, donde se sostiene el arma; y el pomo, que equilibra el peso del arma. En el florete y la espada, la punta también cuenta con un sensor eléctrico para registrar los tocos.



4.1 SABLE

Tiene un protector en forma de cuenco, que se curva bajo la mano, y una hoja rectangular en sección transversal.

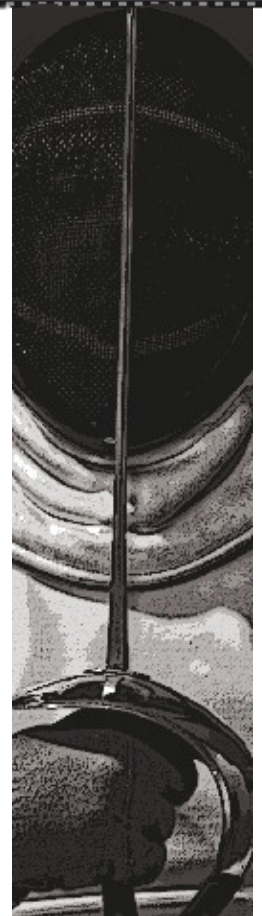
MIDE: 105 cm.
PESA: 500 GR.

No hay reposo para el sablista, que debe establecer una estrategia de asalto, controlando y analizando el juego de su adversario, capaz no solo de desestabilizar al otro, sino también de imponer su juego con sus cualidades y sus defectos.

Capacidad de adaptación y arranque: esto es lo que un sablista debe tener siempre en cuenta cuando sale a la pista

Controlar y analizar el juego del adversario ayuda al sablista a anticipar sus movimientos y tomar decisiones estratégicas.

La concentración y la astucia son cualidades esenciales para un sablista en la pista.



EQUIPACIÓN



CARETA



CHAQUETILLA METALICA

Cubre el tronco y las extremidades.
Sobre la chaquetilla



PANTALÓN



MEDIAS




ZONAS DE
TOCADO VÁLIDO



CHAQUETILLA



GUANTE



4.2 ESPADA



La espada es el arma donde más largas son las fases de espera y de preparación. El tiempo empleado para observar al adversario puede parecer una eternidad para las personas neófitas.

Este arma de tocado doble permite avanzar en el marcador oponiéndose a los ataques del adversario por el medio de un juego negativo. Es por lo tanto el arma de la paciencia, con la que los nervios se someten a una dura prueba.

La maestría en el uso de la espada no solo se mide en habilidades físicas, sino también en la capacidad mental de anticipar los movimientos del oponente y mantener la calma bajo presión. Cada combate es una danza estratégica, donde cada pequeño gesto puede determinar el resultado.

Catalogada como arma de punta al igual que el florete, tiene un peso máximo de 770 gramos y una longitud de 110 centímetros. La hoja es de acero y la longitud de 90 centímetros.

MIDE:110 cm.
PESA:770 GR.

La espada, es un arma de estoque: los tocados sólo se pueden hacer con la punta. El blanco válido es todo el cuerpo.

Es la más pesada y rígida de las tres, y la sección transversal de su hoja es triangular. La cazoleta, parecida a la del florete pero más grande, protege la mano.

EQUIPACIÓN



CARETA



PANTALÓN



GUANTE



CHAQUETILLA



MEDIAS


ZONAS DE
TOCADO VÁLIDO

4.3 FLORETE

El florete es un arma de estoque, lo que quiere decir que el tocado sólo se puede dar con la punta, además de ser un arma de convención.

MIDE: 110 cm.
PESA: 500 GR

El Florete es ligero y flexible, su hoja es su punta roma. Su peso máximo es de 500 su longitud no puede superar los 110 cm.



El florete, una de las tres armas clásicas de la esgrima, se destaca por su origen como herramienta de estudio y práctica, lo que ha influido profundamente en la evolución técnica y física de este deporte.

Concebido inicialmente para entrenar a los esgrimistas en precisión y técnica, el florete requiere una combinación de agilidad, estrategia y control. Los asaltos con florete pueden variar considerablemente en ritmo; algunas veces pueden ser más pausados, similares a los de la espada, mientras que en otras ocasiones pueden alcanzar una velocidad y vivacidad comparable a la del sable.

Esta versatilidad y la necesidad de un alto grado de técnica hacen del florete una disciplina fascinante y desafiante dentro del mundo de la esgrima.

EQUIPACIÓN



CARETA



GUANTE



CHAQUETILLA METÁLICA
Cubre el tronco a excepción de las extremidades.



CHAQUETILLA



ZONAS DE TOCADO VÁLIDO



PANTALÓN



MEDIAS





WUSSTEST DU SCHON?

¿SABÍAS QUE EL SABLE MODERNO DESCENDE DEL ARMA UTILIZADA POR LOS SOLDADOS DE CABALLERÍA?

¿CUÁNTAS DISCIPLINAS EXISTEN EN LA ESGRIMA DEPORTIVA?

¿Y EN LA ESGRIMA EN SILLA DE RUEDAS?

¿QUÉ ARMA PESA MÁS, EL SABLE O EL FLORETE?

¿POR QUÉ SE CONSIDERA LA ESGRIMA UN DEPORTE INTEGRAL QUE DESARROLLA TANTO EL CUERPO COMO LA MENTE?

?



5. GENERALIDADES

5.1 CONCEPTOS BASICOS



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 tiene por objeto tocar al rival en un solo tiempo. Podemos ejecutarlo directamente con un golpe recto o indirectamente pasando de una línea a otra para realizar el tocado.



PARADA

Acción defensiva que consiste en detener o desviar con el arma la acción ofensiva o contraofensiva del adversario.



RESPUESTA

Acción ofensiva ejecutada después de parar un ataque. Las respuestas se clasifican igual que los ataques y los ejecuta el que ha parado el ataque del rival.





MATCH

Combate oficial entre dos esgrimistas con resultado registrado.



CONTRAATAQUE

Son aquellas acciones ofensivas ejecutadas sobre la ofensiva adversa. Es una acción por la cual se intenta hacer fracasar la ofensiva del rival, bien anticipándose al final del ataque del rival.



DESPLAZAMIENTOS

El movimiento del esgrimista a lo largo de la pista, incluyendo avanzar, retroceder y ejecutar movimientos específicos como el fondo. Es crucial para mantener la distancia y la posición estratégica durante el combate



PREPARACIÓN

Los movimientos y técnicas utilizados para crear una apertura para atacar, como fintas y amagos. La preparación permite explotar las reacciones del oponente para ejecutar un ataque efectivo.

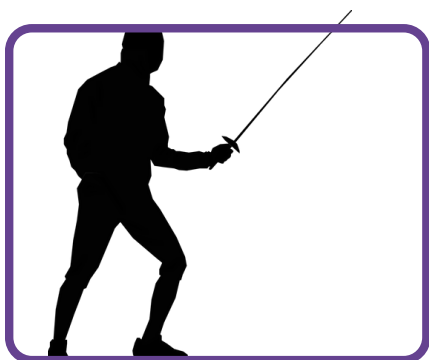




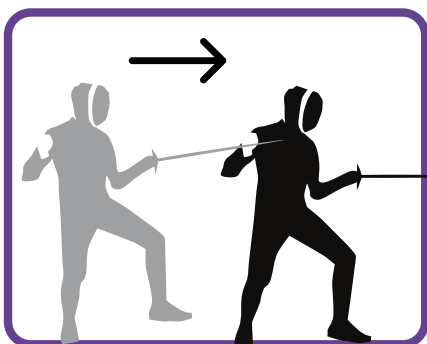
5.2 LOS DESPLAZAMIENTOS BÁSICOS DE ESGRIMA Y ESGRIMA EN SILLA.



El saludo es un gesto de cortesía en la esgrima y se realiza antes y después del asalto. Al inicio del combate se dirige un saludo al adversario, al árbitro y a los asesores. El saludo debe realizarse con seriedad ya que es una señal de respeto hacia el adversario y los árbitros. El hecho de no ejecutarlo puede ser sancionado con una tarjeta



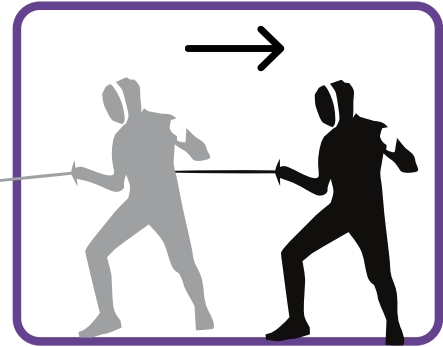
La guardia es la posición inicial y fundamental en esgrima. Es la postura desde la cual se lanzan los ataques y se realizan las defensas. El pie delantero debe apuntar hacia adelante, mientras que el pie trasero debe estar ligeramente girado hacia afuera, formando un ángulo de 90 grados. Flexiona las rodillas ligeramente para mantener una postura baja y estable. Mantén el peso del cuerpo equilibrado entre ambos pies. El brazo armado en ángulo de 45 grados.



El marchar es un desplazamiento hacia adelante hecho a partir de la posición básica de guardia. Comienza con el desplazamiento del pie delantero apoyando solo el talón. Después al mismo tiempo que se apoya la planta del pie delantero se aproxima el pie trasero manteniendo la misma distancia entre los pies. Mantener la postura y el equilibrio durante todo el movimiento.

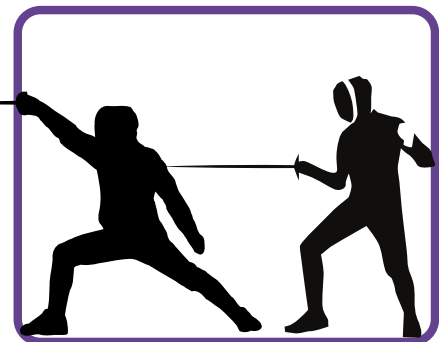


El Romper es un desplazamiento hacia atrás hecho a partir de la posición básica de guardia. Desde la posición de guardia, desliza el pie trasero hacia atrás unos pocos centímetros. Inmediatamente después, sigue con el pie delantero, manteniendo la misma distancia entre los pies. Mantén la postura y el equilibrio durante todo el movimiento



El **fondo** es el desplazamiento más común para tocar al rival. Comienza con la extensión completa del brazo armado, continua con la elevación del pie delantero dando una patada enérgica hasta estirar completamente la pierna, y finaliza con la extensión de la pierna trasera buscando la máxima velocidad de ejecución. Por último realizaremos una proyección del brazo no armado, para conseguir mayor impulso hacia adelante y equilibrar el cuerpo.

La toma de contacto del pie delantero con el suelo debe ser por el talón y en la línea base.



La **guardia en esgrima en silla de ruedas** es la posición básica desde la cual el esgrimista se prepara para atacar o defenderse. En esta posición, el esgrimista se sienta erguido con el cuerpo ligeramente perfilado hacia el adversario. El brazo armado se flexiona, con el codo separado del cuerpo (20 cm). Si la discapacidad lo permite, el brazo no armado se coloca hacia atrás, sujetándose a la barra lateral o rueda para apoyo. En caso contrario, debe mantenerse perfilado para minimizar el blanco.



El desplazamiento de **avance** en esgrima en silla de ruedas implica inclinarse hacia adelante desde la cintura, desplazando el peso sobre la cadera del brazo armado. Durante el avance, se puede levantar ligeramente la nalga trasera del asiento sin mover la silla, manteniendo el equilibrio con el brazo no armado semiflexionado y la cabeza erguida mirando al adversario. Este movimiento debe ser rápido y controlado para maximizar el alcance sin perder estabilidad.



La **retirada** en esgrima en silla de ruedas es una técnica defensiva donde el esgrimista se inclina hacia atrás desde la cintura para esquivar ataques. Durante este movimiento, el esgrimista mantiene el equilibrio y la estabilidad, con el brazo armado. El brazo no armado se utiliza para mantener la estabilidad, semiflexionado o apoyado en la silla si es posible. La cabeza se mantiene erguida y los ojos enfocados en el adversario, permitiendo una rápida reacción a cualquier cambio en el combate.



El **fondo** en esgrima en silla de ruedas es un movimiento ofensivo donde el esgrimista se inclina hacia adelante desde la cintura para extender su alcance y atacar al oponente. Durante el fondo, el brazo armado se extiende hacia adelante, mientras que el esgrimista puede levantar ligeramente la nalga trasera del asiento para maximizar el alcance sin desplazarse sobre la silla. El brazo no armado permanece semiflexionado y la cabeza erguida, mirando al adversario. Este movimiento debe ser rápido y controlado para evitar perder el equilibrio y estar preparado para una rápida recuperación.



5.3 LA DISTANCIA

En esgrima, la distancia entre los tiradores es crucial para la estrategia y ejecución de movimientos. La distancia se define por la longitud máxima del fondo del tirador. Existen tres tipos principales de distancias en esgrima:

Distancia Corta: En esta distancia, un tirador puede tocar a su oponente simplemente extendiendo el brazo armado, sin necesidad de mover los pies. Es una distancia de respuesta rápida y eficaz.

Distancia Media: Es la distancia de ataque estándar. En esta distancia, un tirador puede realizar un tocado mediante la ejecución de un fondo, que implica el desplazamiento hacia adelante con una extensión del brazo armado. Esta es la distancia más comúnmente utilizada para realizar ataques efectivos.

Distancia Larga: Para alcanzar al oponente desde esta distancia, es necesario un desplazamiento hacia adelante antes de ejecutar el ataque. Esto se conoce como "marchar y fondo", donde el tirador se acerca con uno o varios pasos antes de lanzar su ataque. Esta distancia permite ajustar el timing y prepararse para sorprender al oponente.

La correcta gestión de estas distancias es fundamental en esgrima, ya que permite a los tiradores mantener el control de la situación y aprovechar las oportunidades para atacar o defenderse eficazmente.



5.4 LA CONVENCION

La espada no tiene reglas de prioridad; el primer tirador en tocar se lleva el punto. Si ambos tiradores tocan simultáneamente, se otorgan puntos a ambos. En cambio, el florete y el sable son armas de convención, donde existe la prioridad.

Ataque con prioridad: Para ganar la prioridad en un ataque, el tirador debe ser el primero en iniciar el movimiento extendiendo el brazo armado y amenazando un blanco válido. El esgrimista defensor no puede iniciar un ataque válido hasta que no quite la prioridad al atacante, lo que puede lograrse con una parada o un esquite, o puede optar por no hacerlo y cambiar su estrategia.

Defensa y contraataque: La táctica defensiva implica bloquear el ataque del oponente mediante una parada o esquivarlo. Una vez que el defensor consigue neutralizar el ataque del oponente, puede convertirse inmediatamente en el atacante y ganar la prioridad para realizar un toque válido. Si ambos tiradores intentan atacar simultáneamente y tocan al mismo tiempo sin que uno de ellos tenga la prioridad clara, no se concede punto a ninguno de los dos.





La esgrima es un deporte que se practica en dos formatos principales: **competición individual y competición por equipos**. Se compite en tres modalidades: espada, florete y sable. Como hemos visto anteriormente, cada modalidad tiene sus propias reglas y características, lo que añade una gran diversidad a este deporte.

6.1 COMPETICIÓN INDIVIDUAL

En la **fase inicial** denominada **poule**, los competidores se dividen en grupos y se enfrentan todos contra todos dentro de cada grupo. Esta división se puede hacer de forma aleatoria o basada en la clasificación del ranking, Los grupos suelen estar compuestos por aproximadamente 6 a 8 personas, dependiendo del número total de participantes en la competición. 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.

Los esgrimistas que pasan la ronda de poules avanzan a una segunda fase donde se establece un cuadro **de eliminación directa**, 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.

6.2 COMPETICIÓN POR EQUIPOS

La competición por equipos se lleva a cabo a través de rondas de eliminación directa denominados encuentros. Cada equipo está compuesto por tres esgrimistas titulares y un suplente. Se dividen en nueve asaltos, cada uno de cinco tocados o tres minutos, enfrentando a los miembros de un equipo contra los del equipo contrario.

Gana el equipo que llegue primero a los 45 tocados 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.





PREGUNTAS

¿QUÉ ES LA POSICIÓN DE GUARDIA Y POR QUÉ ES FUNDAMENTAL EN LA ESGRIMA?

¿QUÉ SIGNIFICA EL CONCEPTO DE "CONVENCIÓN" EN LA ESGRIMA Y CÓMO AFECTA A LOS COMBATES CON FLORETE Y SABLE?

¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES DIFERENCIAS ENTRE LA COMPETICIÓN INDIVIDUAL Y LA COMPETICIÓN POR EQUIPOS EN ESGRIMA?

¿POR QUÉ CREES QUE LA ESGRIMA HA SIDO UNA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS MÁS ESTUDIADAS EN LA ANTIGÜEDAD?

¿CÓMO HA CONTRIBUIDO LA ESGRIMA A LA INCLUSIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDADES EN EL DEPORTE?



7. NORMAS BASICAS DEL REGLAMENTO DE ESGRIMA

7.1 LA PISTA

Está hecha de metal o de un material conductor que facilita la neutralización de los golpes al suelo. Esto significa que la pista está preparada para no registrar tocados cuando el arma toca el suelo, evitando así falsas señales en el marcador.

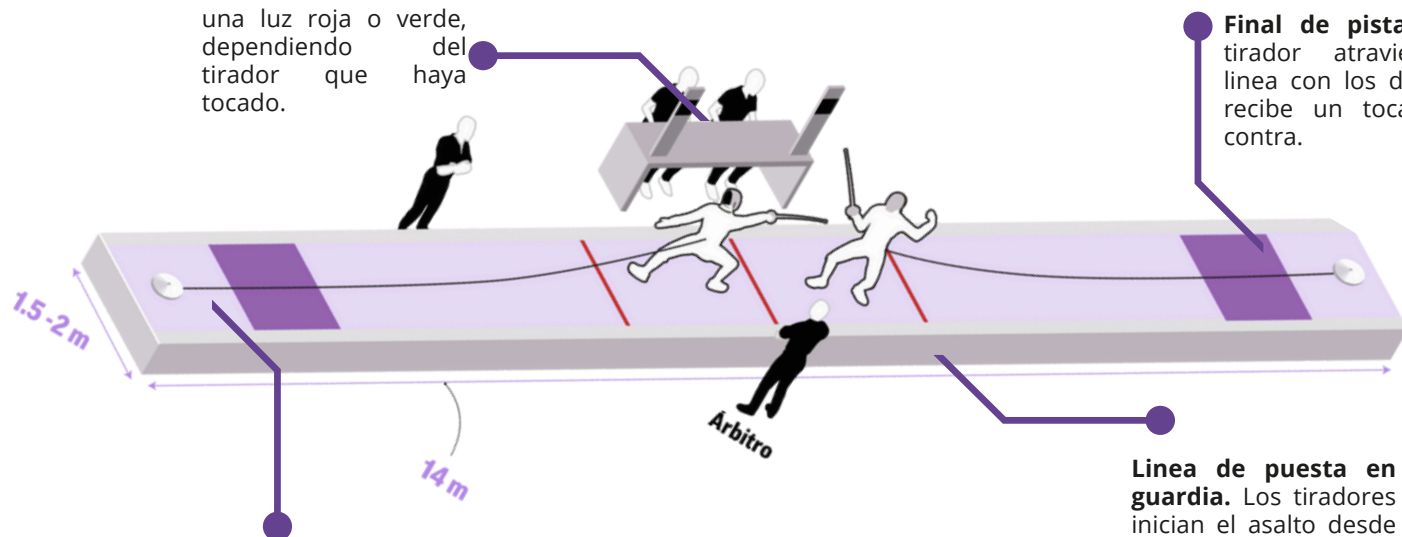
El marcador electrónico, que registra los tocados, se conecta al rulo, también conocido como, mediante alargaderas. El rulo, a su vez, se conecta al esgrimista a través de un dispositivo llamado pasante. Este pasante asegura una conexión firme y estable, conectando un extremo al esgrimista y el otro extremo al arma. Este sistema permite una transmisión precisa de las señales de tocado, desde el arma hasta el marcador, asegurando que solo los tocados válidos sean registrados.

La 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 e 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.

Aparato. Señaliza los tocados al encenderse una luz roja o verde, dependiendo del tirador que haya tocado.

Final de pista. Si el tirador atraviese la línea con los dos pies recibe un tocado en contra.



Rulo: Cable enrollado que conecta el arma del esgrimista al sistema de puntuación electrónico

Línea de puesta en guardia. Los tiradores inician el asalto desde esta línea después de un tocado.





7.2 LAS FUNCIONES DEL ARBITRO

El árbitro, desempeña un papel crucial en las competiciones de esgrima, asegurando que los asaltos se desarrollen de manera justa, segura y conforme a las reglas. A continuación, se describen sus principales funciones:

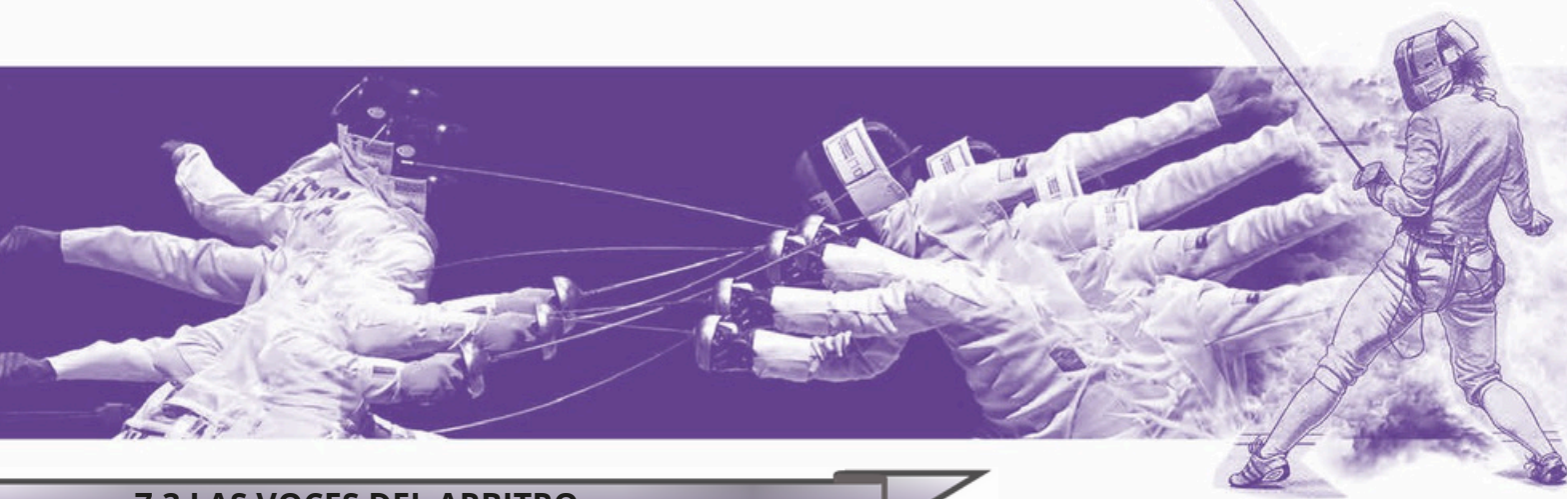
El árbitro es responsable de supervisar el asalto, lo que incluye dar las señales de inicio y fin con las palabras "En garde" (En guardia), "Prêts" (Listos) y "Allez" (Adelante). Además, gestiona el cronometraje del asalto, incluyendo pausas y tiempos muertos, para asegurar que se respeten los tiempos reglamentarios.

Una de las principales funciones del árbitro es la aplicación de las reglas. Interpreta y aplica las reglas de esgrima, asegurando que todos los competidores las cumplan. También decide sobre la validez de los tocados, basándose en la señalización del sistema electrónico y su propia observación. En caso de disputas o desacuerdos durante el asalto, el árbitro tiene la autoridad para resolverlas, consultando con los jueces de línea si es necesario.

El árbitro también gestiona las penalizaciones. Emite advertencias y sanciones a los esgrimistas por infracciones de las reglas, utilizando tarjetas de colores (amarilla, roja y negra) para indicar las penalizaciones. En casos de faltas graves o comportamiento antideportivo, el árbitro puede expulsar a un esgrimista del asalto o de la competición.

La seguridad de los competidores es una prioridad para el árbitro. Antes del inicio del asalto, verifica que todo el equipamiento de los esgrimistas (armas, máscaras, chaquetillas, etc.) esté en buen estado y cumpla con las normas de seguridad. Si un competidor resulta lesionado, el árbitro detiene el asalto y permite que el esgrimista reciba atención médica.





7.3 LAS VOCES DEL ARBITRO



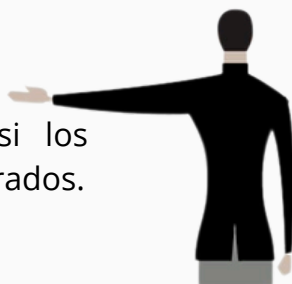
En guardia: Para que los tiradores pasen a posición de guardia.



Alto: Para parar el asalto.



Listos: Para saber si los tiradores están preparados.



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



Adelante: Para comenzar o continuar el asalto.



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



Tocados: Tocados ambos tiradores.

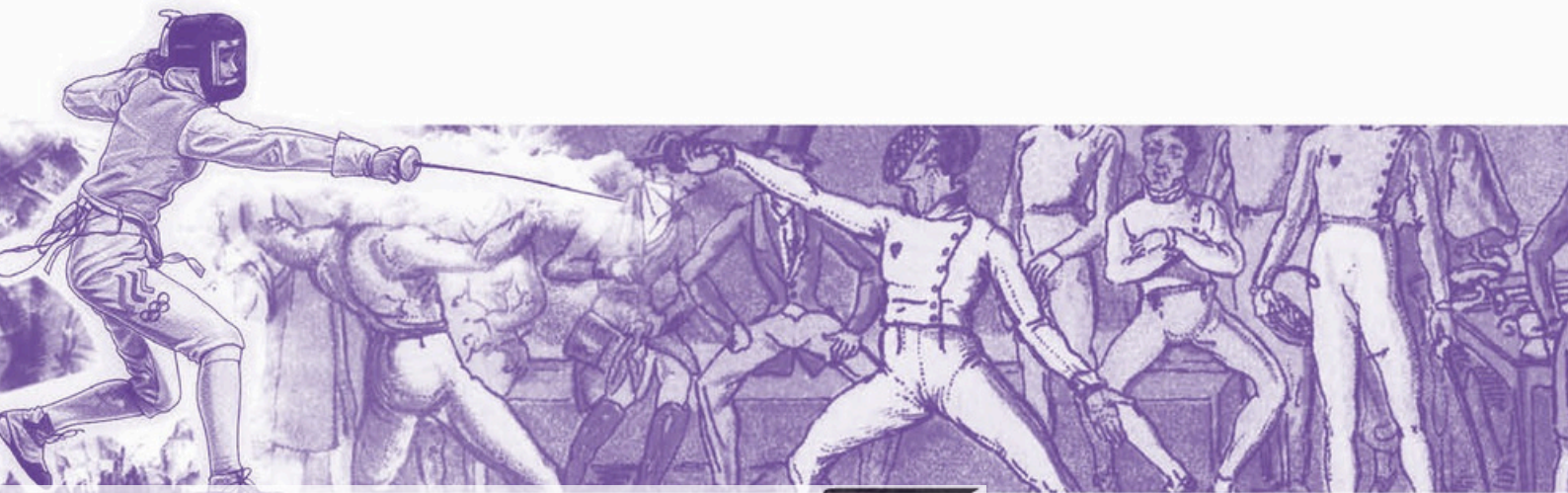


Tarjeta amarilla: Advertencia

Tarjeta roja: Un tocado en contra.

Tarjeta negra: Expulsión





7.4 LAS SANCIONES

Tarjeta Amarilla (Advertencia)

- 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.





¿SABÍAS QUE...?

¿SABÍAS QUE LAS TARJETAS DE SANCIÓN SE INTRODUCIERON EN ESGRIMA MUCHO ANTES DE QUE SE ADOPTARAN EN OTROS DEPORTES MÁS POPULARES?

¿CUÁLES SON LAS VOCES PRINCIPALES QUE UTILIZA UN ÁRBITRO PARA DIRIGIR UN COMBATE Y QUÉ SIGNIFICAN?

¿IDENTIFICAS QUE SON?



¿CUÁLES SON LAS DIMENSIONES Y CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE UNA PISTA DE ESGRIMA?

¿QUÉ TIPOS DE SANCIONES PUEDE IMPONER UN ÁRBITRO Y CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DE CADA UNA?





Cofinanciado por
la Unión Europea

