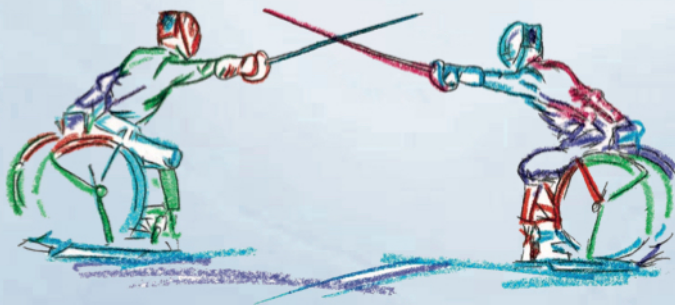




«По ко́ням! Вперед к фехтовальным победам!»



Советы юным фехтовальщикам, желающим овладеть мастерством клинка, познать мудрость великих мастеров, научиться правилам поведения и вежливости во время поединков и открыть для себя целый мир прекрасного исторического вида спорта – фехтования!

Дорогие юные фехтовальщики!

В этой брошюре мы собрали для вас интересные истории, высказывания великих мастеров о фехтовании и важные правила поведения в фехтовальном зале и во время боёв.

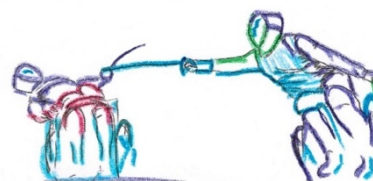
Здесь вы познакомитесь с миром фехтования олимпийского и паралимпийского, его многовековыми традициями и современными правилами по судейству и экипировке, а также девизом настоящих мушкетёров!

Фехтование – это:

- СПОРТ КУЛЬТУРЫ И УВАЖЕНИЯ!
- СПОРТ ХРАБРЫХ И СМЕЛЫХ!
- СПОРТ ДРУЖБЫ:



«Один за всех, и все – за одного!»



«Фехтование есть искусство наносить удары, не получая их. Необходимость тронуть противника, избегая его ударов, что делает искусство фехтования чрезвычайно сложным, ибо к глазу, который видит и предупреждает, к рассудку, который обсуждает и решает, к руке, которая выполняет, необходимо прибавить точность и быстроту, чтобы дать жизнь оружию».

Мольер

Историческая справка

Фехтование – это вид спорта, имеющий в своей основе единоборство на холодном оружии, и искусство, которое имеет глубокую историю, начинающуюся ещё с древнейших времён. Оно требует физической подготовки, ловкости и скорости реакции, а также интеллектуального развития. Только путём анализа психологии и поведения противника можно добиться победы. Не зря фехтование называют «шахматами в движении». В разных странах и на разных континентах это красивое единоборство присутствовало в том или ином виде.

Со временем необходимость использования фехтования для защиты от нападений на улицах города ушла в историю, и фехтовальные традиции трансформировались в спорт на трёх видах спортивного оружия: саблях, рапирах и шпагах, поединки стали проходить как личные, так и командные, были созданы международные правила для проведения турниров. Затем стали появляться дополнительные направления в фехтовании: историческое, артистическое, ветеранское, различные виды восточных единоборств на мечях, а в середине XX века в Европе зародилось паралимпийское фехтование как способ реабилитации пациентов с различными травмами.



Этикет фехтования – секрет салюта Сергей Мишенёв* (отрывок)

Старинное предание гласит: когда-то давно, молодой мастер получил вызов от старого, опытного бретёра**. И когда они встретились для поединка, юноша встал в каноническую позу для приветствия своего противника. Однако тот, отличавшийся, по-видимому, дурным воспитанием, выхватив шпагу, сразу бросился в атаку, пренебрегая церемонией фехтовального салюта.

Однако молодой мастер, воспитанный в самых лучших традициях, вознамерился всё-таки завершить свой салют и, несмотря на явную угрозу, принялся совершать канонические движения шпагой. Предвкушая молниеносную победу, бретёр нанёс свой первый удар. Но вдруг его безупречная атака натолкнулась на защиту противника и, более того, ему самому в тот же миг пришлось уклоняться от ответного укола! Тогда бретёр возобновил попытку поразить молодого мастера, который продолжал совершать круги и поклоны шпагой и, казалось, даже не замечал опасности. Но раз за разом клинок бретёра наталкивался на оружие противника, то и дело возникающего на пути смертоносной атаки. А ещё через несколько секунд молодой мастер сделал завершающее приветственное движение, и... насквозь пронзил невежливого соперника!

...Странная история. Странная и, на первый взгляд, нелепая, с точки зрения боевых искусств. Действительно, мы знаем, что традиция приветствовать противника перед

боем развивалась с древнейших времён и у многих народов. Эта традиция дожила и до наших дней в виде небольшого поклона оружием в сторону соперника и судей, которые делает на соревнованиях спортсмен-фехтовальщик. Однако увидеть в этом какой-либо практический смысл, вроде того, что упомянуто в предании, кажется, невозможно. Но ведь верно и то, что предания никогда не возникают на пустом месте!



А для настоящего раскрытия секрета салюта оказалось достаточно лишь внимательно присмотреться. Ведь этот ритуал включал в себя неслучайные движения. В его состав входили различные приёмы фехтования: мулинеты, пере-

воды, атаки выпадам, батманообразные защиты... Всё это переплеталось с довольно напряжёнными движениями – вытянутые руки, вывернутые запястья, широкие круги руками, напоминающими дыхательную гимнастику...

Разгадка оказалась прозаичной и в высшей степени практичной! Оказывается, исполняя Большой салют, противники не только приветствовали друг друга, но ещё и разминались перед боем!

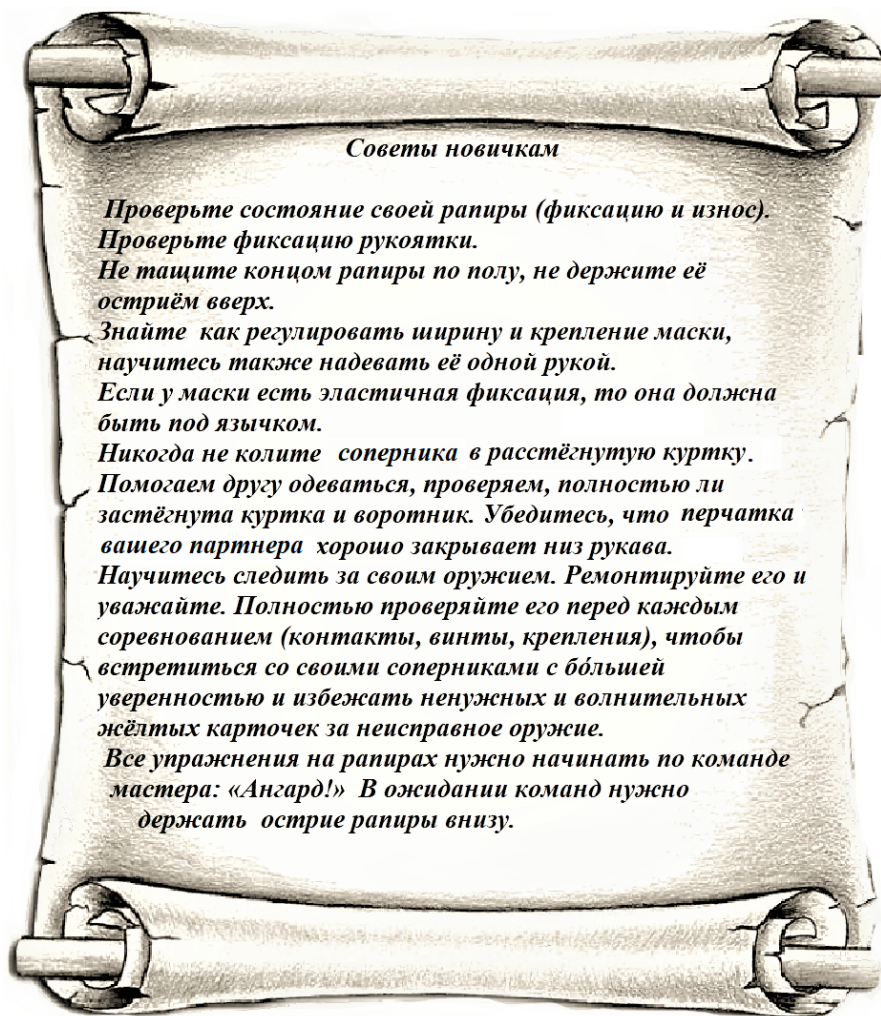
*Сергей Мишенёв – преподаватель фехтования, профессиональный постановщик фехтовальных сцен, чемпион России, вице-чемпион мира, обладатель международных кубков по артистическому фехтованию, автор книги «Шпага мастера» и других.

** Бретёр, устар. бретёр (фр. bretteur от brette «шпага») – заядлый, «профессиональный» дуэлянт, готовый драться на дуэли по любому, даже самому ничтожному поводу.

Правила поведения в оружейных залах фехтовальных академий французского короля Людовика XIII (1601-1643 гг.)



Не ругаться в зале.
Не говорить бранных слов.
Не смеяться над оружием других.
Не мешать тем, кто учится или берёт урок.
Не оставлять своё оружие без присмотра.
Не фехтовать без перчатки или маски.
Не пересекать занятую дорожку.
Не курить в оружейном зале и не говорить о политике.
Не шутить, последствия могут быть неприятными.
Будьте вежливы и приветливы при входе и выходе.
Новый клинок, взамен сломанного, оплачивает тот, в чьих руках осталось его основание.
Ученик должен тренироваться регулярно, относиться серьёзно и ответственно.
В бою, если вы уронили оружие соперника, поднимите его и вежливо отдайте.
Регулярно оплачивайте взносы – это честь для ученика.



Высказывания великих мастеров об искусстве фехтования



– «Фехтование нас учит: чтобы победить противника, сначала нужно одержать победу над самим собой. А ведь это самая красивая из побед и самая достойная, какую человек может одержать».

Рене Лакруа

– «После неудачного фехтовального поединка проигравшие иногда сетуют на свою руку, часто на свои ноги, но никогда на свою голову».

Мэтр Арсен Вижеан

– «Фехтование – это интеллектуальный вид спорта. Фехтовальщик, как и писатель, имеет свой стиль. У рапириста стиль витиеватый, а у шпажиста – прямолинейный. Шпага высказывается без прикрас, хотя и не без внутренней сложности».

Люсьен Годан

– «В процессе фехтовальной тренировки рождается множество идей и разнообразных чувств. Не кажется ли вам, что занятия фехтованием – это прекрасная «интеллектуальная гимнастика», которая развивает качества, присущие умному, гордому, сильному и решительному человеку?»

Доктор Фелизе

Советы для будущих мастеров

– Будь вежлив до поединка, во время и после его окончания, каким бы ни был его результат. Всегда приветствуй своего соперника, судью и зрителей фехтовальным салютом, а после окончания боя обязательно пожмите друг другу руки в знак уважения и благодарности за урок. Слабый соперник укрепит твою уверенность в своих силах, а сильный соперник в бою укажет тебе на твои слабые стороны, над которыми ты должен ещё поработать.

– Развивай чувство дистанции перед атакой.

– Внимательно следи за движениями своего соперника и изучай особенности его поведения, чтобы верно спланировать свою атаку.

– Заставь своего соперника ответить на твоё тактическое начало.

– Атака требует смелости, решительности и точности.



Фехтовальный словарь профессора Давида Абрамовича Тышлера (в сокращении)

Атака – инициативное наступательное действие с целью нанесения укола (удара), выполняемое выпрямлением вооружённой руки с непрерывной угрозой поражаемой поверхности противника.

Атака основная – начинающая боевую схватку.

Атака на подготовку – выполненная на противника, приближающегося с целью перехода в атаку.

Атака ответная – выполненная на противника, отступающего после неудавшейся атаки.

Атака повторная – выполненная на противника, защитившегося без попытки ответа, отступлением или уклонением.

Атаки обоюдные – начинаемые и завершаемые обоими фехтовальщиками одновременно.

Атака простая (ответ, контратака, ремиз, нападение с прямой рукой) – выполняемая с одготемповым движением оружия.

Атака с действиями на оружие – состоящая из батмана (захвата, завязывания) и укола (удара).

Атака (ответ) с финтами – выполняемая с угрожающими движениями оружием и уколом (ударом).

Атака комбинированная – состоящая из действия на оружие, финтов и укола (удара).

Батман – удар оружием по клинку противника с целью его поколебать или вывести за пределы поражаемой поверхности.

Боевая стойка – положение фехтовальщика, отражающее его готовность к ведению поединка.

Боевая схватка – отдельный эпизод поединка, состоящий из непрерывно следующих действий.

Бой – спортивный поединок на холодном оружии, обусловленный правилами соревнований.

Владеть соединением – быть защищённым от нападений прямо.

Вызов – действие, побуждающее противника на применение определенного действия.

Выпад – движение фехтовальщика вперёд из боевой стойки.

Гарда – металлический щиток выпуклой формы на эфесе оружия для защиты кисти от уколов (ударов).

Двойной перевод – атака (ответ), состоящая из одного финта переводом и укола переводом в другой сектор, с целью обойти прямую (полукруговую) защиту противника.

Действие – движение фехтовальщика, применяемое для решения тактических задач в отдельной схватке.

Действие однотемповое (двухтемповое, трёхтемповое, многотемповое) – продолжительностью выполнения одного (двух, трёх, серий) движения (действия) оружием.

Действие подготавливающее – без задачи нанесения или отражения укола (удара).

Действие преднамеренное – действие, выполнение которого спортсмен заранее предполагал.

Действие экспромтное – выполняемое при неожиданно возникающем поводе.

Действие преднамеренно-экспромтное – с преднамеренной начальной фазой и экспромтным завершением.

Действие первого намерения – без передачи противнику тактической и временной правоты в ходе схватки.

Действие последующих намерений – с передачей противнику тактической правоты или преимущества во времени и последующим их завоеванием в ходе непрерывной схватки.

Действительный укол (удар) – отчётливо нанесённый в поражаемую поверхность.

Дистанция – расстояние между фехтовальщиками в поединке.

Дистанция ближняя – расстояние между фехтовальщиками, с которого можно поразить противника уколом (ударом), действуя только вооружённой рукой.

Дистанция средняя – расстояние между фехтовальщиками, с которого можно поразить противника уколом (ударом) с выпадом.

Дистанция дальняя – расстояние между фехтовальщиками, с которого можно поразить противника уколом (ударом), сделав предварительно шаг вперёд и выпад.

Захват – силовое воздействие оружием на клинок противника в соединении с ним.

Защита – отражение своим оружием оружия противника, совершающего атаку или контратаку.

Игра оружием – перемещение клинка как при отсутствии, так и при наличии контакта с оружием противника.

Контратака – нападение на противника с целью опередить начатую им атаку или избежать укола оппозицией, уклонением.

Контрзащита – отражение оружием ответа противника.

Контрответ – нападение, выполняемое непосредственно после отражения оружием ответа противника.

Контртемпл – нападение с целью опередить атаку противника на подготовку.

Лезвие – рубящий край сабельного клинка.

Линии фехтовальные – условное понятие о сторонах пространства, лежащих внутри и снаружи (вверх и вниз) от клинка фехтовальщика.

Ложные нападения и защиты – выполняемые с меньшей длиной, чем это необходимо при нанесении укола (удара) противнику, с большей глубиной – при отражении его нападений.

Маневрирование – глубокое перемещение туловищем.

Маскировка – действие, отвлекающее противника от определенных намерений или предстоящих действий, скрывающее состояние.

Намерение – тактическая задача боевого действия.

Нападение – попытка нанести укол (удар) вне зависимости от тактической правоты или разницы во времени между действиями фехтовальщиков.

Нападения встречные – выполненные с целью противодействия атакующему (наносящему ответ) противнику, при взаимных попытках нанесения укола (удара).

Недействительный укол (удар) – нанесённый в непоражаемую поверхность фехтовальщика.

Непоражаемая поверхность – части тела фехтовальщика, нападения в которые не засчитываются.

Обух – утолщённый край сабельного клинка.

Оппозиция – силовое воздействие оружием на оружие противника с целью закрыть один из секторов поражаемой поверхности в ходе нападения и избежать укола (удара).

Оружие фехтовальное – рапиры, шпаги, сабли, состоящие из клинка, гарды, рукоятки.

Острый клинок – конец оружия, предназначенный для нанесения укола, имеющий наконечник.

Ответ – нападение, выполняемое непосредственно после защиты.

Перевод – нападение, выполняемое с обведением клинка, гарды или вооружённой руки противника.

Перенос – нападение, выполняемое с обведением острия клинка противника.

Перемена соединения – перемещение оружия из одной линии в другую.

Позиция – положение оружия по отношению к собственной поражаемой поверхности фехтовальщика.

Показ укола (удара) – угрожающее движение оружием в направлении поражаемой поверхности противника, имитирующее начальную фазу нападения.

Поражаемая поверхность – части тела фехтовальщика, нападения в которые засчитываются в соревнованиях.

Прямая рука – положение, в котором вооружённая рука спортсмена выпрямлена, а острие клинка угрожает поражаемой поверхности.

Разведка – действие, применяемое с целью получения информации о противнике.

Рапира – спортивное колющее оружие весом 500 грамм, с клинком длиной до 90 см прямоугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 12 см.

Ремиз – нападение после столкновения с защитой противника с целью опережения ответа.

Сабля – спортивное рубяще-колющее оружие весом до 500 грамм с клинком не более 88 см трапециевидного сечения и овальной гардой, имеющей дужку.

Салют – приветствие движением оружия.

Сектор – часть поражаемой поверхности фехтовальщика, ограниченная вертикальной и горизонтальной линиями, пересекающимися в центре гарды. Сектор может быть верхним или нижним, внутренним или наружным.

Соединение – соприкосновение клинков.

Тактика – характер ведения боя и сумма способов обыгрывания, применяемых фехтовальщиком в единоборстве.

Тактическая правота – преимущество, определяемое правилами соревнований для атак и ответов при взаимных уколах (ударах) в фехтовании на рапирах и саблях.

Техника – совокупность наиболее целесообразных приёмов фехтовального боя, а также структура и другие параметры их выполнения.

Удар – прикосновение лезвия (или первой трети обуха со стороны острия) клинка с определённой силой к поражаемой поверхности противника.

Удвоенный перевод – атака (ответ), состоящая из одного финта переводом и укола переводом в тот же сектор с целью обойти круговую защиту противника.

Уклонение – перемещение поражаемой поверхности с целью затруднить противнику нанесение укола (удара) и избежать его получения.

Укол – прикосновение острия клинка к поражаемой поверхности противника с определённой силой, фиксируемое аппаратом-электрофиксатором. На рапирах усилие укола составляет 500 грамм, на шпагах – 750 грамм.

Фехтование – вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии.

Фехтовальный темп – продолжительность выполнения одного простого действия.

Финт – угрожающее движение оружием, вызывающее у противника реагирование защитой.

Части клинка – условное деление клинка на слабую (ближнюю к острию оружия), среднюю и сильную (ближнюю к гарде) части.

Чувство боя – специализированное свойство фехтовальщика, основанное на скорости и точности двигательных восприятий. Чувство боя включает в себя чувство времени, чувство дистанции, чувство оружия и ритма боя.

Чувство времени – специализированное свойство фехтовальщика в оценке микроинтервалов времени.

Чувство дистанции – специализированное свойство фехтовальщика, основанное на точности оценки расстояния до противника.

Чувство оружия – специализированное свойство фехтовальщика, основанное на скорости и точности тактильных восприятий своим клинком – клинка соперника.

Шпага – спортивное колющее оружие весом до 770 грамм, с клинком длиной до 90 см треугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 13,5 см.

Электрофиксатор – аппарат для судейства боёв, фиксирующий уколы и удары в фехтовании на рапирах (достаточно 500 грамм), шпагах (750 грамм), саблях (лёгкое прикосновение), преимущество во времени нанесения укола в фехтовании на шпагах.



Тактические подсказки для начинающих фехтовальщиков

– Всегда внимательно наблюдайте за поединками соперников, тогда сможете предугадывать их действия и строить план своего боя с ними.

– На простую атаку всегда нужно поставить защиту, а не колоть навстречу.

– А на атаку с финтами лучше делать контратаку.

– Если вы знаете, что соперник любит делать контратаку, смело выходите в простую атаку, его укол окажется встречным, и тактическая правота будет на вашей стороне. А если ваш соперник предпочитает защиты, выполняйте против него комбинированные атаки – батман (захват) и перевод.

– Чередуйте в обороне линейные защиты с круговыми; контратаки и защиты. В этих случаях вашему сопернику трудно будет обойти ваш клинок.

– Чередуйте окончание атаки в наружный и внутренний сектор.

– Чередуйте простые атаки и атаки с финтами или комбинированными атаками.

– Если ваш соперник медленно уходит назад, делайте ответ быстро и прямо. А если соперник быстро уходит, перекрывая наружную или внутреннюю линии, давайте ответ переводом и с выпадом.



– Фехтовальщики на шпагах могут смело колоть навстречу сопернику. Загорятся два фонаря на электрофиксаторе – и оба будут засчитаны. Такие уколы называются «дубль». Ведь фехтование на шпагах максимально приближено к боевому виду оружия, любой укол в поражаемое пространство будет действителен.

Юные мушкетёры, ведите фехтовальный дневник!

– Записывайте количество тренировочных часов. Успешный результат придёт к вам после 10.000 часов, проведённых в фехтовальном зале.

– Записывайте приёмы и действия, которые изучаете с тренером, обязательно повторите пройденное перед следующей тренировкой.

– Внимательно следите за поединками соперников, записывайте их и запоминайте!

– Снимайте бои на видео, просматривайте их в замедленном виде. Обращайте внимание на движение клинков и передвижение соперников.

– Всегда помните счёт во время боя и по окончании его. Запишите после тренировки фамилии соперников и счета поединков в дневник.

– Ведите счёт выигранных и проигранных боёв с каждым соперником.

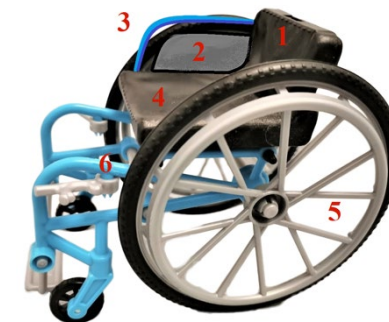
– Описывайте своё настроение и самочувствие до, во время и после тренировки.

– Записывайте рекомендации опытных фехтовальщиков, тренеров и товарищей по команде.

С помощью чего мы фехтуем

В паралимпийском фехтовании спортсмены фехтуют сидя в колясках – «боевых конях» – они закреплены в специальную в раму, фиксирующую положение коляски.

1 – Спинка коляски должна быть жёсткой, не прогибаться при нажатии, минимальная высота – 15 см. Сверху может быть нашит мягкий чехол.



2 – С одной стороны должен быть защитный щиток, не дающий спортсмену сползти на заднее колесо.

3 – Поручень для невооружённой руки. Он помогает лучше оттолкнуться в атаке и вернуться обратно в защиту.

4 – Подушка необязательна, но на ней спортсмену удобнее фехтовать. В её основе не должно быть жёсткого материала, а края её должны сгибаться по диагонали при надавливании. Максимально допустимая высота подушки – 10 см. Спортсмен должен сидеть посередине, подушка не может выступать больше чем на 3 см по бокам.

5 – На колёса одевают защитные круги с национальными флагами и эмблемами.

6 – Рама коляски должна быть параллельна полу, а сиденье – не выше 53 см от пола с любой из 4-х сторон.

На каждых соревнованиях технические специалисты проверяют все эти показатели и ставят маркировки.

Экипировка

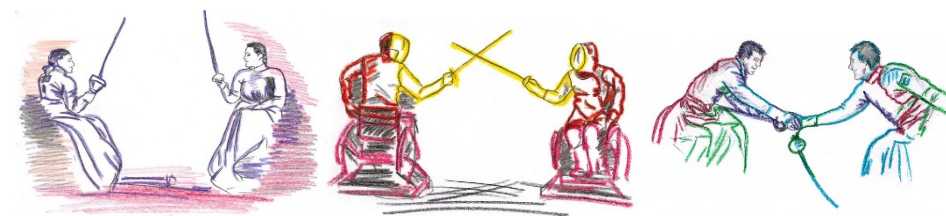


Дистанция

Дистанция на рапирах и саблях измеряется до внутреннего сгиба локтя, а на шпагах — до локтя.



Фехтовальные позиции



Салют!
Спортсмены приветствуют друг друга, судью и зрителей

Ангард!
Исходная позиция

Пожмите руки
после боя



Салют!



Глубокая защита



Длинный выпад в атаке



Позиция 4

Позиция 6

Позиция 7

Позиция 8



Позиция 3



Позиция 4



Позиция 5

Команды судьи

Судейство по фехтованию принято проводить на французском языке. Здесь вы можете увидеть, что означает каждая команда судьи, как она звучит и как выглядит соответствующий жест. Важно помнить, что до начала боя судья проверяет оружие и экипировку.



En garde!
Ангард!
Приготовились?

Pret? Allez!
Прэ? Але!
Готовы?
Начали!

Альт!
Стоп!
Halte!

Parade
Парад
Защита

Non valable
Но валябль
Недействительно



Point
Пуа
Очко



Touche!
Туш!
Укол/Удар



Attaque
Атак
Атака



Attaques
Атак
Атаки



Touches!
Туш!
Обоюдные уколы



Simultane
Симультанэ
Одновременно



Non!
Но!
Нет укола



Pas de touche/Rien
Па де туш/рьен
Никому



Non correct
Но корэкт
Неправильная атака

Наказание за несоблюдение правил Штрафные карточки



Carton jaune – жёлтая карта – преду-

преждение за следующие нарушения:

- Отсутствие спортсмена на дорожке во время соревнования после трёх приглашений судьи с интервалами в 1 минуту;
- Систематическая или умышленная смена позиции в коляске, или старт до команды «Начали!»;
- Уход с дорожки без разрешения;
- Поворот спиной к сопернику;
- Закрытие / замена действительной зоны поражения;
- Касание / держание электрической экипировки;
- Подъём / вставание с коляски во время боя;
- Систематическая или умышленная потеря баланса;
- Остановка боя без уважительной причины;
- Одежда / оружие (вес 500 грамм у рапиры, 750 грамм у шпаги) / коляска (должна иметь все необходимые маркировки о прохождении тестирования) не работают или не соответствуют правилам. Изгиб клинка превышает допустимое значение. Отсутствие запасного работающего оружия или шнура
- Выпрямление оружия с упором в дорожку;
- Для шпаги и рапиры: сгибание клинка,

- затягивание наконечника оружия на дорожке;
- Касание оружием поверхности электрокуртки;
- Для сабли: удар гардой;
- Отказ подчиниться судье;
- Неубранные волосы;
- Снятие маски до команды судьи „Halt!“;
- раздевание на дорожке;
- Уколы, нанесённые с жестокостью во время или после падения;
- Пассивность одного из спортсменов;
- Неоправданные обращения или жалобы.

При каждом последующем подобном нарушении спортсмен получает красную карту и штрафной укол.



Carton rouge – красная карта – штрафной укол за следующие нарушения:

- Использование безоружной руки;
- Повреждение / отстёгивание коляски, систематическое или умышленное;
- Остановка боя из-за травмы или повреждений, определённых врачом как несущественные;
- Отсутствие маркировочных знаков на оружии и коляске;
- Отсутствие написанного имени на спине, отсутствие национальной символики на одежде или несоответствие правилам соревнований;

- Умышленные уколы мимо соперника;
- Опасное, грубое или с особой жестокостью действие, выброс оружия в сторону соперника;
- Нечестное фехтование, нарушение порядка.

При каждом повторном подобном нарушении спортсмен получает красную карту и штрафной укол.



Carton noir – чёрная карта – удаление с соревнований за следующие нарушения:

- Спортсмен имеет электронное средство связи, позволяющее ему получать информацию во время боя;
- Подделка экипировки или знаков маркировки;
- Снабжение экипировки устройствами, позволяющими наносить уколы или влияющими на работу аппарата;
- Отказ вести бой с определённым соперником;
- Отказ приветствовать соперника, судью и зрителей до или после боя;
- Участие в сговоре;
- Преднамеренно позволять сопернику выиграть;
- Умышленная жестокость;
- Применение допинга.

Что такое допинг?

Допинг – это нарушение одного или нескольких правил Всемирного антидопингового Кодекса.

Таких правил десять:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркёров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменами запрещённой субстанции или запрещённого метода.
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение порядка предоставления информации о местонахождении (при запросе такой информации).
5. Фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля.
6. Обладание запрещённой субстанцией или запрещённым методом.
7. Распространение или попытка распространения любой запрещённой субстанции или запрещённого метода.
8. Назначение или попытка назначения любому спортсмену субстанции или метода, запрещённого в соответствующий период (соревновательный или внесоревновательный).
9. Соучастие в применении/распространении допинга.
10. Запрещённое сотрудничество.

Любой медицинский препарат или лекарство, которые необходимы спортсмену из-за болезни или по состоянию здоровья, необходимо проверять у спортивного врача! В случае жизненной необходимости или невозможности заменить препарат или лекарство на разрешённые обратитесь к своему тренеру или спортивному врачу, они помогут сделать специальный запрос на разрешённое терапевтическое использование (ТИ).

Каждый спортсмен лично несёт ответственность за то, что попадает в его организм!

Подробную информацию вы найдёте на сайте Паралимпийского комитета России в разделе Антидопинг <https://paralymp.ru/sport/antidoping/> на сайте Российского антидопингового агентства <https://rusada.ru/>

На этих сайтах вы самостоятельно можете проверить любое лекарство или препарат, а также пройти обучающие курсы.

СКАЖИ ДОПИНГУ: «НЕТ!»



Соревнования для юных фехтовальщиков

Для юных мушкетёров проводят следующие международные соревнования:

- Первенство мира для кадетов до 17 лет;
- Первенство мира для молодёжи до 23 лет;
- Кубки мира и турниры-сателлиты.

Все спортсмены, участвующие в международных турнирах, попадают в списки с международным рейтингом. Посмотреть его можно на сайте <https://iwas.ophardt.online/> в разделе «ranking».

А для участия в международных соревнованиях сначала нужно попасть в состав сборной команды России. Для отбора в национальную сборную среди кадетов и молодёжи, в России проводятся следующие турниры:

- Первенства России для фехтовальщиков до 17 и до 23 лет;
- Первенства регионов Москвы, Башкортостана, Новосибирского округа и других регионов до 17 и 23 лет.

За достижения в соревнованиях присваивают разряды и звания:

- 1-3 юношеские и взрослые разряды (за призовые места на Первенствах региональных);
- кандидат в Мастера спорта (за победу на Первенстве Москвы и Санкт-Петербурга, 1-3 место на Первенстве России);
- Мастер спорта (призовое место на Первенстве мира).

Спортсмены в фехтовании на колясках распределяются в трёх медицинских категориях «А», «В» и «С», в зависимости от имеющихся у них травм или заболеваний:

Категория «А» – спортсмены, имеющие ампутации нижних конечностей, с ДЦП, артрогриппозом и т.д. У спортсменов данной категории сохранён баланс сидя, есть опора на ноги и здоровая фехтующая рука;

Категория «В» – спортсмены с поражением спинного мозга грудного отдела позвоночника. У спортсменов данной категории нарушен баланс сидя, отсутствует опора на ноги, но при этом у них здоровая фехтующая рука;

Категория «С» – спортсмены, имеющие поражение спинного мозга шейного отдела позвоночника. Спортсмены данной категории нарушен баланс сидя, отсутствует опора на ноги и у них слабая фехтующая рука.

В каждой категории должно быть минимум 6 участников, чтобы соревнования признали состоявшимися и легитимными. Если в одной из категорий не хватает 6 спортсменов, то их объединяют с более сильной категорией и награждают как одну группу.

Тренировки фехтовальщиков состоят из уроков тренера, упражнений в парах с партнёром, работы на мишени и над передвижением, боёв по заданию и боёв на результат до 5 или 15 уколов, а также боевые практики с выявлением всех мест участников.

Сборная команда России желает вам увлекательных тренировок и успешных соревнований!

Пожелания и автографы чемпионов



Напечатано при поддержке
Международного благотворительного фонда
«За будущее фехтования»



Составители

Белкина Елена Борисовна,
Заслуженный тренер России,
президент МООИ «Федерация
паралимпийского фехтования»,
автор методических пособий по
фехтованию на колясках.



Овсянникова Ксения Андреевна,
Заслуженный Мастер спорта России,
чемпионка мира, чемпионка Европы,
многократная чемпионка России,
судья международной категории.



Червякова Елена Владимировна,
Мастер спорта международного класса,
призер чемпионатов Европы и мира,
многократная чемпионка России,
тренер по фехтованию на колясках,
судья международной категории.

Сайт Федерации паралимпийского фехтования
www.wheelfencing.ru