



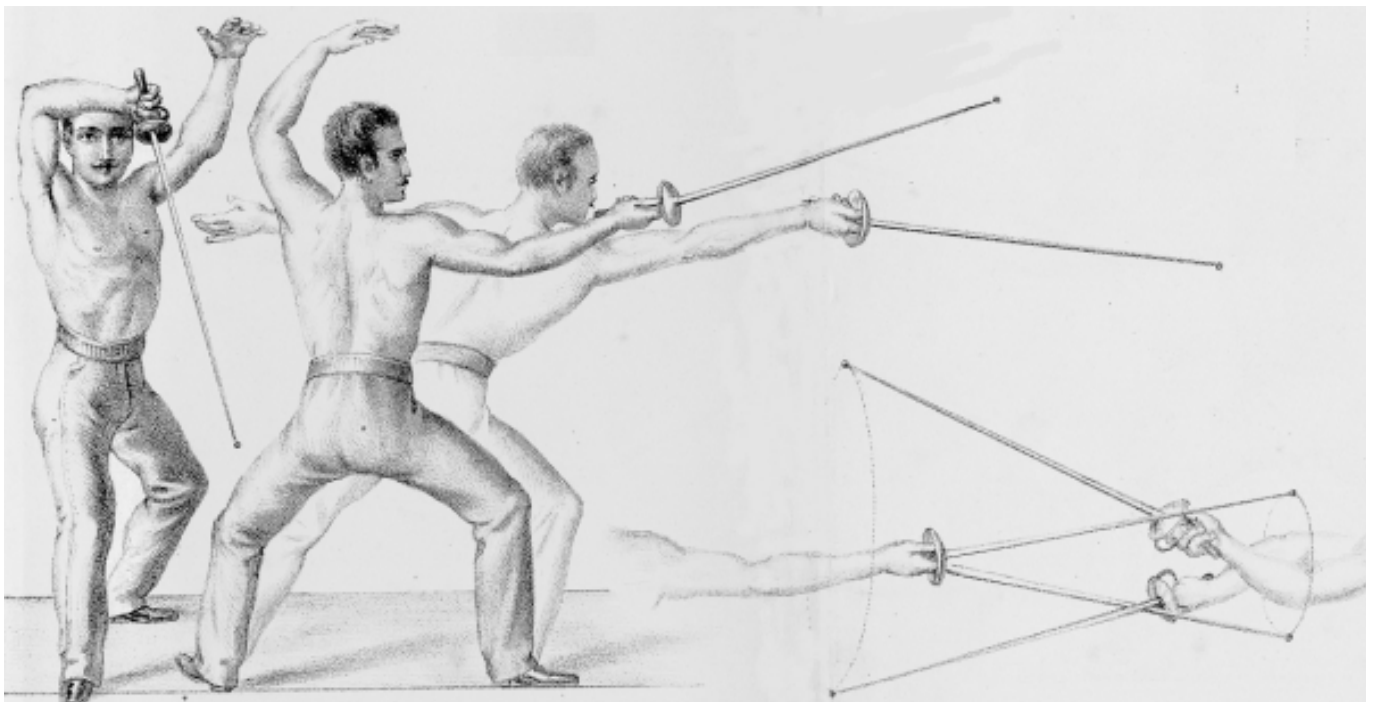
# **DISPENSE DI SPADA**

**Corsi per Istruttori**

**Pesaro - 4/11 settembre 1999**

**a cura del Maestro**

**Giancarlo Toran**



## INTRODUZIONE

La prima versione di queste dispense sulla spada è stata preparata per i corsi per Istruttori di Madonna di Campiglio, nel 1995. Alcune modifiche sono state apportate per i corsi di Misano Adriatico, nel 1996. Altre, e qualche aggiunta consistente, vanno a migliorare, spero, la leggibilità e la comprensibilità del testo, in vista dei corsi di Pesaro, ai primi di settembre 1999.

Lo scopo è quello di offrire un sussidio didattico agli aspiranti Maestri, per lo studio dell'arma tecnicamente più complessa e difficile: la spada.

L'aspirazione, data la lusinghiera accoglienza delle prime edizioni, è quella di trasformare, prima o poi, quando sarà pronta anche la parte iconografica, le dispense in trattato: svincolandolo da quello sul fioretto, che oggi è un suo indispensabile e ormai troppo dato complemento, e di cui si richiede, comunque, una discreta conoscenza. Perciò, mi sono sforzato costantemente di riferire la terminologia della spada a quella, consolidata, del fioretto: che pure mi pare necessiti di una approfondita revisione. Quando non mi è stato possibile fare altrimenti, ho introdotto termini e concetti nuovi, ma coerenti (almeno spero), spiegandone abbondantemente i motivi.

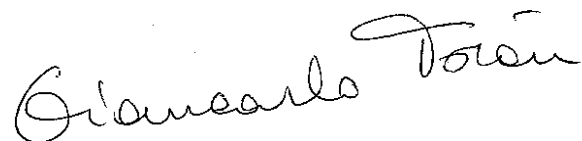
Parte qualificante e, secondo me, importante, di queste dispense è il capitolo sul modo di dare il ferro, assente nei trattati, e rimasto immutato, rispetto alle precedenti edizioni, perché mi è mancato il tempo di rimetterci mano. Nei corsi è la parte più richiesta, e più utile.

Ho aggiunto, alla fine, una sezione dedicata alla tattica, con riferimenti specifici alla spada. Per approfondimenti, invito a leggere altri miei lavori, indicati in bibliografia.

Ho sempre sollecitato, purtroppo senza esito, indicazioni, critiche, consigli, da parte dei lettori: siano essi colleghi, o studenti, o semplicemente cultori della materia. Spero, questa volta, in lettori più volenterosi: anche le polemiche, in materia di tecnica schermistica, non possono farci che bene. Del resto, anche per la necessità di chiudere il lavoro in tempo, temo che non mancheranno errori o sviste anche in questa seconda revisione, e me ne scuso in anticipo.

Giancarlo Toran

Palinuro, 25 agosto 1999



# La scherma di spada.

## Definizione della scherma

La scherma è, oggi, uno sport di opposizione derivante dall'arte marziale omonima. Comprende tre specialità olimpiche (dette anche *armi*), che prendono il nome dagli attrezzi sportivi utilizzati, e riproducono le armi di cui portano il nome: spada, sciabola e fioretto.

La scherma, disciplinata da regolamenti emanati dalla Fie, e dalle Federazioni sportive nazionali, consiste nell'offendere (colpire il bersaglio dell'avversario) e nel difendersi (evitare di essere colpiti) secondo modalità (bersaglio valido, modo di portare i colpi, regole di precedenza) diverse per ogni specialità.

Nella spada, alcune fra le più significative differenze, nel Regolamento Internazionale (R. I.), rispetto al fioretto e alla sciabola, sono l'estensione del bersaglio, il tempo di registrazione del colpo doppio, l'attribuzione della stoccata in caso di colpo doppio, con rilevanti conseguenze tecniche e tattiche.

## L'apprendimento e lo studio della scherma.

L'apprendimento della scherma, per finalità culturali, tecnico – didattiche, agonistiche, insieme o separatamente, avviene per via teorica e pratica (addestramento).

I numerosi trattati di scherma che ci sono pervenuti, dal medioevo in poi, ci permettono di approfondire la storia e l'evoluzione della materia.

La teoria della scherma, in continua evoluzione, si avvale di una terminologia ed una classificazione delle azioni schermistiche: lo studio e la ricerca del modello esecutivo di queste azioni, nel loro insieme, costituisce il campo della tecnica schermistica.

Lo studio delle situazioni e delle intenzioni che precedono e accompagnano l'applicazione della tecnica, costituisce il campo della **strategia** (programmazione delle proprie azioni) e della **tattica** (programmazione dell'avversario attraverso le proprie azioni) schermistica. La tattica, quindi, è una parte della strategia.

## La tecnica.

La tecnica schermistica comprende l'insieme delle azioni schermistiche. Una singola azione può anche essere intesa come *una tecnica* schermistica.

- **Azioni**, cioè movimenti (delle gambe, del corpo, del braccio armato) da una **posizione** di partenza ad una di arrivo, con determinate **modalità**, e per un **fine** preciso;
- **schermistiche**, in quanto il fine delle azioni è fra quelli specifici della scherma, e cioè **l'offesa e la difesa** del bersaglio, **l'indagine** sulle intenzioni offensive e difensive dell'avversario, e quindi **la preparazione e la simulazione** delle azioni di offesa e difesa.

Nel seguito descriveremo le posizioni principali delle varie parti del corpo, poi del braccio armato, e il loro significato in termini di bersaglio e copertura; la posizione di guardia;

i principali movimenti delle gambe e la misura; il modo di portare i colpi. Tratteremo poi le varie azioni di offesa semplici, dividendole in fondamentali ed ausiliarie, e daremo particolare rilievo alle azioni sul ferro, ed al modo di eseguirle. Esamineremo poi le azioni difensive, e fra queste le parate. Infine, le azioni di offesa composte, e la controffesa.

### **Le posizioni significative nella scherma di spada sono:**

- Posizioni delle gambe
- Posizioni del busto, della testa e del braccio non armato
- Posizioni del braccio armato

### **Posizioni delle gambe.** Ne riportiamo le più comuni:

- prima posizione (piedi ad angolo retto, tallone su tallone, piede anteriore con asse sulla linea direttrice: si ritrova nel saluto e nella riunita)
- posizione in guardia (gambe flesse, un piede e mezzo la distanza tra i piedi)
- in affondo (gamba posteriore distesa, tallone del piede anteriore distante almeno tre piedi dal piede posteriore, ginocchio anteriore a piombo sull'avampiede)
- posizione a gambe incrociate (posizione generalmente intermedia: piede normalmente posteriore che sopravanza l'altro, o viceversa, nel passo incrociato, o nell'affondo incrociato)
- posizione a piedi riuniti (intermedia, nel raddoppio o nella marcia indietro invertita, ma a gambe flesse)
- piede anteriore avanzato, o posteriore arretrato (intermedia: un piede, un piede e mezzo dalla posizione di guardia, per provocazioni, o finte)
- posizione accovacciata (intermedia: per la passata sotto, o per il raddoppio dall'affondo).

### **Posizioni del busto, della testa e del braccio non armato.**

- Il busto, normalmente eretto e allineato con la verticale, può essere inclinato in avanti o indietro.
- La testa, normalmente eretta, può essere, in alcune circostanze, inclinata decisamente in avanti o indietro.
- Il braccio non armato può essere flesso ad arco, all'indietro, a varie altezze; disteso, sempre verso la parte posteriore, orizzontalmente, o parallelamente alla gamba posteriore, nell'affondo; abbandonato lungo il fianco.

### **Le posizioni del braccio armato comprendono**

- il modo di impugnare l'arma
- le posizioni del pugno
- le posizioni del ferro

## **Modo di impugnare l'arma e impugnature.**

Le impugnature principali oggi in uso sono due: anatomica e a manico liscio. Nella prima la posizione della mano è obbligata. Nella seconda sono possibili diversi modi, e la mano può variare la sua posizione durante l'assalto.

### **Come impugnare l'arma.**

Due sono le impugnature oggi usate: quella anatomica, o ortopedica, nelle sue numerose varianti; o quella a manico liscio, detta anche francese.

L'impugnatura anatomica si adatta alla forma della mano, per cui non presenta particolari difficoltà. Non per questo bisogna trascurare di addestrare l'allievo ad una presa morbida, non spasmodica, variabile con il tipo di azione: prestando particolare attenzione alla giusta contrapposizione di pollice e indice, per il controllo e la sensibilità della punta.

Quella liscia permette, contrariamente a quella anatomica, diversi modi di impugnarla; inoltre permette di variare la presa durante l'assalto (ma non durante l'esecuzione del colpo, per regolamento).

Il manico, di sezione rettangolare, ha i lati lunghi del rettangolo (nella parte vicina all'interno della coccia) paralleli alla parte più larga della lama (quella superiore, scanalata), di sezione triangolare (triangolo isoscele).

Il pollice, allungato, poggia sulla parte superiore del manico (per alcuni, aderente alla coccia dal lato interno; per altri a più di un centimetro di distanza), e si contrappone alla giunzione tra le due prime falangi dell'indice (secondo alcuni, alla seconda falange), che reggono la parte inferiore. L'estremità opposta, dalla parte del pomolo, viene mantenuta dalle altre dita aderente all'incavo della mano, tra eminenza tenare ed ipotenare. E' questa la presa più solida, la più adatta per un uso completo e potente dell'arma, che non sfrutta la possibilità di un maggior allungo offerto dagli altri modi.

Un secondo modo è quella ad indice allungato, in cui la mano è più indietro, e l'indice sulla faccia laterale del manico.

Un terzo modo si ha impugnando l'arma dal pomolo, con l'indice (articolazione tra prima e seconda falange) contrapposto al pollice, oppure allungato (faccia laterale del manico).

Gli ultimi due modi sono meno adatti alle parate, ma vantaggiosi per il maggiore allungo. Altre varianti, meno usate, che non descrivo, si ottengono facendo ruotare il manico nella mano, per angolazioni, o altro.

## **Le posizioni del pugno.**

Vi sono quattro posizioni di pugno principali, e tre intermedie. Le quattro principali, limitandoci a considerare l'arma in linea, a partire da una completa rotazione (palmo in fuori e pollice in basso), e procedendo, in senso orario, di 90° per volta, sono: la posizione di pugno di prima, di seconda, di terza e di quarta. Le intermedie sono: di prima in seconda, di seconda in terza e di terza in quarta.

Nella posizione di arma in linea, o di guardia, il pugno è normalmente in terza posizione (pollice in alto).

### **Posizioni di pugno.**

Per le posizioni di pugno conserviamo la stessa terminologia del fioretto, ma un diverso metodo di identificazione, non potendoci più servire del gavigliano.

C'è una certa confusione, in merito, per il sovrapporsi di diverse terminologie, e per il cambiamento delle impugnature. I francesi, per descrivere le posizioni di pugno nelle parate (otto, all'incirca corrispondenti alle nostre quattro, ognuna con due posizioni di pugno diverse) dicono che si eseguono con le unghie in alto, o con le unghie in basso. La terminologia italiana, che deriva dal fioretto, fa riferimento alla posizione del gavigliano, che non si usa più. Quella che deriva dalla spada, e che si rifà alla scuola francese, la rielabora in modo non chiaro. E' necessario rivedere queste posizioni, ricollegandoci a quelle classiche, nel rispetto, però, dell'anatomia. Sarebbe assurdo perdersi nella descrizione di posizioni teoriche, per poi doverle lasciarle da parte, perché inapplicabili: come è in effetti avvenuto, in modo più evidente nella sciabola.

La mano, che impugna l'arma, a braccio naturalmente disteso, può ruotare di circa 270° (i tre quarti di un angolo giro di 360°).

Immaginiamola aperta (la mano destra), col pollice in fuori (a destra) e il palmo in alto, braccio disteso in avanti. Da questa posizione estrema, che è la nostra posizione di partenza, potrà ruotare solo in una direzione: in senso antiorario. I primi 180° di rotazione la porteranno col palmo in basso (pollice a sinistra), col movimento del solo avambraccio, rispetto al braccio. I successivi 90°, per portare il pollice in basso, richiedono invece il movimento dell'omero nella spalla. Oltre non si può andare, senza muovere il busto.

Occorre anche considerare, però, che vi sono circostanze in cui il braccio non è disteso, e non è sul piano verticale che passa per la linea direttrice. Per stabilire la posizione di pugno, ad esempio, nella caduta di prima, in cui le unghie sono rivolte verso l'avversario, in avanti, e quindi né a destra né a sinistra, i riferimenti precedenti non bastano più. Dobbiamo riferirci, invece, alla rotazione della mano, o dell'avambraccio, rispetto al braccio (omero); e poi la rotazione del braccio, rispetto alla spalla. Ma (non bastassero le difficoltà) non possiamo dare per scontato che questa avvenga sempre dopo aver completato la prima: vi sono colpi, angolati o di fuetto, o certe contrazioni e certi fili, in cui ciò non accade. Per stabilire, quindi, che nome dare ad una posizione del pugno, in ogni circostanza, dovremmo rifarci a due variabili indipendenti: non basta verificare, in caso di dubbio, quanto è ancora possibile ruotare la mano e il braccio in un senso o nell'altro. Troppo complesso, per i nostri scopi attuali: per cui ci limiteremo a considerare le posizioni relative alla linea, e descriveremo le altre, quando necessario, senza coniare nuovi termini.

La nostra posizione di partenza possiamo chiamarla, nel rispetto della tradizione, pugno di quarta: anche se, a ben vedere, impugnando correttamente un'arma italiana col gavigliano orizzontale, pollice in alto, resta ancora spazio per una residua rotazione in senso orario. In effetti, se la mano fosse completamente ruotata verso l'esterno, non si potrebbe stringere col pollice il ricasso dall'alto, ma di lato.

Ruotando, a partire dalla quarta posizione (pollice in fuori), il pugno in senso antiorario, dopo 90° avremo il pugno di terza (a mano aperta, pollice in alto e palmo in dentro); dopo altri 90° il pugno di seconda (palmo verso il basso e pollice in dentro); e, infine, il pugno di prima, col pollice in basso e il palmo in fuori. Se, da questa posizione, volessimo impugnare un'arma col gavigliano, vedremmo che manca ancora un po' per portarlo sulla verticale: per riuscirci, dobbiamo forzare il movimento, curvando anche il busto in avanti. E infatti, se consultiamo il Masaniello Parise, troviamo che questa posizione, già allora abbandonata, per l'uso della maschera, era usata "dagli antichi" tirando al fianco, per garantire la faccia: il che lascia supporre, appunto, il concorso del busto. Questa posizione del pugno è la prima, perché è quella che si assumeva nell'estrarre la spada dal fodero, in prima posizione.

Le posizioni di pugno tradizionali non corrispondono più, quindi, a quelle moderne, con arma anatomica o a manico liscio.

La posizione normale del pugno, con l'arma in linea o nella normale posizione di guardia (pollice in alto, palmo all'interno), è quella di terza, e non più quella di quarta, almeno nella scherma italiana, in cui non si usa la rotazione verso l'esterno se non per particolari colpi, ma non nelle parate. Ne vedremo poi i motivi.

## **Posizioni del ferro, o atteggiamenti.**

Come nel fioretto, considereremo per la didattica i tre atteggiamenti classici del braccio armato: **linea, invito e legamento**. A questi ne aggiungiamo un altro, che è **l'atteggiamento normale di guardia**, che esamineremo dopo la **posizione di guardia**. Definiremo poi il **bersaglio, la linea d'offesa, l'opposizione e il cono di protezione**.

### **La posizione di guardia**

La posizione di guardia è la più razionale per l'esecuzione delle varie azioni schermistiche. E' il frutto di un compromesso tra la necessità di offrire un bersaglio limitato (posizione profilata) e l'esigenza di movimenti fluidi e rapidi.

La guardia classica è quella consigliata per l'impostazione: piedi ad angolo retto, talloni e piede anteriore sulla direttrice, spazio tra i piedi di circa un piede e mezzo; busto eretto e ben profilato, spalle alla stessa altezza; ginocchia ben divaricate e a piombo sulle rispettive punte dei piedi; braccio posteriore sollevato ad arco, gomito più basso della spalla, o alla stessa altezza; avambraccio armato parallelo alla pedana, gomito del braccio armato a circa un palmo dal fianco, punta della spada verso l'origine della lama dell'avversario, nella coccia, se in posizione normale.

#### **Le posizioni di guardia.**

In realtà è dato spesso di vedere, anche ad alto livello, posizioni di guardia ben differenti. La posizione di guardia può in effetti variare, secondo le modalità che chiariremo più avanti, con la velocità degli spostamenti e il tipo di scherma.

E' opportuno discutere brevemente i motivi delle varianti osservabili.

Con l'aumentare della velocità degli spostamenti aumenta la tendenza a portare il peso del corpo sugli avampiedi, anziché sui talloni, che vengono sostituiti come origine della spinta. Di conseguenza si portano gli avampiedi sulla direttrice, con rotazione in dentro di entrambi i piedi, che tendono a divenire quasi paralleli. Diminuisce la divaricazione in fuori delle ginocchia, ed il busto diviene meno profilato, assumendo una posizione leggermente più frontale. Il braccio non armato si abbassa, a volte del tutto. Il passo avanti tende ad allungarsi, e più alto è il baricentro.

Ad una maggiore necessità di controllo si accompagna, invece, il ritorno ad una posizione più classica, un baricentro più basso, maggior appoggio sui talloni, passi più corti e quindi spostamenti minori. Ritorna in gioco, talvolta, il braccio non armato, come sussidio all'equilibrio e allo slancio.

La posizione del braccio armato, piuttosto avanzata nella fase di impostazione (ma non tanto da provocare irrigidimenti di spalla), potrà arretrare, in seguito, quando l'allievo baserà la sua scherma più sul tempo e la misura che sul ferro dell'avversario, suo iniziale punto di riferimento.

Un'altra considerazione è relativa all'età degli allievi, e quindi alle loro possibilità. Un braccio armato avanzato, e ben coperto, è senz'altro da consigliare per i principianti, per i più giovani, e comunque per i primi anni di attività. In seguito, quando la tecnica e l'esperienza saranno cresciute, e quando anche gli avversari saranno più abili, si renderà necessario passare ad una impostazione col braccio armato più arretrato, per evitare colpi veloci, o di fuetto, più difficili da contrastare.

L'attenzione dell'allievo, e del Maestro, si sposterà gradualmente dalla pura meccanica del pugno, per passare alla scelta di tempo, al controllo della misura, alla tattica.

## **Braccio in posizione normale di guardia**

Nel fioretto la linea, nel rispetto della convenzione, deve essere eseguita col braccio completamente disteso. Nella spada, in assenza di convenzione, ragioni di geometria possono indurre a distendere completamente il braccio, per avvicinare al massimo la punta al bersaglio. Ragioni tattiche, o didattiche, possono farci ritenere più utile un braccio flesso, ma più o meno allungato, sempre mantenendo la punta sul bersaglio, e quindi la minaccia. Avremo, così, un atteggiamento che non è un invito (almeno, nessuno dei quattro tradizionali) né una linea: l'atteggiamento consigliato per la guardia, con la punta diretta verso il centro della coccia dell'avversario, quando il suo braccio è in posizione normale (linea, o invito non eccessivamente decentrato). Lo chiameremo atteggiamento normale di guardia. E' bene far esercitare l'allievo a ritornare in guardia, dopo un colpo, mantenendo la linea, o la posizione di guardia, con il controllo della copertura del bersaglio avanzato.

## **Il bersaglio.**

Nella spada, il bersaglio prende il nome della parte anatomica da cui è costituito. Alcuni bersagli si classificano come avanzati. Sono il braccio armato, a varie profondità: polso, avambraccio, braccio (intendendo, in questo caso, la parte relativa all'omero), spalla, etc., coscia e gamba anteriori, maschera. Con riferimento al solo braccio armato, si può suddividere il bersaglio in rapporto al ferro che lo difende: alto, basso, interno, esterno, e posizioni intermedie (interno alto, esterno alto, interno basso, esterno basso).

### **Bersagli.**

Nel fioretto tradizionale la denominazione del bersaglio è correlata alla posizione del ferro: bersaglio basso (fianco), alto, interno, esterno, offerto da chi lega o invita, rispettivamente, di prima, seconda, terza o quarta. Questa semplificazione era giustificata, al tempo del Masaniello Parise, dal fatto che il bersaglio corretto si riduceva, in pratica, al petto (un punto, più che una superficie) e al fianco. Dicendo, ad esempio, botta dritta al bersaglio esterno, si sintetizzavano più informazioni: colpo dritto, portato al petto, avversario sull'invito di quarta.

Nella scherma di fioretto moderna, che utilizza realmente, e con frequenza, tutto il bersaglio valido (schiena compresa), raggiungibile con le più svariate angolazioni, e con i colpi di fuetto, la semplificazione è eccessiva, e ormai ingiustificata. Nella spada moderna è addirittura improponibile: come nella sciabola, il bersaglio ha lo stesso nome della parte anatomica interessata. Non avrebbe nessuna utilità considerare come interno, ad esempio, il bersaglio del piede, solo perché l'avversario è sull'invito di terza. Inoltre, anche la linea, nella spada, offre ulteriori bersagli, avanzati, senza precludere quelli più arretrati.

La semplificazione in uso, nella spada, era la suddivisione del bersaglio in quadranti, facenti centro nella coccia. Anche qui, avevamo un bersaglio interno, esterno, alto o basso, con le relative possibili combinazioni. Ma, per fare un esempio, in contrapposizione ad un invito di terza è possibile tirare al piede, o alla maschera, o al polso sotto, in dentro, sopra, e così via. Non ha senso considerarli tutti bersagli interni.

Ha senso, invece, dire che l'invito o legamento di terza, ad esempio, copre i bersagli esterni alti (relativi al ferro), lasciando scoperti tutti gli altri; quello di quarta copre gli interni alti; quello di seconda gli esterni bassi; quello di prima gli interni bassi. Ma è una precisazione di ben limitata utilità: potendo essere i bersagli, dello stesso quadrante, numerosi e a differenti profondità.



Un'altra considerazione, per i bersagli, ha notevole importanza. Ogni bersaglio, nel punto in cui viene colpito, si presenta con caratteristiche diverse: per consistenza, angolo di impatto, forma. Caratteristiche di cui si terrà necessariamente conto, nelle fasi più avanzate dell'apprendimento.

## **Linea d'offesa**

Il ferro, diretto verso un bersaglio, indica una direzione, una linea di offesa, che prende il nome del bersaglio minacciato. Se è necessaria una maggiore precisione, si aggiunge la posizione del bersaglio minacciato, rispetto al ferro che lo difende (interno, esterno, alto, basso); l'opposizione della coccia di chi minaccia e/o l'angolazione della sua lama; la posizione del pugno.

### **Linea di offesa.**

La linea (braccio disteso, arma sul prolungamento, punta sul bersaglio valido, che è idealmente il petto: un segmento di retta dalla spalla alla punta, parallelo alla direttrice, e nel piano verticale che la contiene) ha due funzioni, nel fioretto: minaccia, e copre (in teoria) tutti i bersagli, obbligando (per convenzione) l'avversario a spostarla, prima di colpire. Nella spada, la linea offre anche bersaglio, e quindi ha anche funzione di invito. Il bersaglio offerto dal braccio, quando è in linea, è raggiungibile solo con le angolazioni (e con i colpi di fuetto, che ne sono una variante moderna), se la linea è coperta: vale a dire se, inizialmente, è diretta al centro della coccia dell'avversario, anch'egli in linea. Ma se la linea minaccia bersagli decentrati, come il piede o la maschera, il bersaglio offerto è raggiungibile anche da colpi dritti.

Il bersaglio minacciato dalla linea ("di offesa") può dare il nome alla linea stessa (es.: "arma sulla linea del polso"), con l'aggiunta, volendo, dell'informazione relativa al ferro avverso ("esternamente", ad es.). Se la linea comporta anche angoli nel polso, prende il nome anche dalla eventuale opposizione relativa al ferro avverso ("con opposizione esterna alta"), e dalla eventuale angolazione relativa al bersaglio minacciato (nel caso dell'esempio riportato, in cui l'avversario è sull'invito di quarta, non si ha angolazione). Per completezza, si indicherà anche la posizione di pugno di chi ha l'arma in linea di offesa. Altro esempio: arma sulla linea della maschera, in dentro, con opposizione in dentro e angolazione al lato esterno basso della maschera, pugno di seconda in terza. L'avversario potrà essere in linea perfetta, o esterna, o sull'invito di terza. Le definizioni di opposizione ed angolazione sono date più avanti: sono entrambe ottenute con un angolo nel polso, e talvolta coesistono, ma la prima riguarda la difesa con la coccia, la seconda l'angolo necessario o utile per offendere il bersaglio.

Non è detto, però, che l'allievo debba essere appesantito da tante nozioni, che sono invece necessarie per chi insegna la materia. Spesso, ma non sempre, è sufficiente una descrizione semplificata. Si può, ad esempio, in molti casi, non tenere conto della posizione assunta dall'avversario. Perciò, tenendo conto dei possibili angoli derivanti dalla posizione della coccia e della lama, nel minacciare un bersaglio, potremo osservare che le linee somiglieranno a legamenti o inviti molto avanzati. Per cui potremo anche, per analogia, e semplificando, per descrivere la linea, dire: arma sulla linea di quarta, o di terza, di seconda, di prima. Potremo dire, per esempio: "arma sulla linea di quarta", intendendo una linea con la coccia spostata in dentro, e la punta leggermente più alta della coccia stessa.

E' bene sottolineare che questa classificazione si differenzia da quelle precedentemente in uso. La confusione nasceva dal voler usare insieme il bersaglio assoluto (petto, fianco, etc.) e quello relativo

(bersaglio interno, esterno, alto, basso) dell'avversario e, in più, la posizione della propria coccia, in relazione al proprio bersaglio (vedi il libro della Fis sulla spada su linee e bersagli, in cui si confonde anche destra e sinistra, nelle foto).

Ad esempio, l'arma sulla linea di quarta copre il bersaglio interno alto di chi è in linea; ma non è esatto dire che minaccia il bersaglio interno (o esterno, per il mancino). Minaccia un bersaglio che può essere interno, se l'avversario è sull'invito di terza, o esterno, se è sull'invito di quarta.

## **Cono di protezione**

Escludendo i colpi di fuetto, che utilizzano la flessione della lama, è possibile fissare con precisione l'effetto di copertura della linea; e, più in generale, del sistema che comprende punta, lama, coccia e bersaglio.

Si immagini un cono, col vertice sulla coccia di chi porta l'offesa, nel punto in cui fuoriesce la lama, e con la superficie tangente al profilo esterno dell'altra coccia, prolungantesi indefinitamente sino ad incontrare il bersaglio, e oltre. Se l'arma viaggia verso il bersaglio nella direzione della propria lama, tutti i bersagli interni alla superficie del cono risulteranno coperti. La massima copertura reciproca è data da due linee d'offesa che si incontrano, giacendo sulla stessa retta. La linea, inoltre, avvicinando maggiormente le cocce nel momento del colpo, aumenta l'ampiezza del cono di protezione.

## **Opposizione**

La linea, o l'atteggiamento normale di guardia, può essere leggermente modificata, creando un angolo nel polso, circa all'altezza della coccia: per garantirsi, in parte, modificando il cono di protezione, da alcuni colpi portati al braccio o al corpo. Quando il vertice di quest'angolo si avvicina alla lama avversa (copertura), abbiamo una opposizione. Più in generale:

**lo spostamento della coccia (dalla posizione di arma in linea, o di atteggiamento normale di guardia) in senso verticale e/o laterale, a scopo difensivo (verso la lama avversa), si chiamerà opposizione.**

L'opposizione, trattandosi di azione difensiva, è in relazione al proprio bersaglio (principalmente il più vicino alla punta avversa: l'avambraccio), che viene coperto. Prenderà il nome del proprio bersaglio (relativo al ferro) corrispondente, nelle varie combinazioni possibili. Quindi, oltre ad opposizione alta, o bassa, o interna, o esterna, avremo anche interna alta, o interna bassa, o esterna alta, o esterna bassa.

## **Inviti e legamenti**

I quattro inviti e legamenti del fioretto possono essere assunti, oltre che nel modo tradizionale, anche in un altro modo: spostando la punta e, molto più limitatamente, la coccia, nella direzione corrispondente (movimento angolare che fa centro nel polso; il legamento tradizionale è, approssimativamente, una traslazione dell'avambraccio e del ferro, facendo centro nel gomito). Infatti il bersaglio offerto, da coprire poi rapidamente, con piccolo spostamento, può essere quello del polso.

Il legamento si può fare da diverse misure e, abbiamo detto, può convenire farlo con movimento di punta, e lieve movimento di cocchia. In queste condizioni, il legamento è più debole, e può più facilmente essere forzato (filo sottomesso); o è possibile minacciare il bersaglio scorrendo sul ferro (cfr. francesi: coulè), pur sottoposti al legamento: che sarà più giusto, in questi casi, chiamare contatto di ferro.

La posizione finale dell'invito o legamento (prima, seconda, terza o quarta), e il movimento necessario per raggiungerla, prendono lo stesso nome delle parate corrispondenti (semplice, di contro, di mezzacontro). Più avanti vedremo che, per lo studio dei fili, di ogni legamento dovremo considerare la versione alta e quella bassa.

Inviti e legamenti, nella spada, possiamo dire più giustamente che coprono un bersaglio (o alcuni bersagli, a differenti profondità), scoprendo tutti gli altri: nel fioretto, semplificando (i bersagli, in fondo, erano solo due: petto e fianco), si diceva che scoprono un solo bersaglio.

I francesi chiamano il nostro legamento (ma anche il semplice contatto dei ferri) "engagement", e la nostra cavazione (quella dal legamento, e quella che segue la finta) "dégagement"; ma poi, più precisamente, chiamano "trompement" l'azione di sottrarre il ferro a un'azione difensiva avversa (parata); e "dérobement" l'azione di sottrarre il ferro a un'azione offensiva avversaria (attacco sul ferro, o presa di ferro).

## **Movimenti del corpo e delle gambe.**

I movimenti del corpo e delle gambe possono essere in avanti, indietro, laterali, verticali, e comportano il passaggio dall'una all'altra delle posizioni descritte, per varie finalità. Comprendono:

- i passi (avanti e indietro), normali, incrociati, e invertiti (piede posteriore che avanza prima di quello anteriore, nel raddoppio; o piede anteriore che arretra prima di quello posteriore);
- l'affondo, normale e incrociato;
- gli spostamenti laterali (per occupare zone diverse della pedana, per fini tattici);
- le schivate laterali (sottrazione del bersaglio del tronco e della testa);
- una schivata verticale (passata sotto);
- la riunita (sottrazione del bersaglio basso e delle gambe).

Alcuni movimenti, tra quelli indicati, possono essere compiuti staccando, contemporaneamente, entrambi i piedi dal suolo. Avremo così salti, o balzi vari, tra cui:

- i balzi avanti (la "balestra") e indietro (slancio di una gamba, e atterraggio a piè pari);
- i salti indietro incrociati;
- la frecciata (flèche, che è un salto, nella versione più dinamica, incrociando in avanti);
- la riunita in sospensione.

## **La misura.**

Fondamentale, per la riuscita di ogni azione schermistica, è tener conto della cosiddetta "misura", intesa, generalmente, come la distanza che separa i due schermidori. E' un concetto erroneo, o meglio insufficiente, che discuteremo più avanti, nella parte dedicata alla tattica. In realtà le distanze da considerare sono due: quella apparente, e quella che è necessario superare per portare il colpo, ad un avversario che si muove.

Nella spada, per la presenza del bersaglio avanzato, e per l'importanza delle azioni di rimessa, a distanza molto ravvicinata, è bene considerare, per la didattica delle azioni, cinque misure, anziché le tre del fioretto: aggiungendo una misura di corpo a corpo (più ravvicinata della stretta misura del fioretto), ed una lunga misura (più ampia, di circa un passo, della misura camminando). La normale misura di allungo, che permette di toccare il petto con l'affondo, consente anche la botta al polso allungando il solo braccio, senza movimenti di gambe. Nella parte dedicata alla tattica vedremo, invece, come sia opportuno considerare, dal punto di vista dei meccanismi mentali che vengono attivati, due misure, quella lunga e quella breve, e la zona di confine fra le due, che chiameremo punto critico.

## **Modo di portare i colpi.**

**Colpi portati:** il braccio è disteso prima che il colpo raggiunga il bersaglio. Questo tipo di colpi (dritti o angolati, con varie posizioni di pugno) è più controllato, e permette un più facile recupero dell'arma, per una controparata, o una nuova azione. Sono i primi da imparare.

**Colpi lanciati:** il braccio è in fase di distensione quando il colpo raggiunge il bersaglio. Fanno parte di questo gruppo anche i colpi di fuetto (descritti tra le azioni ausiliarie). Richiedono una stretta in tempo più decisa. I colpi di coupè, o di molinello, possono essere portati o lanciati. Tra i vantaggi del colpo lanciato c'è quello della maggior velocità nell'impatto sul bersaglio, con aumento della probabilità di segnalare il colpo (vedi oltre), a parità di altre condizioni.

La direzione dello spostamento della coccia, nel portare il colpo, può essere diversa dalla direzione della lama (angolazioni, coupè, molinelli lanciati) o della sua parte terminale (fuetto).

### **Colpi e modo di portarli.**

La distensione del braccio è più veloce della distensione della gamba posteriore, o dell'inclinazione del busto, nell'affondo. La massima velocità finale del colpo è assicurata dalla somma, perfettamente coordinata, dei tre movimenti. Ma non sempre è richiesta la massima velocità, se non nella fase terminale dell'azione di offesa: ad esempio, nelle finte, la velocità è sincronizzata su quella delle parate dell'avversario.

L'energia trasmessa alla molla della punta, necessaria per la registrazione del colpo, dipende da molti fattori: velocità di impatto, angolo di impatto, durata dell'impatto, attrito, massa virtuale. Il lavoro compiuto nel flettere la molla è dovuto alla trasformazione dell'energia cinetica in energia potenziale

della molla stessa. L'energia cinetica è proporzionale alla massa ed al quadrato della velocità. Un piccolo aumento di velocità del colpo rende, perciò, quanto un maggior aumento della massa: quest'ultima, però, è solo virtuale, dipendendo a sua volta dalla stretta in tempo (che permette anche di resistere meglio allo spostamento laterale) e dalla flessibilità della lama, e non solo dalla massa della spada.

La durata dell'impatto dipende anche dalla qualità della superficie colpita: è minima sulle parti dure, come la maschera, e maggiore sulle parti più morbide del corpo. E' concreto il rischio che una botta portata sul ferro della maschera, per il rimbalzo troppo veloce, non dia luogo a segnalazioni, pur avendo completamente fatto rientrare la punta (c'è un tempo minimo, al di sotto del quale la botta non viene registrata dall'apparecchio, perché la punta può, nel rimbalzare, staccarsi dal bersaglio prima che la testina venga respinta dalla molla): per cui le botte sulla maschera vanno portate con particolari accorgimenti (quando entrambi si muovono nella stessa direzione, e le velocità si sottraggono), e senza eccessiva velocità.

La miglior condizione per evitare che la botta scivoli sul bersaglio è la perpendicolarità tra punta e bersaglio: condizione raramente realizzabile. Avvicinandosi a questa condizione, però, migliorano le probabilità che la stoccata sia segnalata.

## **Le azioni di offesa**

Azioni di offesa sono tutte quelle tendenti a determinare il colpo. Sono, quindi, azioni di offesa, indipendentemente dalla loro riuscita,

- le azioni di attacco e di ripresa di attacco,
- le azioni di risposta,
- le azioni di controffesa,
- le rimesse.

## **Attacco**

Si denomina attacco ogni azione di offesa che ha la precedenza (o la contemporaneità, in caso di attacco simultaneo) dell'iniziativa, senza soluzione di continuità sino all'espletamento del colpo, indipendentemente dalla sua riuscita.

La definizione di attacco proposta è sostanzialmente differente da quella del R.I. (già insufficiente per le armi convenzionali), in cui la priorità della minaccia è l'unico fattore di identificazione dell'attacco. E' necessaria per classificare molti colpi portati arretrando, su avversario che avanza senza minacciare: colpi che hanno la priorità della minaccia, ma non è possibile chiamare attacchi. E chiamarli colpi sulla preparazione, senza poterli far rientrare in nessuna delle categorie indicate per l'offesa, significa, a mio parere, complicare inutilmente le cose: per cui preferisco inserirli nella controffesa.

Si dice che ha l'iniziativa chi, a partire dall'ultima interruzione, o dall'ultima pausa nell'azione, per primo avanza verso l'avversario, sino al colpo di uno dei due, o di entrambi, o sino alla pausa o interruzione successiva. L'iniziativa e la minaccia (reale, o

simulata), insieme, configurano l'inizio di un attacco, che potrà essere portato a compimento, o interrotto. L'iniziativa, da sola, fa parte della preparazione.

L'introduzione del concetto di "iniziativa" è necessaria perché, dai trattati e dal Regolamento Internazionale (R.I.), non si deduce, con sufficiente chiarezza, che un attacco può aver luogo solo avanzando. Ed anche perché, nella spada, è possibile più facilmente colpire arretrando, durante una preparazione: cioè una avanzata, senza minaccia. Questi colpi, pur non essendo iniziato l'attacco, dovremo comunque denominarli colpi di controffesa.

## **La ripresa di attacco**

**Si denomina ripresa di attacco ogni nuova azione di attacco portata, dallo stesso attaccante, immediatamente dopo una prima azione di attacco andata a vuoto, per effetto di parata non seguita da risposta, sottrazione di bersaglio o errore**

La definizione comprende tutte le azioni previste dal fioretto: secondo colpo (su altra linea o, meglio, su altro bersaglio, avanzando), e tutte le varietà (semplici o composte, con i vari movimenti di gambe) di nuove azioni di attacco. Si intende, vista la definizione di attacco data in precedenza, che il secondo colpo sottintenda l'iniziativa, e quindi l'avanzamento, di chi lo effettua.

## **Risposta**

Si denomina risposta ogni azione di offesa, semplice o composta, portata da chi ha eseguito una parata, immediatamente dopo la parata stessa.

## **Controffesa, o uscita in tempo**

Si denomina controffesa, o uscita in tempo, ogni azione di offesa che viene intenzionalmente portata durante l'azione di offesa o l'iniziativa dell'avversario.

Il termine "contrattacco", spesso usato come sinonimo di controffesa, o di uscita in tempo, ha una sfumatura diversa, più restrittiva: azione di offesa durante l'attacco dell'avversario, e non durante ogni azione di offesa. Il trattato di spada della Fis (al contrario di quelli di fioretto e sciabola) intende, però, per controffesa, la ripresa da parte di chi ha subito l'attacco, o la risposta. Non seguiremo questa definizione, che non ha riscontro negli altri trattati.

## **Rimessa**

Si denomina rimessa ogni azione di offesa portata, senza ulteriore avanzata, immediatamente dopo una propria azione di offesa andata a vuoto, per effetto di parata, sottrazione di bersaglio o errore.

## **Rimesse.**

L'ampiezza del bersaglio di spada porta, nell'uso comune, a denominare rimesse anche certi secondi (nel senso di successivi) colpi. Le rimesse, nella scherma di spada, hanno un ruolo importante. Meritano, quindi, una definizione più accurata. Le distinguiamo dai cosiddetti secondi colpi perché questi ultimi sono colpi di attacco: presuppongono una nuova e immediata iniziativa (avanzamento), che può essere stata premeditata. Le rimesse, invece, sono generalmente azioni di rimedio ad un evento imprevisto, a stretta misura, e devono essere automatizzate, perché la loro efficacia dipende dalla loro massima velocità. Poiché stiamo parlando di tecnica, e non di tattica, prescindiamo dalla intenzione che precede e accompagna il colpo: perciò è senz'altro possibile che azioni apparentemente identiche siano classificabili in modo diverso. E quindi potremo avere le stesse modalità esecutive per una azione che classificheremo, di volta in volta, come secondo colpo, o rimessa, o controffesa.

## **Definizione delle azioni di offesa semplici, fondamentali e ausiliarie**

Intendiamo per azione d'offesa semplice un'azione che non eluda alcuna parata, o ricerca del ferro, e che minacci un solo bersaglio.

Azioni di offesa che eludono una o più parate, o ricerche del ferro, o che portano l'offesa, intenzionalmente, su un bersaglio diverso da quello minacciato in partenza, si denominano azioni composte.

Ogni azione di offesa semplice può essere simulata, costituendo una parte dell'azione composta (detta finta) che prenderà il nome dall'azione simulata.

Le azioni semplici possono comportare, quindi, anche più di un movimento, come la battuta e botta; e possono terminare sulla linea opposta, come la cavazione, partendo dal legamento.

Le azioni semplici si suddividono in fondamentali e ausiliarie. Le fondamentali sono quelle che arrivano al bersaglio per la via più breve, o nel modo più immediato e lineare. Le azioni ausiliarie, meno immediate, e spesso di maggior difficoltà esecutiva, aumentano la varietà di azioni disponibili e permettono di organizzare un'offesa più diversificata, meno prevedibile, e quindi più efficace.

## **Azioni semplici e tempo schermistico.**

Il tempo schermistico, secondo la definizione del R.I., è la durata dell'esecuzione di un'azione semplice. Se ne potrebbe dedurre, quindi, che un'azione semplice è composta da un solo tempo, e che il tempo schermistico è soggettivo, potendosi avere, per due avversari dotati di differente velocità, due differenti tempi schermistici nello stesso intervallo di tempo reale.

Questa definizione, già inadeguata per il fioretto, è sbagliata per la spada, in cui il tempo schermistico è determinato (dal R.I., che stabilisce il margine di ritardo perché possa essere segnalato un colpo doppio) tra il ventesimo e il venticinquesimo di secondo, cioè tra cinquanta e quaranta millesimi di secondo: in pratica, inferiore alla metà di un decimo di secondo.

Scuola italiana e scuola francese concordano nel denominare "composte" le azioni offensive che eludono una o più parate. Ne seguirebbe che "semplici" sono le altre, che non eludono parate, come vuole la scuola italiana: anche se l'azione comprende più di un movimento. Voler attribuire la definizione di "semplici" alle azioni offensive in un tempo solo, comporta due problemi: la inadeguata definizione di "tempo schermistico", per la spada, perché troppo breve per eseguire l'azione; la necessità di considerare, allora, come facenti parte della "preparazione", e non dell'attacco vero e proprio, azioni come le battute, quando precedono immediatamente il colpo. Ciò comporterebbe la logica conseguenza di classificare, ad esempio, la cavazione in tempo (eseguibile anche arretrando), non come azione di controffesa, ma come attacco sulla preparazione. E non ci pare il caso.

### **Azioni di offesa semplici e fondamentali in contrapposizione all'atteggiamento di invito dell'avversario.**

In contrapposizione all'atteggiamento di invito dell'avversario, a partire, quindi, dal proprio atteggiamento di invito, o di arma in linea, l'azione di offesa semplice fondamentale è la botta dritta ai vari bersagli scoperti (colpi "portati").

L'allievo va addestrato a tirare la botta dritta a tutti i bersagli, identificando la misura e il movimento di gambe adatto a ciascuno di essi. Quindi, colpo al petto, alla maschera, al fianco; al polso, all'avambraccio, alla piega del gomito, al braccio, alla spalla; alla coscia, al ginocchio, alla gamba, al piede. Particolare attenzione va posta alle varie possibilità di colpire i bersagli avanzati, e il braccio in primo luogo. I colpi vanno portati, secondo possibilità, da fermi, allungando solo il braccio; protendendo anche il busto; col passo, con affondi di varia lunghezza, col passo incrociato, con la frecciata. L'azione, successivamente, sarà eseguita "in tempo", cioè quando il Maestro cambia atteggiamento, con il Maestro fermo, che avanza, che arretra.

### **Azioni di offesa semplici e fondamentali in contrapposizione all'atteggiamento di legamento dell'avversario.**

In contrapposizione al legamento l'azione semplice di offesa fondamentale è la cavazione, ai vari bersagli. Per cavazione intendiamo un colpo che segue immediatamente un movimento di svincolo: liberando il ferro da un legamento, oppure evitando una parata, o una ricerca del ferro.

#### **La cavazione.**

La definizione di cavazione che ci viene dal fioretto è piuttosto contraddittoria: prima, si definisce la cavazione come l'azione di svincolo del proprio ferro dall'altrui legamento; poi la si definisce come un colpo (cioè una botta dritta preceduta da uno svincolo). Dopo aver definito il termine, lo si impiega, però, in modo diverso, anche con le finte. La cavazione dopo una finta dritta è altra cosa, perché non parte dal legamento.

Le definizioni, per quanto accurate, sono dei modelli, delle approssimazioni o semplificazioni della realtà. Per la spada, si impongono modelli meno semplici, più accurati e rispondenti allo scopo.

Una cavazione, intesa come colpo, si compone di tre parti: l'azione di svincolo (o di elusione, a ferro



libero), l'allungamento del braccio, il colpo vero e proprio.

L'azione di svincolo è di tre tipi principali: dal legamento, durante il filo eseguito dall'avversario, a ferro libero (in questo caso, meglio "elusione").

L'allungamento del braccio può non esserci (per sottrarre semplicemente il ferro, senza intraprendere alcuna azione, o per parare dopo lo svincolo o l'elusione, o per colpire un bersaglio molto avanzato), oppure essere finalizzato ad una finta, o ad un colpo.

Il colpo può essere portato su una gran varietà di bersagli, oltre che in vari modi (dritto, angolato, con opposizione, etc.), e non si può più dire, quindi, che termina nella linea opposta a quella di partenza. Torneremo sull'argomento più avanti.

Come per la botta dritta, l'allievo dovrà esercitarsi a portare la cavazione prima al petto, poi ai vari bersagli scoperti dai legamenti, con differenti movimenti di gambe, a diverse misure, sempre curando l'assoluta precedenza del movimento della punta, e l'assenza di contrazioni non necessarie, soprattutto nella spalla.

## **Azioni di offesa semplici e fondamentali in contrapposizione all'atteggiamento di arma in linea dell'avversario.**

In contrapposizione all'arma in linea dell'avversario vi sono varie possibilità di portare un colpo. Fra quelle fondamentali, in accordo con la teoria del fioretto, ne consideriamo solo due. La **battuta e botta dritta**, e il **legamento seguito dal filo**.

Non inseriamo, come nel fioretto, la botta dritta al distacco dal proprio legamento, perché lo spadista, di preferenza, manterrà il controllo del ferro, servendosi di vari accorgimenti, che vedremo in seguito. Sarà prima necessario, però, descrivere **battute e fili**: due importanti gruppi di azioni, principalmente per lo spadista. Per una migliore comprensione, approfondiremo prima i concetti di **stretta in tempo e trasporto**.

### **La stretta in tempo.**

Con il manico liscio o con l'anatomico, la presa sull'arma non è costante. E' minima quando si è in posizione di guardia, o in linea; aumenta quando le dita dirigono la punta per gli svincoli; è ancora maggiore nel portare il colpo, e nei contatti di ferro. Poiché la stretta avviene nell'istante in cui si esegue l'azione, viene detta stretta in tempo.

### **La presa variabile.**

L'educazione ad una presa variabile, ed a riposare la mano quando il controllo è ottenuto con la misura, permettono di evitare la facile stancabilità, dannose contratture muscolari, quando non addirittura danni alle articolazioni e ai tendini. E' di aiuto, nella fase iniziale dell'apprendimento, non insistere troppo sulla distensione completa del braccio, richiedendo movimenti morbidi e sciolti.

La stretta variabile permette di avere e ricercare effetti diversi nel trattare l'arma dell'avversario. Una battuta sortisce il massimo effetto quando la mano avversa non stringe l'arma. Un'azione di filo o una contrazione, al contrario, per conservare fino in fondo il contatto e il controllo del ferro (evitando svincoli e rimesse), sono preferibili quando l'avversario stringe l'arma, per colpire (ad esempio, nel controtempo); o quando viene indotto a tentare uno svincolo nella direzione sbagliata. Ad esempio, ricerca del ferro in terza, per provocare uno svincolo in dentro, per poi eseguire il legamento di seconda e filo.

## Le battute.

Lo scopo principale delle battute è quello di ottenere il massimo allontanamento dalla posizione iniziale dell'arma dell'avversario. Si esegue con una decisa stretta in tempo, possibilmente tra gli spigoli delle due lame. Tre sono i tipi principali di battute: il tocco, in cui il contatto fra le lame è limitato ad un punto; lo sforzo, in cui si percorrono i gradi della lama avversa; la battuta di passaggio, in senso inverso allo sforzo.

Il percorso del ferro nell'eseguire le battute ci permette di classificarle, analogamente alle parate, in dirette, di mezzacontro e di contro.

### **Battute, sforzi e pressioni.**

Particolare attenzione va rivolta alla tecnica delle battute, ed alla loro reale efficacia. La battuta può avere fini tattici, per indurre una reazione di cui si vuole approfittare; o il fine di scoprire un bersaglio da colpire, prima, o al massimo insieme all'arresto dell'avversario. In questo caso, deve trasmettere al ferro e alla mano dell'altro il massimo dell'energia, possibilmente col minimo dispendio e movimento, per evitare la cavazione in tempo e mantenere un buon controllo dell'arma. Le battute della scherma antica, di fioretto o di spada, miravano a questo scopo: ma, per qualche strano motivo, ad un certo punto è stato, molto probabilmente, commesso un errore, che si è tramandato nel tempo.

La vera battuta, un tempo, era quella oggi detta "di potenza": una battuta diagonale in avanti, di terza o di quarta, con rotazione del pugno (per colpire con lo spigolo, e per aggiungere energia, per la rotazione, e forza, per la posizione del pugno) che percorre i gradi della lama avversa, partendo dal punto di incontro del forte (di chi batte) sul debole. La direzione della battuta, e il tempo di applicazione della forza, trasmettono, in questo modo, una notevole energia. Stesso risultato si ottiene con lo "sforzo", che si esercita con le stesse modalità, ma partendo dal proprio legamento.

Le battute un tempo dette "tocchi", poi diventate abituali, nel fioretto (in cui mancano le esigenze di realismo della spada, per la convenzione), dovrebbero eseguirsi con un urto laterale verso l'altra lama, forte su debole (Masaniello Parise); o, migliorando alquanto l'efficacia, ma perdendo di realismo, per via della misura troppo ravvicinata (si presuppone la misura di allungo), forte su medio.

Questa necessità di battere col forte sul debole deriva, probabilmente, dallo studio delle leve: che servono ad altro. Nel caso dei legamenti, o delle pressioni sul ferro, avere il vantaggio dei gradi è determinante. Per il nostro caso, è molto più utile lo studio degli urti. L'energia trasmessa (lo abbiamo visto per la molla che respinge la punta) aumenta molto di più con l'incremento della velocità dell'urto. E poichè l'urto avviene fra due punti, è importante far viaggiare alla massima velocità il punto della lama che colpirà l'altra. Facendo perno nel polso, o nel gomito, il punto che si muove alla maggior velocità è il più lontano, e corrisponde alla parte terminale della lama: che però è anche la più flessibile, e assorbe, flettendosi, gran parte dell'energia da trasmettere. Inoltre, la misura di allungo (punte che oltrepassano appena le cocce, con le armi in linea, dalla posizione di guardia), permette di sovrapporre, nel contatto tra i ferri, forte su debole, o medio su medio: e non forte su medio, o forte su forte.

Resta, quindi, come unica possibilità concreta, per ottenere l'effetto voluto (scoprire il bersaglio per il tempo necessario), quella di battere col medio sul medio. Scartiamo decisamente la battuta del forte sul debole, perché il movimento del pugno di chi la compie è troppo ampio; e perché l'energia trasmessa è minima. Consideriamo, invece la battuta del debole sul forte (medio debole, su medio forte), utile per colpire al polso, se la battuta viene effettuata, anche con leggerezza, quando la mano dell'altro è rilassata. La battuta medio contro medio, invece, la potremo utilizzare per tutti i bersagli.

Un altro accorgimento, per migliorare l'efficacia delle battute, è colpire la lama avversa con lo spigolo della lama. Poichè la spada ha sezione triangolare (quella del fioretto è quadrata nel forte, per poi divenire rettangolare), gli spigoli sono tre. E' da scartare, però, lo spigolo corrispondente al vertice inferiore del triangolo isoscele, perché in quella direzione si flette maggiormente la lama. Le condizioni ottimali sono date da urti con gli altri due spigoli, per cui la posizione del pugno dovrà

variare di conseguenza: o, volendosi servire anche della rotazione del pugno, questa dovrà essere meno accentuata che per il fioretto.

La battuta richiede, da parte di chi la esegue, una decisa "stretta in tempo"; viceversa, per ottenere il massimo deviamiento, si deve battere quando l'avversario non stringe con forza. Salvo che non si voglia ottenere dall'altro una reazione difensiva o offensiva, per approfittarne in altro modo. Le battute, inoltre, sono più agevoli se la punta avversa è lontana dal centro della coccia: in caso contrario, occorre creare questa condizione decentrata con azioni diversive.

Infine, qualche considerazione sulle pressioni sul ferro avverso. Lo scopo di allontanare dalla linea la lama avversa, per colpire al distacco il bersaglio scoperto, viene raggiunto sicuramente in modo più efficace con le battute. Le pressioni sono più utili per fini tattici, cioè per provocare una reazione di cui approfittare (parata nello stesso senso, o di contro, per eluderla). E' generalmente sconsigliabile, nella spada, la botta al distacco dopo la pressione, o da un legamento. E' logico, quindi, tentare di ottenere il massimo effetto da questa provocazione. Si raggiunge lo scopo effettuando la pressione con uno svantaggio dei gradi: medio debole contro medio forte. In questo modo si ottiene un forte spostamento della lama avversaria con un piccolo spostamento della propria, ed è naturale che l'avversario, sentendo di essere in vantaggio, rinforzi il proprio legamento, aprendo la linea opposta.

## **I trasporti, i mezzi trasporti e le varietà di legamenti.**

I trasporti considerati nel fioretto sono quattro: dalla prima in terza, dalla terza in prima, dalla seconda in quarta, dalla quarta in seconda.

I mezzi trasporti sono quattro: il passaggio dalla prima bassa (la settima dei francesi, la quarta falsa in alcune azioni del fioretto tradizionale) alla prima alta; dalla seconda bassa alla seconda alta; dalla terza alta alla terza bassa; dalla quarta alta alla quarta bassa.

Per ognuno dei quattro legamenti avremo la versione alta, e quella bassa, per un totale di otto. Definiamo fondamentali, per la spada, i legamenti di prima bassa, seconda bassa, terza alta e quarta alta.

### **Riporti, trasporti e legamenti.**

Dalla tecnica del fioretto conosciamo la differenza fra cambiamenti di legamento, trasporti e riporti. Per questi ultimi, ormai non più utilizzati nel fioretto, giova precisare che è più agevole eseguirli e controllarli (come i trasporti) quando la lama avversa poggia su due punti della nostra arma: lama e bordo della coccia. Inoltre, per gli stessi motivi, è bene ridurre l'ampiezza del cono descritto dall'arma di chi esegue il riporto, ponendo il vertice del cono nell'articolazione del gomito, anziché in quella del polso. I trasporti considerati nel fioretto sono solo quelli che vanno dal legamento di quarta a quello di seconda, e viceversa, e dal legamento di prima a quello di terza, e viceversa. Sono trasporti che iniziano da un lato (interno o esterno), e terminano dall'altro. Non sono citati i trasporti che iniziano e terminano dallo stesso lato, invertendo solo l'alto col basso, e viceversa, e che pure hanno importanza per la spada, nelle tecniche dei fili. Poiché, nell'eseguirli, sono molto simili alla prima parte di un normale trasporto, è opportuno denominarli **mezzi trasporti**. Chiariamo con un esempio, per il caso più comune: nel legamento di quarta, destro contro destro, le punte delle armi sono al di sopra del punto di contatto delle lame. Per eseguire il filo al fianco, come vedremo meglio in seguito, si abbassa la coccia, e poi la punta, fino a trovarsi, subito prima del colpo, con le punte al di sotto del punto di contatto, che è sempre all'interno dei ferri. Si è eseguito, così, un **mezzo trasporto**: continuando il movimento, e spostando verso l'esterno il punto di contatto, ci ritroveremmo sul legamento di seconda, avendo eseguito un trasporto completo. Posizione iniziale e finale di un mezzo trasporto determinano due legamenti differenti, in versione alta o bassa, portando ad otto il numero dei legamenti significativi. Consideriamo fondamentali quelli da cui partono i fili non preceduti da mezzi trasporti, come vedremo in seguito.

## **I fili.**

I fili fondamentali nella spada sono quattro: di prima, al bersaglio interno basso; di seconda, al bersaglio esterno basso; di terza, al bersaglio esterno alto; di quarta, al bersaglio interno alto.

I fili possono essere preceduti da riporti, trasporti, o mezzi trasporti. Essenziale, per una corretta scelta ed esecuzione del filo, è tener conto della posizione della coccia e della lama dell'avversario.

### **La tecnica dei fili.**

La tecnica dei fili è particolarmente complessa, nella spada, e purtroppo, nei trattati, non viene approfondita a sufficienza.

Un filo parte da un legamento (dominato da chi effettuerà il filo): la condizione di partenza ottimale, per vincere una eventuale resistenza, è quella dei gradi forti sui deboli. Meglio ancora, estremità della lama dell'avversario che poggia sulla coccia e sulla lama. Un filo portato da una misura troppo lunga (punta dell'avversario che non raggiunge od oltrepassa la coccia) è facilmente destinato all'insuccesso, potendo essere agevolmente vanificato da uno svincolo, anche involontario. Lo stesso effetto è molto probabile anche se manca la resistenza offerta dall'altro. Per cui, il filo è azione da intraprendere contro avversari che tendono a irrigidire il braccio; o dopo aver provocato, con opportuna preparazione, una stretta maggiore dell'avversario, o un movimento di svincolo nella direzione sbagliata. Contro una mano molto morbida (più abituale in chi utilizza l'impugnatura liscia) l'azione da preferire è la battuta.

Altra cosa di fondamentale importanza è la posizione delle cocce. Per effetto del cono di protezione, è da evitare in modo assoluto che la direzione del colpo (portato) sia quella della coccia dell'avversario: per essere ancora più precisi, poiché la coccia di chi esegue il filo può muoversi in direzione diversa da quella della punta (colpi angolati), è necessario che la coccia di chi esegue il filo non vada in direzione della coccia avversa. Occorre quindi osservare la posizione della coccia di chi subisce il filo (e prevederne gli spostamenti, durante l'azione), per selezionare il filo adatto. La regola generale, per orientarsi, è quella di osservare bene la coccia dell'avversario. Presupponendo una linea "perfetta" (senza angoli della lama, né opposizioni), ogni spostamento della coccia da questa posizione (supponendo sempre che la punta sia vicina alla nostra coccia) ci farà preferire il filo che comporta l'opposizione diametralmente opposta, sul piano perpendicolare alla linea di offesa. Terremo conto anche del fatto che la punta avversa, superato il bordo della coccia, sarà per forza decentrata rispetto al centro della stessa.

Per eseguire il filo si "percorrono i gradi", come si è già detto per le battute di potenza. Il modo di farlo è però diverso: lì il punto di contatto si sposta dal forte verso il debole di chi batte, e dal debole verso il forte di chi subisce; poi si lancia il colpo. Nei fili, percorre i gradi della lama avversa, dal debole verso il forte, sempre lo stesso punto della lama di chi esegue, e contemporaneamente avanza verso il bersaglio.

La condizione ottimale, quindi, per eseguire il filo di prima (quello fondamentale), è che la coccia dell'altro sia spostata verso l'interno e la punta sia leggermente più in basso, mentre la lama preme come se volesse passare al di sotto della coccia. Il contatto tra i ferri è all'interno. La coccia di chi esegue il filo è spinta verso il proprio interno (ma all'esterno di quella avversa), con la punta bassa. Il bersaglio può essere quello della coscia, del fianco, dell'ascella, secondo l'altezza della coccia opposta. Per il filo di seconda, cocce e contatto verso l'esterno (ognuno il proprio, si intende), punte in basso, bersaglio della coscia o del fianco; filo di terza, cocce e contatto verso l'esterno, punte in alto, bersaglio del petto o della maschera; filo di quarta, cocce e contatto al proprio interno, punte in alto, bersaglio della spalla o della maschera.

Condizioni del ferro avverso leggermente diverse da quelle descritte possono rendere più conveniente un filo preceduto da un mezzo trasporto: azione che classifichiamo fra le ausiliarie, trattate più avanti. Una coccia leggermente più bassa, rispetto alla punta, di quella descritta per il filo

di prima (fondamentale) al fianco, può far preferire il filo sopra, alla spalla o alla maschera, sempre con opposizione in dentro, dopo un mezzo trasporto dal legamento di prima basso a quello alto. Il filo di seconda alto, al petto, sarà da preferire se la coccia avversa è più bassa; il filo di terza basso, all'addome, andrà bene quando la coccia avversa è più alta; il filo di quarta al fianco sarà opportuno contro una coccia più alta.

Prendiamo come esempio quest'ultimo caso: filo di quarta (destro contro destro). Se l'avversario, approssimativamente in linea, o in linea con leggera opposizione, ha la coccia bassa e interna, e la punta leggermente in alto (arma sulla linea di quarta), sarà più agevole il filo al suo bersaglio alto e/o interno, alla spalla, al petto o alla maschera, eseguito con opposizione in dentro. Se, invece, la coccia è più alta, e con la punta leggermente più bassa, il filo appena descritto, per effetto del cono di protezione, sarà deviato, nella parte finale del colpo. Sarà più utile, in questo caso, ricorrere al filo al fianco, che si effettuerà abbassando la propria coccia (prima della punta) e dirigendo, poi, il colpo al bersaglio così scoperto. In questo caso, si osserverà, le lame, che prima (nel legamento) si incrociavano con punto di contatto verso l'alto (rispetto alle cocce), vengono a trovarsi, per effetto di una azione molto simile ad un trasporto (dall'alto in basso, e viceversa, mantenendosi dallo stesso lato), con il punto di contatto verso il basso. I francesi chiamano questo tipo di azione con questo tipo di trasporto (ma anche altre) con il termine "croisé". Noi, come detto sopra, lo chiameremo **mezzo trasporto**.

Ad una linea "perfetta" (per quanto insolita), invece, potremo opporre qualunque filo, come nella teoria del fioretto, spostando, si intende, la nostra coccia convenientemente, ed evitando di muoverla in direzione di quella avversa.

Un caso specifico è quello dei fili al braccio, che è possibile eseguire da tutte le direzioni, tenendo conto di quanto detto sopra. Nella posizione normale di guardia, col braccio flesso, un filo all'avambraccio sarà assimilabile ad una azione contro la linea; mentre, mirando oltre, sarà più scoperto il bersaglio superiore, dalla piega del gomito in poi. Per completezza, nel caso dei fili al braccio, dobbiamo considerare anche i fili alti, dai legamenti di terza o di quarta, e quelli bassi, dai legamenti di prima e seconda, tutti con le cocce sullo stesso piano verticale. E infine quelli interni, eseguibili sia dal legamento di terza, sia da quello di seconda; ed esterni, dal legamento di quarta o di prima: tutti con le cocce alla stessa altezza. Partono, questi ultimi, da legamenti né alti, né bassi, per cui non abbiamo nomi specifici. Ce la caveremo in ogni caso identificando ogni filo dal legamento di partenza e dal bersaglio: ad esempio, filo di seconda al braccio in dentro; filo di terza all'addome; filo di prima al braccio esterno basso; e così via.

## **Azioni di offesa semplici e ausiliarie**

Le azioni di offesa semplici (che non eludono parate, o terminano ad un bersaglio diverso da quello minacciato inizialmente) fondamentali sono affiancate da altre azioni, anch'esse semplici, dette ausiliarie: saperle eseguire aumenta il repertorio, aiuta ad essere meno prevedibili, e permette di sfruttare meglio alcuni errori tecnici dell'avversario. Ma è necessario conoscere queste azioni, benché numerose, per sapersene difendere. Sono:

- i colpi con opposizione, diretta, incrociando, raccogliendo;
- le angolazioni al braccio e al corpo;
- i colpi di fuetto;
- il coupé;
- i fili sottomessi.

Alcuni tra i colpi precedenti possono essere preceduti da svincoli, battute, pressioni, riporti, trasporti, mezzi trasporti, cambiamenti di legamento.

## **I colpi con opposizione, diretta, incrociando, raccogliendo.**

Si ha l'opposizione diretta quando chi offende sposta la propria coccia in direzione della coccia e della lama avversa, chiudendo la linea minacciata, per effetto del cono di protezione. Al termine dell'azione le cocce si trovano sulla stessa linea.

Si ha l'opposizione incrociando quando chi offende sposta la propria coccia in direzione della lama dell'avversario, con movimento simile a quello delle parate dirette, e spostandola al di fuori del bersaglio. Al termine dell'azione le cocce si trovano su linee opposte.

Si ha l'opposizione a raccogliere quando chi offende, con movimento della lama simile a quello delle parate di contro o di mezzacontro, raccoglie, nel portare il colpo, la lama avversa, spingendola al di fuori della linea di offesa. Le cocce, al termine dell'azione, si potranno trovare sulla stessa linea (minor garanzia), su linee diverse, o su linee opposte (massima garanzia).

In tutti i casi, le opposizioni si effettuano durante l'avanzamento del braccio, con precedenza rispetto alla distensione, allontanando il meno possibile la punta dal bersaglio, sì da far apparire l'azione come un movimento unico.

### **I colpi con opposizione.**

Nella spada esiste la necessità di garantirsi dal colpo avverso, mentre si porta l'offesa. Uno dei mezzi più efficaci è l'opposizione, con lo spostamento del cono di protezione, e quindi della coccia e della lama (è meglio che i punti di appoggio siano due), direttamente verso la lama e la coccia dell'avversario, nell'eseguire il colpo. Questo tipo di opposizione lo chiameremo "opposizione diretta".

Ancor più efficace, se ben eseguita, è l'opposizione che chiameremo "incrociata", o "incrociando", che assomiglia ad un filo eseguito "al volo", senza un preliminare legamento; e, per risultare efficace, deve osservare gli stessi accorgimenti prima descritti per i fili.

Leggermente più difficili, ma altrettanto efficaci, e sempre da eseguire con gli stessi accorgimenti dei fili, i colpi con opposizione "raccogliendo" il ferro avversario, con un movimento circolare, o semicircolare.

Alcuni esempi, per chiarire. Destro contro destro, l'uno in linea con opposizione esterna, punta leggermente alta. L'altro, dall'invito di terza, esegue botta dritta alla spalla o alla maschera, opponendo in dentro, sulla linea di quarta: colpo con opposizione diretta, con coccia che si sposta in dentro, andando incontro al ferro. Se l'avversario, modificando leggermente la sua posizione, si portasse in linea esterna alta, con punta leggermente più bassa della coccia, sarebbe più sicuro un colpo portato all'ascella, con opposizione diretta, interna alta.

In contrapposizione alla stessa linea, l'altro parte dall'invito di quarta (col ferro, quindi, all'esterno dell'altro), e tira al petto incrociando il ferro avverso, e mantenendolo all'esterno, come nel filo di terza (ma per effetto del colpo, e in un solo movimento): colpo con opposizione incrociata.

In contrapposizione alla stessa linea di terza (esterna, con punta leggermente alta), l'altro parte dall'invito di terza, o dall'invito di seconda, e tira al petto raccogliendo il ferro avverso, e portandolo all'esterno, come nel filo di terza (sempre con un solo movimento, in avanti, della coccia): colpo con opposizione a raccogliere.

Le stesse azioni si possono eseguire al braccio, o agli altri bersagli. Importante accorgimento, per le opposizioni incrociate e per quelle a raccogliere, è quello di eseguirle quando la punta dell'avversario è nelle vicinanze della nostra coccia. Le opposizioni dirette sono agevoli anche quando la punta è meno vicina: in questi casi una valida alternativa è il colpo dritto o angolato sul bersaglio scoperto.

E' evidente l'analogia di queste azioni con i fili: tanto da poterle denominare, come qualcuno faceva in passato, "fili volanti". Possiamo aggiungere, alle indicazioni già date, altre considerazioni per i più

esperti. Dobbiamo evitare, innanzi tutto, di andare incontro alla coccia avversaria, per il cono di protezione. Sembrerebbe, però, nei colpi con opposizione diretta, di fare esattamente il contrario. In realtà, si tira il colpo su una linea leggermente diversa, cercando un bersaglio appena fuori dal cono di protezione. O si sfrutta l'effetto cuneo, dovuto al fatto che, nella fase finale del colpo, i punti di appoggio sulla lama avversa diventano due: sulla coccia e sulla lama.

Per gli altri colpi, incrociare e raccogliere è possibile anche senza disporre la coccia in posizione diametralmente opposta a quella avversa. Sarà più facile, però, perdere il controllo del ferro avversario, durante l'esecuzione del colpo. Occorrerà, in questi casi, una esecuzione più fine e sensibile; ed una preparazione più attenta che porti, come già si è detto, a scegliere (o provocare) il momento della stretta in tempo dell'avversario, o di un movimento di svincolo nella direzione sbagliata. Ad esempio, in contrapposizione alla stessa linea di terza dei precedenti esempi, il colpo con opposizione a raccogliere sopra (al braccio, alla spalla, alla maschera o al petto) è possibile anche a partire dall'invito di prima o di quarta, e terminerà come il colpo con opposizione diretta.

Infine, consideriamo che l'opposizione diretta può avere luogo anche senza contatto di ferri; e che, paradossalmente, nel caso di linea avversa angolata, come per i fili, i colpi con opposizione incrociata e a raccogliere possono terminare con una linea senza angoli, ma coperta, e quindi senza opposizione! Un paradosso che accettiamo per comodità e semplicità di classificazione.

## **Le angolazioni al braccio e al corpo**

Le angolazioni sono azioni di offesa che si eseguono creando un angolo nella propria linea, generalmente solo a livello del polso, ma anche nel gomito e nella spalla.

Sono portate più frequentemente al braccio, per raggiungere un bersaglio coperto; ma anche in ogni altra parte del corpo, per migliorare l'angolo di impatto sul bersaglio, o per vanificare la parata dell'avversario.

### **I colpi angolati.**

Si usa chiamare angolazioni i colpi portati al bersaglio avanzato del polso o dell'avambraccio, quando l'arma dell'avversario è in linea, coperta. Allo scopo, il braccio di chi offende è flesso, nel polso e/o nel gomito, e la coccia decentrata, mentre la punta è diretta sul bersaglio, ed il pugno assume varie posizioni.

Abbiamo già detto che il braccio sulla linea non è sempre, di per sé, coperto, e può essere raggiunto, in molti casi, anche senza angolare: basta che la linea dell'avversario minacci un bersaglio alquanto decentrato, rispetto alla nostra coccia.

Inoltre, è possibile, ed utile, angolare anche sul bersaglio scoperto, per migliorare l'angolo di impatto; e, per lo stesso motivo, o per rendere più difficoltosa la parata prevista, si possono portare colpi angolati anche ad altri bersagli, più arretrati.

L'angolazione, che è un'azione offensiva, è in relazione al bersaglio dell'avversario, da cui prende il nome. "Angolazione esterna", quindi, è un colpo portato al bersaglio esterno dell'avversario; "opposizione esterna", invece, è uno spostamento della propria coccia per coprire il proprio bersaglio esterno. Le angolazioni più comuni sono quelle al polso ed all'avambraccio. Si usa, quindi, intendere che si parla di questi bersagli, se si dice, ad esempio, angolazione interna, senza specificare altro. In caso contrario, si daranno tutte le indicazioni necessarie.

Generalmente, ma non sempre (ad esempio nei fili al braccio o al corpo, casi in cui coesistono l'opposizione, azione difensiva della coccia, e l'angolazione, azione offensiva della punta), nelle angolazioni la coccia si allontana dalla lama dell'avversario, o tende ad allontanarsene (ad esempio nelle rimesse angolate, "cedendo" alla parata avversa).

Delle angolazioni (colpi "en cavant", per i francesi) abbiamo già detto che permettono di colpire un bersaglio coperto (linea); se il bersaglio è scoperto, ma si presenta con un angolo di impatto difficile, molto lontano dalla perpendicolare, ci permettono di migliorarlo; sono applicabili anche per rendere più ardue ed ampie le parate dell'avversario, con tutte le conseguenze. Un'angolazione scopre, quasi sempre (fanno eccezione, come abbiamo visto, alcuni fili e contrazioni), il bersaglio di chi la esegue: è importante che non sia prevista, e che la punta dell'altro minacci un diverso bersaglio. Un errore comune, ad esempio, contro una angolazione sotto al braccio, è quello di tentare di controffendere con una angolazione sopra, scoprendosi ancora di più. Molto meglio la linea (senza angoli), dirigendo la punta là dove il braccio dell'altro fa angolo; o una adeguata opposizione, tra quelle già descritte.

Le posizioni del pugno, nelle angolazioni, variano secondo le preferenze, e secondo l'impugnatura. Ha più valore, per la riuscita, la naturalezza e l'imprevedibilità del colpo. Comunque, per l'impugnatura liscia, e per i colpi (portati) al polso, le posizioni più razionali sono: pugno di terza (pollice in alto) per l'angolazione sopra ed esterna; di seconda per quella sotto e quella interna. Con l'impugnatura anatomica, anche l'angolazione interna si può eseguire facilmente col pugno di terza. Per entrambe, una variante per l'angolazione esterna è il pugno di seconda (più usata per i colpi lanciati).

Descrivere solo quattro angolazioni al polso è, ancora una volta, una eccessiva semplificazione: in realtà il colpo al braccio si può portare da tutti gli angoli possibili.

## **I colpi di fuetto.**

I colpi di fuetto, o sferzati, si portano sfruttando la flessibilità della lama, nel senso del suo lato più largo, e verso il basso. Sono simili alle angolazioni, in quanto consentono di raggiungere bersagli coperti, migliorano l'angolo di impatto e rendono più difficoltose le parate. Non sono possibili, però, da tutte le direzioni.

### **Colpire di fuetto.**

I cosiddetti colpi di fuetto (italianizzando, colpi di sferza, o sferzati) sono, oggi, molto utilizzati, anche nella scherma di spada: che, di preferenza, li utilizza per il bersaglio (alto, o laterale) del braccio. Permettono di raggiungere il bersaglio, anche coperto, con risultati anche migliori delle angolazioni. Ma, dovendo caricare con una certa forza il movimento, lo rallentano nella fase iniziale, ed espongono a notevoli rischi il polso di chi ne abusa: per ridurli, spesso si fanno precedere da battute di passaggio. Sfruttano la naturale flessibilità della lama verso il basso, per cui la posizione del pugno cambia col bersaglio (ci riferiamo sempre a destro contro destro): di seconda per il bersaglio esterno; di terza per quello alto; di quarta per quello interno. Con tutte le posizioni intermedie. E' possibile tirare questo colpo, con una certa difficoltà, anche con direzione esterna bassa (destro su destro), sollevando alquanto il gomito. Il modo di portare questi colpi è il seguente: si sposta leggermente la punta all'indietro, con il concorso del polso e dell'avambraccio, che si flettono nella stessa direzione del pollice e del taglio della mano, e sullo stesso piano, verticale, orizzontale, o intermedio. Il colpo viene poi lanciato con una rapida distensione del braccio, che viene fermata, con una decisa stretta in tempo, prima che sia completa. La lama, così sollecitata, continua a flettersi portando la punta sul bersaglio. Per una buona riuscita, è necessario che tutto il braccio collabori, così che la punta arrivi al bersaglio con la spinta in avanti, oltre che quella verso il taglio della mano, dovuta al movimento di sferzata: una buona tecnica consente di ottenere l'effetto con minor forza e flessione della lama, e con minori rischi per chi la esegue. Un'altra doverosa osservazione: i colpi di fuetto, se troppo spesso portati da mano insufficientemente (e non progressivamente) allenata, possono portare a fastidiosi malanni nel polso e nel gomito, di lenta e difficile guarigione.



## **Il coupé.**

Detto una volta cavazione angolata, il coupé differisce dalla cavazione normale, perché il passaggio della punta avviene scavalcando, da sopra, la lama avversaria. Ma c'è anche chi lo accetta con passaggio da sotto, in contrapposizione ai legamenti bassi (prima e seconda). O chi accompagna questi disimpegni dai propri legamenti bassi con movimenti simili al molinello, tipico della sciabola, chiamandoli coupé di rovescio. Come per il fuetto, questi movimenti rendono più difficile la parata, ma espongono non poco chi li esegue.

## **Il filo sottomesso.**

Per il filo sottomesso dobbiamo aggiungere delle precisazioni. Nel fioretto con questa azione si riconquista la linea, con una decisa opposizione al legamento subito. La parte finale è identica a quella dei fili fondamentali. Nella spada, avendo inserito tra i legamenti anche i semplici contatti di ferro, dovremo considerare la sua variante (detta coulè, dai francesi), che consiste nell'insinuare la punta scorrendo contro il ferro, senza forzare la linea: per colpire o, più frequentemente, per provocare una reazione.

## **I colpi già detti, preceduti da svincoli, battute, pressioni, riporti, trasporti, mezzi trasporti, cambiamenti di legamenti.**

### **Varietà di azioni ausiliarie. Svincoli e azioni sul ferro.**

Le azioni di offesa ausiliarie sopra descritte si combinano, in vari modi, con svincoli e azioni sul ferro avverso.

Possono essere preceduti da svincoli (sottrarre il proprio ferro al legamento avverso, già in atto) i colpi con opposizione incrociando e raccogliendo, ma non quelli con opposizione diretta, anche se terminano nello stesso modo: sarà prima necessario liberare il proprio ferro, con un movimento di contro; i colpi con opposizione incrociando sono possibili (preceduti da svincolo) se consideriamo anche i legamenti (già descritti) ottenuti col solo spostamento della punta. Possono essere preceduti da svincolo le angolazioni e i colpi di fuetto. Cavazioni e coupé sono colpi che già comprendono lo svincolo, e dobbiamo fare la distinzione fra la cavazione (e il coupé) che parte da un legamento, e quella che segue una finta, quindi a ferro libero, che troviamo nelle azioni composte.

Vari colpi possono essere preceduti da battute (le battute false, che partono dal legamento altrui; la battuta di potenza; lo sforzo, che non è una vera battuta, in quanto parte dal proprio legamento, senza prima staccare il ferro; il tocco, o battuta normale); da battute precedute o seguite da svincolo (intrecciata, dal proprio o altrui legamento; intagliata, o battuta di passaggio, che termina come il coupé); da un cambiamento di legamento, o di contatto dei ferri. Quest'ultimo tipo di azione può anche precedere i colpi preceduti da trasporto, o riporto (agevoli solo se la punta dell'altro è vicina alla cocchia di chi esegue), che sono detti, dai francesi, rispettivamente "liement" e "enveloppement". Partono, o sono preceduti, da un legamento, per poi subire, senza perdita di contatto, e contemporaneamente all'avanzamento della punta, e allo scorrimento sui gradi avversi, il trasporto (su altra linea) o il riporto (sulla stessa linea), fino al colpo. Nella spada sono previsti a partire dai quattro legamenti fondamentali, e devono essere eseguiti con le stesse precauzioni richieste dai fili. Noi consideriamo anche i quattro fili ausiliari, preceduti da un mezzo trasporto. Nel fioretto,

limitandoci ai trasporti, sono previste solo alcune di queste azioni, e vanno sotto il nome di fianconate (ma si denomina fianconata anche il filo di quarta al fianco). La teoria del fioretto però distingue l'azione del trasporto dal filo; mentre per i francesi il liement (che non va confuso con il nostro legamento, che si può rendere, con leggera imprecisione, con il termine engagement) li comprende entrambi.

Queste azioni sul ferro sono ridotte al minimo nel fioretto, ma sono ancora molto utili nella spada, contro avversari che danno volentieri il ferro, e sono abili nello svincolo e nelle cedute. Come esercizio, migliorano il sentimento del ferro e la precedenza della punta rispetto alle gambe.

## **Azioni difensive.**

Le azioni esclusivamente difensive sono di tre tipi: **le sottrazioni di bersaglio, le opposizioni e le parate.**

**Le sottrazioni di bersaglio** si suddividono in due gruppi: le **schivate** (laterali, a destra o sinistra; o verticali, abbassandosi) per evitare colpi al corpo, e le **sottrazioni di bersaglio propriamente dette**, per evitare colpi al bersaglio avanzato; o al corpo, arretrando (la cosiddetta difesa di misura). Le schivate, se unite al colpo, prendono il nome delle uscite in tempo del fioretto: inquartata (spostamento verso l'esterno) e passata sotto. Non ha nome, forse perché poco usato, lo spostamento all'interno (un tempo, per alcuni, era questa l'intagliata). Queste schivate danno il nome all'azione di offesa cui si uniscono: arresto di passata sotto, attacco inquartando, etc.

Le sottrazioni di bersaglio propriamente dette sono l'arretramento (per evitare il colpo); la riunita con le sue varianti (sottrae i bersagli bassi, ed è generalmente collegata ad una controffesa); gli spostamenti del braccio armato (generalmente all'indietro, per evitare il colpo; da una linea all'altra, per controffendere con angolazioni).

Delle **opposizioni** abbiamo già detto in precedenza. Raramente da sole, le troviamo più spesso associate ad azioni di controffesa (arresti), o di offesa (fili, colpi con opposizioni).

**Le parate** sono movimenti del ferro, da una posizione di partenza ad una di arrivo, allo scopo di deviare il colpo lanciato dall'avversario.

Il **nome** della parata è dato dalla posizione finale.

Il **tipo** di parata è dato dal percorso: dirette, di mezzacontro, di contro, di ceduta, di controfilo.

Le **modalità** del contatto tra i ferri sono due: di tasto, di picco.

### **Parate.**

Le parate, mancando la convenzione, devono essere realmente rispondenti allo scopo. Non è sufficiente toccare il ferro dell'avversario, né deviarlo completamente, se si vuole anche rispondere. Occorre garantirsi il controllo del ferro (con i fili, e relative varianti) durante la necessariamente rapida risposta, o deviarlo per il tempo necessario ad arrivare da soli, o al massimo insieme all'altro (colpo doppio). E questo si ottiene con parate di picco efficaci, e con una attenta gestione della misura. L'efficacia maggiore è data, oltre che dalla velocità e dalla stretta della mano, dal punto di

incontro delle lame. Per le parate di picco, e risposte al distacco, con o senza opposizione, il punto ottimale è il centro delle lame: il che, spesso, comporta un decentramento della coccia dalla linea avversa, prima della parata, che va eseguita, possibilmente, per la massima efficacia, diagonalmente in avanti. Per i fili, è indicato un contatto il più possibile vicino alla coccia di chi para (accompagnando leggermente il ferro all'indietro, se occorre, nella fase finale della parata).

La classificazione delle parate è abbastanza vicina a quella classica. E' possibile semplificare indicando solo la posizione finale della parata. Per una descrizione più completa dovremo anche indicare il percorso della lama e della coccia, e quindi se si tratta di parate semplici, di contro e di mezzacontro, oppure, se si mantiene il contatto del ferro, di ceduta (assecondando la forza) o di controfilo (resistendo); le modalità di contatto tra i ferri, distinguendo tra parate di picco e di tasto (le prime permettono di rispondere solo al distacco; le altre, di filo o al distacco). Evitiamo l'equivoco delle parate di tasto, intese come sinonimo di parate semplici del fioretto, che noi chiameremo "dirette". Ricordiamo che le parate semplici, di contro e di mezzacontro possono essere eseguite di tasto o di picco.

Le parate di contro sono quattro, come nel fioretto. Le parate di mezzacontro (come nel trattato FIS di spada, diversamente da quello di fioretto) sono otto, quattro dirette (dallo stesso lato, da linea alta a linea bassa, e viceversa: quarta in prima, internamente, e terza in seconda, esternamente), e quattro trasversali (quelle del fioretto, però anche in senso inverso). Questa classificazione è da preferire: per motivi di semplicità e di coerenza. Infatti, nel fioretto, per motivi che non è qui il caso di approfondire, le parate terza-seconda sono considerate semplici; le parate quarta-prima sono considerate doppie. Ma bisogna considerare che la prima, nel fioretto, è descritta nella sua variante detta "mezzocerchio", che è da sconsigliare, nella spada, perché troppo scoperta. La prima tipica, di spada, ha la coccia più bassa, e punta sul bersaglio del fianco. Nella parata di ceduta, a misura più stretta, assomiglia alla prima di sciabola.

Le parate di ceduta (due sole, nel fioretto) nella spada sono quattro: alle due del fioretto (di terza e di quarta) dobbiamo aggiungere quella di prima (contro il filo di terza) e quella di seconda (contro il filo di quarta al fianco). Si verificherà che sono più agevoli, a causa della posizione delle cocce, le cedute di prima (possibile contro entrambi i fili di terza, al petto e all'addome) e di quarta (possibile contro il filo alto di seconda, e più difficile, o impossibile, secondo il bersaglio, contro il filo basso); facile anche la ceduta di seconda, possibile solo contro il filo di quarta al fianco, ma non contro il filo al petto, salvo virtuosismi particolari; meno agevole la ceduta di terza, più facile contro il filo di prima alto, più difficile o impossibile, secondo i bersagli, per quello basso.

Non sono contemplate nei trattati più recenti, e mi pare una lacuna, le parate che si contrappongono ai fili fondamentali non cedendo, come nelle parate di ceduta, ma riguadagnando i gradi e la linea, come nei fili sottomessi, senza perdita di contatto tra i ferri. Le chiameremo parate di controfilo. Sono utili per l'uso pratico, e come esercizio, perché migliorano il sentimento del ferro. Sono quattro, come i fili fondamentali, e terminano nella posizione del legamento di partenza di ognuno di essi.

Infine, come per le azioni di offesa, le parate possono essere semplici o composte. Queste ultime sono una successione di più movimenti di parata, in contrapposizione alle azioni di offesa composte. E' questo il motivo per cui è più opportuno, per evitare sovrapposizioni di nomi, chiamare dirette, anziché semplici, le parate che vanno dalla terza alla quarta, dalla prima alla seconda, e viceversa. Un'altra considerazione va fatta per il movimento di gambe che accompagna la parata, che si può fare da fermo, arretrando o avanzando. E' necessario esercitarsi nei diversi modi, in rapporto alle differenti modalità di esecuzione ed ai vari bersagli per le risposte.

Per la scherma francese le parate (quanto alla posizione finale) sono otto, e corrispondono approssimativamente, due per volta, alle nostre: con il pugno disposto in modo che le unghie siano verso il basso ("la prime, la seconde, la tierce, la quinte": i nomi corrispondono, salvo la quinte, che corrisponde alla nostra quarta) o verso l'alto ("la septime, l'octave, la sixte, la quarte": corrispondenti rispettivamente a prima, seconda, terza e quarta).

## La risposta

La risposta è un'azione di offesa, che segue, senza pause, la parata. Come tutte le azioni di offesa, la risposta può essere semplice, se non elude controparate (parate delle risposte); o composta, se ne elude almeno una. Può essere dritta, angolata, con opposizione, di filo, con trasporto, con coupè, di fuetto, a vari bersagli, e da varie misure.

Frequenti, nella spada, sono le parate di sbarramento, puramente difensive, o con fini tattici, non seguite da risposta.

## La controffesa.

Controffesa, o uscita in tempo, è il nome di ogni azione di offesa portata intenzionalmente durante l'azione di offesa o l'iniziativa dell'avversario, e ad essa subordinata.

**Ogni colpo di controffesa è denominato arresto. Avremo, quindi arresti diretti; arresti di contrazione (con opposizione diretta, incrociando, raccogliendo); arresti con angolazione; arresti di cavazione (cavazione in tempo, cioè a ferro libero, o cavazione durante il filo), con o senza opposizione o angolazione; arresti con schivata (con o senza opposizione) o sottrazione di bersaglio (con o senza opposizione o angolazione) .**

### Gli arresti nella spada.

La classificazione delle azioni di controffesa, nella spada, presenta qualche difficoltà, per l'uso di riunirle sotto la generica denominazione di arresto. In più, nel fioretto, il termine arresto ha un significato alquanto diverso, perché diverso è il concetto di tempo schermistico: là legato alla imprecisabile durata di una azione semplice, ed alla sensibilità dell'arbitro; qui alla rigida regola dei quaranta - cinquanta millesimi di secondo. Nel fioretto, l'arresto è l'azione di controffesa che precede il finale dell'attacco di almeno un tempo schermistico, chiudendo la linea per cui passerebbe l'attacco, nel tempo successivo. Assistiamo, così, ad arresti che anticipano il finale di un tempo, ed effettivamente chiudono (l'arresto in fuori, partendo entrambi dall'invito di terza, sulla finta dritta e cavazione); e ad arresti correttamente eseguiti, che precedono di due tempi, e non chiudono affatto, e non vengono giudicati validi (stesso arresto, ma con due tempi di anticipo, nella stessa situazione, per la doppia finta dritta).

A chiudere la strada, nella spada, ci pensa l'apparecchio di segnalazione, dopo il tempo fissato. Quindi, nella spada, ogni colpo di controffesa lanciato durante l'azione di offesa dell'avversario è denominato arresto. Avremo, quindi, arresti diretti; arresti di contrazione (con opposizione diretta, incrociando, raccogliendo); arresti con angolazione; arresti di cavazione (cavazione in tempo, cioè a ferro libero, o cavazione durante il filo), con o senza opposizione o angolazione; arresti con schivata o sottrazione di bersaglio. Tutte queste varietà di arresti sono eseguibili da fermi, arretrando, o avanzando, ai vari bersagli.

La controffesa non si limita ai colpi durante un attacco avverso. Dobbiamo considerare anche i colpi portati durante l'iniziativa avversa, che abbiamo convenuto di denominare comunque di controffesa, e non di attacco, perché è possibile portarli anche arretrando. Li classificheremo, genericamente, come colpi, o azioni, in tempo: perché, comunque, sono subordinati all'iniziativa altrui. E daremo anche a questi il nome, alquanto improprio, di arresti.

Dobbiamo poi considerare i colpi portati dopo che il proprio attacco è stato parato, che sono da considerare di controffesa solo se c'è risposta, e su questa è modulata la controffesa: in questo caso

chiameremo anche questi, genericamente, arresti, distinguendoli dalle rimesse, dai secondi colpi e dalle riprese di attacco.

Infine, abbiamo i colpi di controffesa sulla controffesa che, nel fioretto, vengono tradizionalmente omologati al controtempo, ma che noi, per semplicità, continueremo a chiamare arresti, come sopra. Per evitare contrapposizioni, esaminiamo brevemente, ora, le uscite in tempo del fioretto, cercandone l'applicazione e la denominazione nella spada, con i criteri esposti. Come si ricorderà, nel fioretto (trattato FIS) le uscite in tempo sono sette. La **cavazione in tempo**, tra queste, è l'unica che ha ragione anche arrivando insieme, o addirittura dopo. Nella spada questo non ha senso: ecco il motivo per cui la cavazione in tempo, eseguita a ferro libero o dal filo, con angolazione o opposizione, è preferibile catalogarla tra gli arresti.

Dell'**arresto** del fioretto abbiamo già detto. L'**appuntata**, non è altro che un arresto sulla risposta composta. La **contrazione**, che si tira sull'ultimo tempo dell'azione, chiudendola (a noi può bastare che la ritardi a sufficienza per toccar da soli, o per un doppio), è parente stretta dell'**imbroccata**: contrazione particolare prevista, nel fioretto, contro il filo di quarta che termina al fianco. Parenti della contrazione, cui aggiungono però la schivata, sono **inquartata e passata sotto**: che si effettuano nel finale dell'azione, ma possono funzionare anche senza l'opposizione del ferro.

Anticipare (o arrivare insieme) in controffesa l'avversario, che ha l'iniziativa, è possibile in tre modi: colpendolo sulla preparazione (ricerca del ferro; movimento in avanti senza minaccia), tirando a bersagli più vicini, deviando il suo ferro mentre si controffende. In tutti i casi si tratta di colpi in tempo, perché il tempo dell'azione dipende dal movimento dell'avversario, che ha l'iniziativa, o attacca. Le azioni che presentano maggiori difficoltà sono, forse, le contrazioni: per la grande varietà di possibilità, dovuta ai differenti modi di presentarsi del ferro e del bersaglio avverso; e perché in esse si sommano le difficoltà dell'offesa e della difesa.

Abbiamo già trattato i colpi con opposizione, di cui fanno parte anche le contrazioni. Con quest'ultimo nome, però, ci limitiamo alle azioni di controffesa, mentre in precedenza ci riferivamo sostanzialmente a colpi portati in attacco. La differenza principale consiste nel fatto che molte contrazioni si effettuano decisamente in avanti, mentre l'avversario che attacca lancia il suo colpo: la velocità dell'impatto è la somma delle due, e la difficoltà di controllare insieme bersaglio e ferro avverso aumenta notevolmente. Diventa essenziale, quindi, la capacità di padroneggiare una tecnica difficile e complessa. Per insegnarla efficacemente il Maestro deve saper dare il ferro con realismo, e conoscere a fondo gli aspetti geometrici (il cono di protezione, la disposizione dei piani del bersaglio), e tattici (come preparare l'azione) del problema.

## Le azioni di offesa composte

Azioni di offesa che eludono una o più parate, o ricerche del ferro, o che portano l'offesa, intenzionalmente, su un bersaglio diverso da quello minacciato in partenza, si denominano azioni composte. Quanto sopra vale per l'attacco, come per la risposta e la controffesa.

Ogni azione semplice di offesa può essere simulata, costituendo una parte dell'azione composta, detta **finta**, che prenderà il nome dall'azione simulata.

### Le finte.

Un'azione semplice di offesa può provocare una reazione difensiva (parata, o sottrazione di bersaglio); una reazione controffensiva (arresto), che a sua volta può essere associata a sottrazione di bersaglio; o anche nessuna reazione.

Nel fioretto è composta un'azione che elude almeno una parata; nella spada lo sono, necessariamente, anche quelle che finiscono su un bersaglio, dopo averne minacciato un altro, e aver provocato una delle reazioni sopra descritte, diversa dalle parate. Ad esempio, è composta un'azione come la finta di angolazione sopra al polso e botta al piede, quando l'avversario non para, ma si limita a sottrarre il braccio; o una finta dritta al braccio e continuazione al corpo; e così via.

Per eludere le parate, le azioni utilizzate sono le cavazioni, o le circolate, o il coupè. Nel fioretto si dà il nome di circolata all'azione che evita la parata di contro (che è "circolare", da cui il nome: e non perché la punta descriva un cerchio); ed anche a quella che evita la mezzacontro, perché, si dice, è la metà di una parata di contro. Nella spada, avendo incluso tra le mezzacontro anche alcune parate considerate, nel fioretto, semplici, chiameremo cavazione l'azione che le elude. Quindi

**si definisce circolata l'azione offensiva che elude la parata di contro, passando la punta intorno alla coccia avversa, e terminando allo stesso bersaglio minacciato in partenza.**

**La circolata può seguire una finta, o eludere (circolata in tempo) una ricerca di ferro di contro.**

Avremo, quindi, anche la circolata in tempo, come la cavazione in tempo, pur relegandola, anch'essa, tra gli arresti. La precisazione per cui la circolata, per essere definita tale (e non genericamente cavazione), deve finire allo stesso bersaglio è necessaria. Ad esempio, avversario sull'invito di terza, finta in dentro e cavazione (meglio di circolata!) al piede, ad eludere la contro di terza.

Infine, mentre il termine cavazione viene utilizzato anche per il colpo (o la finta) che parte dal legamento avverso, la stessa cosa non è possibile per la circolata, che è sempre preceduta da una finta, o da un allineamento. Al contrario, la circolata in tempo può partire anche da un legamento dell'avversario, che esegua un cambiamento di legamento.

Le finte sin qui trattate sono tutte simulazioni di azioni di offesa, e non esauriscono il significato del termine, che dal punto di vista tattico ha un significato più ampio.



## Note su strategia, attenzione, tempo, misura, velocità, tattica e finte.

La **strategia** è la programmazione razionale delle proprie azioni, in funzione della situazione, per raggiungere uno scopo prestabilito, possibilmente col minimo costo.

Nel predisporre o elaborare una strategia dovremo possedere o procurarci le informazioni necessarie sulla situazione esistente (circostanze, conoscenza dei mezzi propri e dell'avversario). Dovremo tenere conto della variabilità della situazione, tentando di modificarla a nostro favore, e modificando la strategia col variare delle circostanze: l'attività strategica, o di programmazione, prosegue, per quanto possibile, parallelamente all'attività motoria.

Lo scopo della strategia è subordinato agli scopi della scherma: difendersi ed offendere, e quindi la simulazione, l'indagine, la preparazione, ad essi subordinati. Una strategia è definibile come un programma, che contiene vari sottoprogrammi. Fra i programmi subordinati, uno dei più importanti è la programmazione della azioni dell'avversario: la **tattica**.

La **programmazione** dell'avversario avviene intervenendo sul suo processo di elaborazione dei dati: in primo luogo, fornendogli informazioni false, attraverso le finte, e nascondendogli e limitandogli quelle vere; in secondo luogo, ponendolo in condizione di dover decidere disponendo di informazioni insufficienti o false, e in condizioni di pressione spazio-temporale elevata; in terzo luogo, sfruttando i limiti della sua capacità di attenzione. Incominciamo da quest'ultimo fattore.

L'**attenzione** è, in primo luogo, un filtro che seleziona gli oggetti o gli eventi su cui i sensi vengono focalizzati. L'atleta evoluto è in grado, molto più di quello inesperto, di selezionare gli stimoli significativi, ignorando gli altri: in questo modo riesce a limitare i costi (tempo impiegato, numero di errori, carico del sistema di elaborazione) del suo lavoro mentale. Nell'apprendimento della tecnica, e ancor più della tattica, è quindi importante aiutare presto l'allievo a riconoscere e riprodurre o celare questi stimoli. In secondo luogo, l'attenzione ha una capacità limitata, sia nel senso della quantità degli eventi di cui si può contemporaneamente occupare, sia per l'intensità della sua attivazione. Si può rimanere molto attenti solo per brevi attimi, ed a questi seguono inevitabilmente brevi periodi in cui l'attenzione si rilassa. Da qui l'importanza di saper provocare i momenti di tensione, per approfittare dei successivi momenti di rilassamento, in cui i riflessi appaiono molto rallentati. Si comprende da questi dati anche l'importanza di un ruolo attivo, anziché passivo: chi è attivo, e quindi provoca, sceglie i momenti di massima attenzione, perché conosce le proprie reali intenzioni. Chi è passivo, salvo casi di evidente disparità tecnico tattica, è costretto ad un maggior dispendio di energie mentali, perché ignora se alla provocazione seguirà il colpo, e dovrà attivarsi di più, per tempi più lunghi. Reagire, o prevedere e quindi anticipare, sono quindi due modalità differenti, che comportano costi, e quindi dispendio di energia mentale e fisica differenti. Nella scherma, da sempre, si attribuisce importanza fondamentale al fattore tempo, e poi alla scelta di tempo, che richiedono una particolare attenzione.

L'elaborazione delle informazioni conduce alla scelta di un atto motorio, e richiede tempo e informazioni. Nella scherma, il tempo a disposizione per decidere è molto limitato, e le informazioni sono, in gran parte, volontariamente falsate. Il **rischio di errore** è quindi elevato, ed aumenta fortemente col diminuire, anche minimo, del tempo a disposizione. Al di sotto di un certo limite, il sistema di elaborazione deve cedere il passo agli automatismi, perché non è più in grado di produrre decisioni se non con ritardi inaccettabili, di fronte alla velocità dell'azione da contrastare. Vediamo, ora, da cosa dipende il passaggio dall'una all'altra modalità, ed i rapporti che intercorrono fra tempo e misura.

**Tempo di reazione e scelta di tempo** sono due fattori di estrema importanza nella scherma, ed è necessario comprendere a fondo la differenza fra le due cose. Dato uno stimolo inatteso, ed una sola reazione (o risposta) richiesta all'apparire dello stimolo (tempo di reazione semplice), esiste un tempo fra il primo (lo stimolo) e la seconda (la reazione) che non può scendere oltre un certo limite fisiologico: diciamo, come ordine di grandezza, intorno al decimo e mezzo di secondo, centocinquanta millisecondi. La variabilità di questo tempo è dovuta a tanti fattori, fra cui il canale sensoriale scelto (stimolo visivo, tattile, acustico, etc.) e l'intensità dell'attenzione (dato di estrema importanza, per i motivi sopra esposti). Con l'aumentare del numero degli stimoli e delle risposte possibili, aumenta fortemente anche il tempo e diminuisce la precisione della risposta. Solo in un modo è possibile scendere oltre la soglia fisiologica del tempo di reazione: conoscendo in anticipo, e quindi prevedendo, il momento in cui si presenterà lo stimolo atteso. In questo caso sarà possibile ridurre anche a zero, o addirittura a numeri negativi, il ritardo fra stimolo e risposta. Parleremo, in questo caso, di **scelta di tempo**. Troveremo abbondanti possibilità di esempi in tutti gli eventi ciclici, che hanno un proprio ritmo (giochi con la corda, con la palla, etc.). I ritmi della scherma sono meno evidenti, ma altrettanto individuabili e sfruttabili. Scegliere il tempo significa, quindi, nella scherma, individuare e prevedere il momento esatto dell'inizio della propria risposta motoria, che comporta, a sua volta, un tempo di esecuzione non trascurabile. È necessario, quindi, anche sincronizzare la propria risposta motoria col ritmo dell'altro, per far sì che i due atti motori interagiscano nel modo voluto. E poiché il moto avviene in uno spazio, che nella scherma chiamiamo misura, ci occuperemo ora di questo fattore, essenziale nello studio di tutte le azioni schermistiche .

La distanza, o **misura**, che si stabilisce fra gli avversari all'inizio di un assalto, quando ancora le strategie offensive non sono ben delineate, è abbastanza ampia da consentire ad ognuno di reagire (tempo di reazione) ad un'iniziativa inattesa dell'altro, arretrando. Questa distanza è però limitata dalla necessità di svolgere un'azione di indagine efficace, che va condotta da vicino. Quindi, durante la fase di elaborazione, la distanza dall'avversario (**misura di controllo**) è, di norma, appena superiore a quella necessaria per un'azione efficace (**misura di azione**). La fase di preparazione tende a ridurre al minimo la differenza fra le due distanze, determinando una misura di passaggio, fra le due, che possiamo definire come **punto critico**. Al di là di questo punto (misura maggiore) è possibile controllare i movimenti dell'altro, sfruttando i meccanismi del tempo di reazione (prima lo stimolo, poi la risposta). Al di qua del punto critico (misura minore), il tempo di reazione è troppo alto: chi ha previsto agisce in tempo; chi non ha previsto reagisce, ricorrendo agli automatismi, che sono le risposte più veloci fra quelle disponibili, e sospendendo il sistema di elaborazione. Quando viene raggiunto il punto critico, vi sono due possibilità fra



cui scegliere nel minor tempo possibile: si torna indietro o si lancia l'azione risolutiva. Si sceglie la prima quando le condizioni trovate non sono quelle attese, e quando è in corso l'attività di programmazione volontaria dell'altro. Si sceglie la seconda, invece, quando le condizioni trovate sono quelle richieste. La brevità del tempo di passaggio per il punto critico richiede, quindi, che ci si arrivi avendolo previsto: la scelta di tempo è richiesta preliminarmente nel prevedere il verificarsi della condizione favorevole di misura.

L'assalto inizia in condizioni di misura lunga: perché un'azione di offesa sia possibile, è necessario che almeno uno dei due prenda l'iniziativa di accorciarla. Si possono verificare i casi che seguono.

1. Lo schermatore A vuole stringere la misura, B non vuole che ciò avvenga. A può riuscire nell'intento grazie ad una maggiore accelerazione, o approfittando della disattenzione (casuale o indotta) dell'altro, o portandolo in fondo alla pedana, o profittando della necessità di B di recuperare, nelle pause dell'iniziativa di A, il terreno perso. B, invece, può riuscire nell'intento, ma per periodi limitati, arretrando; ponendo l'altro in situazione inattesa (atteggiamenti, controiniziativa) ogni volta che raggiunge il punto critico. È la tipica situazione del traccheggio di contenimento, contro l'iniziativa di attacco. A cerca di superare il controllo della misura di B, che a sua volta tenta di vanificare le condizioni richieste e preparate da A per lanciare l'azione risolutiva.
2. A e B vogliono stringere la misura, ognuno, però, alle sue condizioni (misura, tempo, e atteggiamento col ferro). In questo caso, forse il più comune, iniziativa e controiniziativa si bilanciano, alternandosi, fino all'errore di almeno uno dei due.
3. A e B vogliono stringere la misura, alle stesse condizioni di tempo e atteggiamento. In questo caso la misura più breve viene accettata perché entrambi sono convinti di aver individuato la contraria giusta, o di aver programmato con successo l'avversario. All'entrata in misura partono e si confrontano entrambe le azioni preventive.

In tutti i casi, l'azione risolutiva può risolversi in un insuccesso di entrambi: seguono allora generalmente azioni automatizzate (rimesse e secondi colpi, o controparate) e non previste, fino all'alt dell'arbitro, o alla segnalazione del colpo, o al ritorno ad una misura maggiore.

La **velocità** è, da sempre, considerata fondamento della scherma insieme a scelta di tempo e misura. Possiamo ora definirne meglio il significato. Controllare l'altro ed impedire che ci controlli sono due operazioni fondamentali dello schermatore: perché un'azione abbia successo, sono necessarie entrambe. Il controllo segue il meccanismo stimolo-risposta: da una situazione di partenza (misura lunga), al tentativo di ridurre la misura segue (perché c'è il tempo di farlo, data la misura) la scelta di allungarla di nuovo, o di accettare lo scambio. In questo secondo caso, il seguito dell'azione, da misura più breve, è in tempo: i due programmi motori si confrontano in automatismo, e vince il migliore.

Chi ha l'iniziativa e chi la subisce controllano entrambi, fino a quando uno dei due riesce a superare il controllo dell'altro, impedendo che riesca a mantenere la misura voluta, e impedendone la sincronizzazione. Sincronizzarsi con l'altro, solo mentalmente o anche dal punto di vista motorio, è un modo efficace per arrivare alle azioni eseguite in tempo,

sempre preceduto da una fase di controllo, in cui il movimento segue, e quindi non accompagna quello dell'altro. Si pensi, ad esempio, ad un attacco marciando, contrastato da una efficace parata e risposta: già nel movimento di preparazione si può osservare una certa sincronizzazione dei movimenti dei due avversari, che diviene perfetta al momento della parata, in cui i due ferri si incontrano giusto in tempo perché l'attacco sia deviato. Per avere successo, l'attaccante deve evitare la riuscita di questo processo di sincronizzazione. Il mezzo principale per ottenere lo scopo è la **variazione del ritmo** dell'azione.

Variare il ritmo significa variare la velocità (aumentandola, o anche, meno frequentemente, diminuendola) dello spostamento in avanti o all'indietro (dovuto alle gambe), o del solo braccio armato, o di entrambi.

La massima velocità ha un costo elevato, e non può essere sostenuta a lungo; inoltre, rende più difficile coordinare il movimento delle braccia con quello delle gambe, e porta in breve ad uno scadimento della precisione. Nella scherma è più opportuno ed esatto parlare di accelerazione, che dà la misura del passaggio da una velocità ad un'altra diversa: il cambiamento di ritmo. Un ritmo di fondo elevato provoca un notevole dispendio di energie, e favorisce chi ha maggior resistenza. Un ritmo lento rende possibili accelerazioni maggiori, favorisce lo schermatore più tecnico e più riflessivo. Infine, le accelerazioni brusche si prestano per indurre in allarme l'altro, sovraccaricando la sua capacità di attenzione; i rallentamenti, invece, si prestano ad allentare la vigilanza dell'altro, in particolare immediatamente dopo una fase di sovraccarico.

La **tattica** è lo studio e l'applicazione delle azioni che mirano a programmare le azioni dell'avversario, affinché siano prevedibili e siano a nostro vantaggio. Non è possibile ottenere un tale risultato ad un costo ragionevolmente limitato senza una involontaria collaborazione dell'avversario, che la fornirà solo se ingannato; o senza beneficiare di un notevole vantaggio tecnico e fisico, su un avversario alquanto sprovvisto sul piano tattico.

Le principali azioni che si utilizzano al fine di ingannare l'altro, e fornirgli false informazioni, sono le **finte**, simulazioni di azioni che richiedono, per essere efficaci, precise condizioni di tempo e di misura: devono essere eseguite al passaggio per il punto critico.

Le finte sono di due tipi: finte tecniche e finte tattiche.

Le finte tecniche comprendono simulazioni di colpi e provocazioni, ma precedono immediatamente l'azione conclusiva di offesa (es.: finta dritta e cavazione; finta di parata e arresto) o di difesa (es.: finta di arresto e parata; finta di ricerca del ferro e parata). Sono denominate finte tecniche perché si eseguono quando è altamente probabile (osservazione, programmazione precedente) la reazione prevista, di tipo automatico, mentre la tecnica adoperata come contraria include la finta e l'azione conclusiva di offesa.

Le finte tattiche sono precisamente quelle che mirano all'acquisizione di informazioni (scandaglio), e non a concludere con l'azione di offesa; e alla programmazione dell'avversario, attraverso un duplice meccanismo: finte chiare e ripetute, per ottenere che l'altro predisponga un'azione determinata, scelta fra quelle che preferisce o è in grado di eseguire (traccheggio di preparazione); finte poco chiare e variate, per disturbare e impedire la programmazione dell'altro (traccheggio di contenimento). In questo tipo di finte, anche le variazioni di misura si prestano ad essere simulate, insieme a variazioni di atteggiamento corporeo che hanno il preciso scopo di incidere sulle capacità attentive dell'avversario.

## **Il processo dell'elaborazione strategica nella scherma.**

Abbiamo già detto che per elaborare una strategia dovremo possedere o procurarci le informazioni necessarie sulla situazione esistente (circostanze, conoscenza dei mezzi propri e dell'avversario); e tenere conto della variabilità della situazione, tentando di modificarla a nostro favore, e modificando la strategia col variare delle circostanze. Specifichiamo meglio, ora, la sequenza delle operazioni necessarie.

La strategia di un assalto è subordinata a quella della gara; quella di un singolo colpo, a quella dell'assalto; e così via. Non sempre l'atleta è cosciente di questo lavoro di elaborazione: gli automatismi, anche mentali, acquisiti con anni di gare e lezioni, tendono a mantenerlo al di sotto del livello di coscienza.

Una strategia viene elaborata all'inizio di ogni assalto, e deve essere aggiornata con frequenza, possibilmente ad ogni pausa e, quando il ritmo dell'assalto lo consente, anche durante l'assalto stesso: ogni nuova informazione acquisita permette di affinare o variare la strategia stessa.

Prima che l'assalto abbia inizio, disponiamo già di alcune informazioni sui nostri mezzi e quelli dell'avversario, che sarà necessario confrontare, per valutare i punti a nostro favore o a nostro sfavore, e tentare di condurre il confronto sul terreno per noi più favorevole. Valuteremo, quindi, se siamo più forti o più deboli

- sul piano psicologico: aggressività, impressionabilità, calma, tenuta nei momenti di pressione (intensità, scadere del tempo, situazioni di fondo pedana), capacità di attendere, superstizioni varie, capacità di adattamento, e così via;
- sul piano strategico e tattico: prevedibilità, capacità di agire di seconda intenzione, capacità di iniziativa, flessibilità nel mutare strategia;
- sul piano tecnico: tecniche disponibili, capacità coordinative, precisione, preferenze in fatto di misura, mancinismo;
- sul piano fisico: resistenza, velocità, altezza.

Alcune caratteristiche dell'avversario saranno già note e in memoria, o ricavabili da compagni e tecnici; altre sono intuibili dal suo aspetto, dall'atteggiamento sereno o nervoso, dal modo di stare in guardia.

Le informazioni iniziali sull'avversario saranno poi integrate, durante l'assalto, con un lavoro di scandaglio, e con le risultanze dei primi colpi dati o ricevuti che, ricordiamolo, hanno un forte effetto programmatico sulla elaborazione di entrambi: al livello più basso si tende a ripetere l'azione che ha avuto successo (spesso, specie per i più giovani, con grande difficoltà a cambiare anche quando non funzionano più), e ad evitare le altre.

Valuteremo poi le circostanze, che variano nel corso dell'assalto:

- situazione di vantaggio o svantaggio;
- tempo residuo;
- posizione sulla pedana;
- comportamento dell'arbitro e del pubblico;
- variazioni nella propria condizione psicofisica, e in quella dell'avversario.

Molti sono gli aspetti da considerare e valutare, per cui si possono solo dare indicazioni molto generali. Ogni atleta, con la sua specificità e la sua esperienza, avrà il suo modo di impostare il suo assalto, imparando dall'esperienza. Tuttavia, anche il solo addestrare il giovane atleta a porsi domande (ponendoglielo spesso, durante le pause dell'assalto, in allenamento), e a darsi risposte, su ognuno dei punti su indicati, contribuirà a costruire più rapidamente le sue capacità strategiche e tattiche, e ad esserne cosciente: il che vuol dire che sarà per lui possibile, quando la naturale ispirazione, come spesso avviene, non sarà presente, avere una buona e razionale base di partenza per favorirne il ritorno.

## **Caratteristiche particolari della scherma di spada, e annotazioni tattiche.**

Il R.I., fra le più significative differenze con le altre armi, prevede:

- l'estensione del bersaglio (che può essere colpito solo di punta) a tutto il corpo;
- una coccia ampia, a protezione della mano;
- l'assenza di convenzioni di precedenza, per il giudizio in caso di colpo doppio;
- il tempo di interdizione della seconda stoccata, in caso di doppio (da 40 a 50 millesimi di secondo, o tra il venticinquesimo e il ventesimo di secondo: meno della metà di un decimo di secondo).

Queste particolarità comportano notevoli differenze pratiche:

- in attacco, durante l'iniziativa, e in genere durante ogni azione di offesa, l'assenza di convenzione e l'ampiezza del bersaglio rendono più ampio il ventaglio delle controfese possibili; chi offende deve preoccuparsi contemporaneamente anche della difesa; diminuisce la percentuale delle azioni composte e marciando, e aumentano le azioni in allungo e in frecciata; aumentano gli attacchi in controtempo; è preferibile attaccare ai bersagli avanzati, per ridurre i rischi; l'attacco non si esaurisce nel primo colpo, ma prevede spesso le rimesse, o i secondi colpi avanzando; sono frequenti i colpi ai bersagli bassi della gamba, della coscia e del piede anteriore; i maggiori rischi dell'attacco portano, mediamente, ad assalti più lunghi e meditati, con maggior durata della fase di preparazione;
- in difesa, aumenta il rischio che la risposta sia preceduta da una rimessa, o anticipata da un arresto, o porti al colpo doppio; le risposte più adatte sono quelle di filo, o al distacco dopo parate di picco realmente efficaci, sono rapide, e sono spesso seguite da una o più rimesse; per ridurre la possibilità di rimessa dell'altro (sulla risposta) aumentano le parate avanzando sull'avanzata dell'avversario;
- i contrattacchi aumentano notevolmente di numero e varietà, e costituiscono, mediamente, nel loro insieme, i colpi che più frequentemente vanno a segno, e la maggior risorsa dello spadista.

Di conseguenza, è necessario che lo spadista si eserciti in modo particolare su alcune azioni tipiche dell'arma, e di frequente applicazione:

- tutti i colpi portati mantenendo la copertura;
- tutti i colpi ai bersagli avanzati, e in particolare le angolazioni al braccio;
- i colpi multipli e le azioni in controtempo;
- le rimesse, preordinate o impreviste;
- gli arresti sulle varie azioni di offesa;
- la ricerca del colpo doppio.

Inoltre, lo spadista dovrà sviluppare, secondo la sua impostazione e le sue caratteristiche, il gioco sul ferro o quello a ferro libero; le azioni da preferire contro l'avversario che utilizza l'impugnatura anatomica, o a manico liscio; dovrà curare in particolar modo la pre-

cedenza della punta nello sviluppo delle azioni di offesa o preparazione; dovrà porre la massima attenzione alla situazione di vantaggio e di svantaggio, perfezionando le azioni necessarie nei due casi, ed evitando le altre, con assalti a tema obbligato, e/o tempi ridotti: a questo scopo, dovrà considerare la specificità delle tecniche di parata e risposta, e approfondire lo studio delle seconde intenzioni. Infine, dovrà considerare i differenti comportamenti nelle diverse zone della pedana, e in condizioni di pressione temporale; e dovrà anche tener conto delle differenze di precisione e rendimento all'inizio ed alla fine dell'assalto, e della gara, di norma più lunghi che nelle altre specialità.

### **Colpi portati mantenendo la copertura.**

Per copertura intendiamo un'adeguata opposizione di pugno sulla stessa linea dell'avversario per diminuire le probabilità di essere colpiti durante l'azione di offesa. La copertura assoluta non esiste, per l'impossibilità di prevedere con certezza il movimento del ferro avverso. Nell'eseguire una qualunque azione schermistica è giocoforza assumersi il rischio dell'insuccesso. È necessario accettare un rischio elevato in condizioni di svantaggio e pressione spazio-temporale elevata, o quando l'altro ce la impone con la sua iniziativa; ed è ragionevole accettarlo anche quando il vantaggio è grande, per la possibilità di concludere prima l'assalto, risparmiando energie per il seguito, e di ottenere informazioni utili. Nella spada, per le considerazioni già fatte, è statisticamente più rischioso attaccare, o parare e rispondere: azioni che richiedono più delle altre, appunto, una copertura, per diminuire il rischio.

L'opposizione, come abbiamo precisato in precedenza, può essere diretta, andando incontro, con la coccia, al ferro dell'avversario (esempio: colpo con opposizione sulla linea di quarta, partendo dall'invito di terza, con ferro avverso sulla linea di terza, mantenendolo all'interno); o può essere preceduta da un movimento circolare o semicircolare per raccogliere il ferro (esempi: dall'invito di seconda, avversario sulla linea di terza, colpo con opposizione a raccogliere sulla linea di terza, mantenendo il ferro avverso all'esterno; stessa posizione dell'avversario e stessa posizione finale, ma partendo dall'invito di terza); o può essere incrociata, andando incontro al ferro avverso, come nel primo caso, ma spostandolo sulla linea opposta (esempio: dall'invito di quarta, con l'avversario sulla linea di terza, colpo con opposizione incrociata che termina sulla linea di terza, col ferro avverso all'esterno).

Oltre che sul bersaglio arretrato, questi colpi con opposizione possono essere portati anche, ma non tutti, e con maggior difficoltà, agli altri bersagli avanzati, e soprattutto al braccio e al polso. I più importanti fra questi ultimi sono quelli con leggera opposizione diretta, quando anche l'avversario dirige la punta al polso (esempio: avversario che minaccia il polso angolando sotto, colpo sopra con opposizione bassa).

I colpi con opposizione, se migliorano la copertura, peggiorano però spesso l'angolo di impatto sul bersaglio. L'atleta valuterà, quindi, se conviene di più la certezza del colpo (perché, ad esempio, nella situazione specifica è utile anche il colpo doppio), o evitare il colpo dell'altro. I colpi angolati al polso si possono contrastare efficacemente anche con una linea diretta là dove il polso avverso fa angolo. È utile, però, per questi casi, addestrare l'allievo ad una moderata opposizione lasciando il braccio leggermente flesso, e quindi più rilassato e pronto all'azione successiva.

## **Colpi ai bersagli avanzati, e angolazioni al braccio.**

Colpo alla maschera. Per motivi meccanici ed elettronici, spiegati nella parte tecnica (modo di portare i colpi), i colpi alla maschera molto veloci possono non essere segnalati. A questa difficoltà si aggiunge quella dell'attrito basso fra punta e ferro della maschera, per cui è necessario colpirla in condizioni molto prossime alla perpendicolarità (ad esempio, sul lato esterno con angolazione esterna, bassa nella parte inferiore, alta in quella superiore; sul lato interno con angolazione interna). Altro accorgimento, per favorire la segnalazione del colpo, è quello di tirarlo quando le due velocità si sottraggono (uno avanza, mentre l'altro arretra), e con colpi portati, e non lanciati. Per le caratteristiche fisiche dei soggetti, naturalmente più lenti, è un colpo da non trascurare per i più giovani e per le donne. Pur classificato come avanzato, il bersaglio della maschera lo è meno di altri. Come per tutti i colpi ai bersagli più arretrati o decentrati, il colpo alla maschera è favorito da un colpo o una minaccia al braccio, meglio se accompagnato dalla opportuna opposizione, oltre che dalla angolazione già indicata. È utile anche di risposta, in particolare sulla linea interna; o come arresto sulla risposta, con opposizione, quando la coccia dell'avversario è alta e copre il bersaglio del braccio, della spalla o del petto.

Il colpo alla maschera è utile anche in azioni di risposta, generalmente di filo, dopo le parate di terza o di quarta. È ottimo anche come arresto, arretrando, quando la posizione alta della coccia avversa rende difficile il bersaglio del braccio, della spalla e del petto.

Colpi alla coscia, alla gamba ed al piede.

Questi colpi sono particolarmente efficaci contro avversari che hanno l'abitudine di parare sulle linee alte di terza e di quarta. Sono invece pericolosi contro avversari pronti all'arresto. È bene, quindi, farli precedere da una finta sui bersagli alti e avanzati, o da un primo colpo sugli stessi bersagli, o da una battuta, o da una pressione. La conclusione può avvenire a ferro libero, oppure con opposizione a raccogliere, dalle linee alte a quelle basse, tenendo sempre presente l'opportunità di prevedere una rimessa al corpo, o un arresto tornando indietro, come risorsa in caso di errore.

Possono essere portati in attacco, o anche di risposta se l'avversario tende alla controparata alta. L'utilizzo più efficace è contro chi avanza in controtempo.

Il colpo al piede è quello che si può portare dalla misura maggiore, o iniziando il movimento all'indietro, anche perché il piede anteriore di chi lo subisce avanza per primo (ad esempio, nelle ricerche di ferro marciando), e arretra per ultimo, nella marcia normale.

Le angolazioni al braccio.

Abbiamo già detto dei colpi al braccio con opposizione. Quando la lama dell'avversario è diretta al corpo, o comunque al bersaglio più arretrato, sono frequenti i colpi angolati al braccio e al polso. L'angolazione non è sempre necessaria, ed a volte serve solo a migliorare l'angolo punta-bersaglio. Si ricorre a questi stessi colpi anche per controbattere, dopo sottrazione del bersaglio del braccio e cambiamento di linea, colpi avversi diretti al braccio. Sono anche utili come preparazione per altri colpi, a ferro libero o sul ferro, solitamente di filo: l'angolazione al braccio porta facilmente l'avversario ad avvicinare la sua punta alla nostra coccia e a stringere le dita (stretta in tempo), condizioni ottimali per le-

gare il ferro avverso ed eseguire le azioni di filo.

### **I colpi multipli e le azioni in controtempo.**

Abbiamo già rilevato come nella spada ci sia la necessità di tenersi pronti per l'eventuale rimessa, intesa come colpo di riserva, e non di seconda intenzione. I colpi multipli sono in genere portati intenzionalmente, e potremmo classificarli fra le riprese di attacco, anche se il ritmo è più simile a quello delle azioni composte: nella spada la finta viene spesso sostituita da un primo colpo portato ai bersagli avanzati. Il primo colpo al polso può causare la ritirata del braccio, aprendo la strada ad un secondo colpo alla gamba, al piede, al corpo, e così via: sempre con la possibilità della rimessa. Una seconda possibilità è che il primo colpo al polso provochi una parata, aprendo la strada al secondo colpo di cavazione, con buone possibilità di precedere la risposta. Una terza possibilità è che il primo colpo provochi un arresto, e quindi si potrà proseguire con la presa di ferro (o la parata, nel caso di arresto avanzando) e il colpo (preferibilmente di filo, salvo nel caso della battuta, o della parata di picco), o la finta di filo: una classica azione in controtempo. In questo caso, ma anche in quelli precedenti, dovremo prevedere che la reazione dell'avversario potrà avvenire avanzando, da fermo o arretrando, e regolarci di conseguenza.

### **Le rimesse, preordinate o impreviste.**

Un colpo di rimessa, se l'azione è stata ben automatizzata, ha buone probabilità di precedere o arrivare insieme all'eventuale risposta dell'avversario. Ottime, se l'azione è stata preordinata, conoscendo in anticipo la parata dell'altro. Le rimesse sono possibili per ogni tipo di parata, ed è opportuno automatizzarle mantenendo la copertura sulla più probabile o comune linea di risposta.

Anche insegnandole occorre distinguere i due tipi. Si procede normalmente per quelle preordinate, variandole con le varie situazioni studiate. Le rimesse non preordinate vanno automatizzate imparando le più comuni situazioni di parata, e inserendole all'improvviso nel corso delle altre azioni: il Maestro, invece di farsi colpire, improvvisamente para, e l'allievo dovrà in breve abituarsi a reagire con la rimessa appropriata, senza esitazioni, e abolendo il riflesso di controparata, tipico dei fiorettisti.

Nell'addestramento si dovrà tener conto del fatto che il bersaglio raggiungibile dalla rimessa varia con la misura, oltre che con la parata, e quindi si predisporranno le eventualità più comuni, a braccio disteso o raccorciato, con rimesse dritte, angolate o con opposizione.

L'utilità di una rapida rimessa è evidente anche in altri casi: tutti quelli (dopo offesa e controffesa, a stretta misura e nel corpo a corpo) in cui la prima azione di offesa è andata a vuoto, e non c'è il tempo di osservare la situazione e decidere una nuova azione.

### **Gli arresti sulle varie azioni di offesa.**

L'arresto è l'azione più frequente nella spada. Abbiamo chiamato arresto praticamente tutte le uscite in tempo: azioni che possono essere eseguite durante l'azione di offesa dell'avversario, o anche durante la semplice iniziativa. Gli arresti più efficaci sono quelli

provocati (al passaggio per il punto critico), durante la propria iniziativa o controiniziativa: arretrando o avanzando sull'azione di offesa provocata, questi ultimi da preferire quando torni utile il colpo doppio.

Gli arresti più comuni sono quelli di angolazione al braccio, e quelli di contrazione, anche al corpo. Sono frequenti gli arresti sulla risposta, da distinguere dalle rimesse, e dai secondi colpi. Si eseguono, generalmente, tornando indietro, e seguendo il tempo della risposta. Il bersaglio dell'arresto è spesso più arretrato di quello minacciato con l'attacco. Un esempio fra i tanti possibili: attacco sopra al polso, diretto o preceduto da battuta; parata di terza e risposta di filo al petto; arresto sulla risposta di cavazione sopra al polso, dall'affondo, oppure nella piega del gomito, tornando in guardia, oppure sulla spalla, o di contrazione interna al petto, in riunita, con o senza salto: il movimento delle gambe dipenderà dalla velocità e dall'allungo dell'avversario.

Altre provocazioni efficaci, per poi arrestare, sono il legamento e l'invito, effettuati durante la propria iniziativa, o durante quella dell'avversario. Si prestano bene per gli arresti di angolazione, arretrando sulla cavazione avversaria, e per quelli di contrazione (meglio quelli dal legamento), avanzando.

### **La ricerca del colpo doppio.**

È l'azione più tipica dello spadista, quando è in vantaggio. Non è però, come qualcuno sembra pensare (giustificato, forse dal modo di dire "tirare al doppio"), che si cerchi di ottenere il colpo doppio. In effetti chi "tira al doppio" ha il vantaggio di poter scegliere fra una più ampia varietà di azioni e possibilità, negate all'altro, che deve evitare la doppia stoccata. Chi cerca il doppio è ben più contento se tocca da solo!

La preparazione al colpo doppio, nel senso appena spiegato, può essere effettuata in molti modi, secondo le preferenze individuali, e quelle dell'avversario. Specularmente, avremo, da parte dell'altro, la preparazione per recuperare lo svantaggio, evitando il colpo doppio. Si presume quindi che, prima o poi, sia costretto a prendere l'iniziativa, per recuperare lo svantaggio. Dovrà, per evitare il doppio, limitare ai bersagli molto avanzati (polso, piede), le azioni a ferro libero, o ricorrere alle contrazioni in attacco, piuttosto rischiose. Farà ampio ricorso alle azioni in controtempo, e tenterà di costringere l'avversario in fondo alla pedana, per costringerlo a venire avanti, accorciando la misura.

Di conseguenza, chi può permettersi il doppio avrà come arma principale l'arresto, alternando i bersagli, per non essere prevedibile, e con minor preoccupazione per l'opposizione (migliorando l'angolo punta-bersaglio); la posizione del suo braccio armato sarà più arretrata, per non offrire il bersaglio del polso; farà poco uso delle parate, e ampio uso delle rimesse, dopo l'arresto; sarà pronto alla controiniziativa, per recuperare la pedana perduta. D'altra parte, l'onere ed i rischi dell'iniziativa spettano al suo avversario, che rischia la sconfitta per lo scadere del tempo: è sconsigliato lanciarsi in attacchi rischiosi, salvo che il vantaggio sia ampio. In questo caso, sono efficaci anche attacchi simili a quelli "a vedere" del fioretto, senza dare il ferro, che si concludono con il colpo sull'arresto dell'altro.

### **Impugnature e stili di combattimento.**

Impugnature lisce (dette anche "francesi") e anatomiche sono diffuse abbastanza equa-



mente nella spada, mentre nel fioretto le prime sono quasi scomparse, seguendo il destino di quelle “italiane”. Nella spada, lo svantaggio di una minore presa, e di un più difficile e prolungato apprendimento del modo di usare il manico liscio, sono ampiamente compensate dalla maggior versatilità d’uso e dal maggior allungo.

D’altra parte una mano robusta avrà meno difficoltà ad adottare una scherma completa anche sul ferro, tipica di chi si serve del manico anatomico; mentre i soggetti più giovani, le donne e coloro che hanno un polso meno robusto, si adatteranno ad una scherma di svincoli e cedute, o basata sul tempo e sulla misura, più che sul ferro e sull’attrito. Questo modo di tirare provoca di solito notevoli difficoltà a chi utilizza l’impugnatura anatomica, che si trova costretto, contro chi non dà ferro, a migliorare (tempo e misura) una scherma che dà meno punti di riferimento, rispetto a quella cui si è abituati, anche in lezione. Contro chi lo dà, la difficoltà è nel controllo del ferro, morbido, cedevole ed elusivo. Le azioni di filo divengono poco efficaci, se non eseguite con finezza e grande rapidità, meglio in contropiede: tornano più utili, in questi casi, le battute, ben eseguite, e riducendo al minimo il tempo fra battuta e colpo.

Chi utilizza l’impugnatura liscia ha maggiori difficoltà, mediamente, ad eseguire le azioni in controtempo, e quindi a recuperare lo svantaggio: diventa ancor più importante, quindi, una strategia per acquisire un vantaggio, o per evitare lo svantaggio, sin dall’inizio dell’assalto; da qui un maggior ricorso alla ricerca del doppio, anche in condizioni di parità.

### **La precedenza della punta.**

Lo sviluppo moderno delle armi convenzionali (fioretto e sciabola), e principalmente il modo di giudicare la frase schermistica, ha reso meno importante, in esse, la precedenza di punta, o di pugno, come si usa dire. Nella sciabola sembra si stia tornando all’antico, e il fioretto beneficia, di riflesso, della maggior severità. La spada, non dipendendo dal giudizio e dalla sensibilità dell’arbitro, non ha subito questo tipo di degenerazione. La precedenza della punta è rimasta una condizione essenziale per precedere l’altro, e per rendere meno visibile e prevedibile il proprio movimento: va quindi coltivata con scrupolo. L’avanzamento della punta porta con sé l’avanzamento della coccia, e quindi l’ampliamento del cono di protezione. Precedenza di punta significa anche ritardo nel portare avanti il proprio bersaglio arretrato, esponendolo. La precedenza non si limita ai colpi, ma si applica anche a tutte le manovre sul ferro (battute, pressioni, legamenti, trasporti, riporti), in cui il lavoro del braccio deve essere perfettamente coordinato, precedendolo ed accompagnandolo, con il lavoro delle gambe. La pratica è, ovviamente, essenziale per acquisire questa abilità. Tornano utili, a questo scopo, anche esercizi composti e complessi, per eseguire azioni che non trovano corrente applicazione nell’assalto.

### **La parata e risposta.**

Abbiamo già rilevato come siano da preferire le parate di tasto seguite dalle risposte di filo, o le parate di picco realmente efficaci, seguite da risposte comunque rapidissime. Lo sciaboliere e ancor più il fioretista possono spesso permettersi di scegliere il bersaglio, dopo aver parato. Per lo spadista, questo è un lusso raramente consentito, per il rischio elevatissimo di essere anticipato da una rimessa: per lui è più facile organizzare la difesa,

data la maggior prevedibilità dei colpi (l'avversario deve essere più prudente), ma è più rischiosa la successiva risposta. Lo spadista si risolverà alla parata dopo aver programmato l'altro a non aspettarsela (o ad aspettarsela a misura differente), e dovrà tuttavia essere rapido nella risposta, conoscendo già il bersaglio, il modo di portarla, e la reazione successiva dell'avversario.

Le parate di picco, dal punto di vista tecnico, assomigliano alle battute; la differenza è nel fatto che la lama avversa non è ferma, ma viaggia in senso contrario, mentre la mano avversa stringe (stretta in tempo) per l'imminenza del colpo. Sono possibili e frequenti, quindi, urti potenti che, sommati ad un più evidente effetto cuneo (parata diagonale in avanti, anziché all'indietro, o lateralmente), portano ad una efficacia maggiore: soprattutto sulle linee esterne (terza e seconda, per due destri), meno adatte a rimesse angolate da misura ravvicinata (tipica, quella sotto la quarta).

### **La seconda intenzione.**

Le definizioni note non delimitano il campo in modo netto. Si definisce azione di prima intenzione ogni azione di offesa che miri a superare direttamente la difesa dell'avversario (quindi, anche le azioni composte, con finte); si definisce azione di seconda intenzione ogni azione che miri ad ottenere dall'avversario una reazione offensiva da utilizzare per portare a termine il colpo preventivato. Nel fioretto, stabilito che anche il controtempo (e la sua variante di uscita in tempo sull'uscita in tempo) è una seconda intenzione, si usa dare questo nome solo alle azioni di offesa che cadono volontariamente sotto una parata abituale dell'avversario, per sfruttarne la altrettanto abituale risposta, controparando e rispondendo. Quindi anche l'uscita in tempo, se l'azione di offesa cui si contrappone è provocata, va classificate fra le seconde intenzioni.

Abbiamo visto, inoltre, che molte azioni di scandaglio e di traccheggio provocano reazioni offensive di cui si intende però approfittare in un secondo momento; e lo stesso vale per le azioni che mirano a programmare l'altro. Si può scegliere di non inserirle fra le seconde intenzioni (e, in questo caso, dovremmo perfezionare la definizione richiedendo che la reazione sia immediata); o si può, opportunamente, considerare anche queste come azioni di seconda intenzione: nella spada, abbiamo visto, la programmazione dell'avversario ha particolare rilievo.

Fra le seconde intenzioni è poco usata, per i rischi già esposti, la controparata e risposta. Frequente, invece, il controtempo, che risponde egregiamente alla necessità di recuperare lo svantaggio. Ma la più utilizzata, tenuto conto della precedente classificazione, è l'arresto: sia nella variante definibile come controtempo (arresto sull'arresto: fingere l'attacco per provocare l'arresto, e arrestare); sia nella variante contrapposta alle altre azioni di offesa, comunque provocate (inviti, legamenti, ricerche del ferro), sempre allo scopo di arrestarle.

## COME DARE IL FERRO

### Premessa

Dare bene il ferro è fondamentale: bisogna saperlo porgere, saper opporre la giusta resistenza agli spostamenti laterali, saper variare l'opposizione o l'angolazione della coccia. In tal modo è possibile rendere più facile o più difficile l'esecuzione di ogni azione schermistica. Si impara anche, perfezionando il proprio modo di dare il ferro, a rendere più efficaci, perché più significative, le proprie azioni nei confronti di un avversario.

Questi appunti presuppongono la capacità, nell'Istruttore, di eseguire correttamente i vari colpi, e di riconoscere la giusta esecuzione dell'allievo. Sono intesi a dare qualche utile suggerimento nel campo in cui l'esperienza o la teoria non sono di aiuto, perché finora ci si è esercitati a colpire e a non farsi colpire. E' importante, ora, porsi dal punto di vista dell'altro: non per ostacolarlo, ma per aiutarlo a perfezionarsi.

### Dare il ferro per i legamenti.

Il Maestro dispone la coccia in posizione centrale (all'altezza del proprio stomaco), punta su uno dei quattro vertici di un rettangolo ideale: spalla anteriore (per il legamento di terza), spalla posteriore (legamento di quarta), cresta iliaca anteriore (seconda), cresta iliaca posteriore (prima). La punta è sempre su un bersaglio, mai all'esterno.

Va opposta costantemente una leggera resistenza in senso opposto ai legamenti. Il braccio del Maestro, a stretta misura, deve essere piegato; a misura maggiore può essere flesso, ma più o meno allungato in avanti. Il braccio dell'allievo che esegue il legamento deve essere sempre piuttosto in avanti, più che nella normale posizione di invito.

#### Esercizi per i legamenti.

Per ogni legamento assunto dall'allievo, si dà il ferro come descritto; poi si varia la posizione della propria arma, abbassando la punta in modo che la lama vada a toccare la coccia (posizione favorevole ai fili); alzando la punta in modo che le lame si incontrino al centro (posizione favorevole alle pressioni); spostando la coccia dal lato opposto a quella dell'allievo (posizione favorevole ai fili, se la lama è sulla coccia); o dallo stesso lato (posizione favorevole ai colpi al distacco, o ai trasporti seguiti da fili, se la lama è sulla coccia).

Verificare che la punta dell'allievo, nell'eseguire il legamento, non sia troppo distante dalla coccia del Maestro, e che sia minimo l'angolo fra polso e avambraccio.

Per ogni legamento dell'allievo, verificare la copertura allungando il braccio, sotto il legamento, quasi a voler toccare; per far accentuare il legamento, aggiungere al precedente movimento uno spostamento della coccia dallo stesso lato del legamento.

Verificare, di tanto in tanto, la solidità del legamento con un aumento della pressione in senso opposto.

Senza dire il nome del legamento, il Maestro presenta il ferro all'allievo e gli chiede di legare, poi svincola e gli presenta il ferro nella stessa o in un'altra direzione, chiedendo nuovamente di legare; e così via, curando che l'allievo esegua il legamento suggerito dalla posizione del ferro, e curando la resistenza allo spostamento. Per nessun motivo si deve favorire o anticipare lo spostamento laterale.

## Dare il ferro per i fili.

Un filo è preceduto da un legamento, o da una parata.

Nel primo caso, salvo che a stretta misura, è bene che il braccio del Maestro sia quasi disteso. Un punto fondamentale, durante il filo, è che la cocchia del Maestro si mantenga per tutto il tempo dal lato opposto (su un ipotetico piano perpendicolare alla linea di offesa) a quello richiesto per la cocchia dell'allievo, sempre fornendo l'opportuna resistenza con la lama. Un altro punto importante è la posizione della lama del Maestro: vicina alla cocchia per facilitare il filo, più lontana per renderlo difficile. Infine, è essenziale mantenere una opportuna pressione sul ferro dell'allievo per tutta la durata del filo.

Le stesse cose valgono per i fili eseguiti di risposta. La differenza è nel modo di presentare il ferro, come vedremo nel paragrafo riservato alle parate. Altra differenza è per i fili preceduti da trasporto sul lato opposto, sconsigliabili di risposta, per il rischio di portare sul proprio bersaglio la punta dell'avversario.

Ad esempio, destro contro destro: nel filo di terza alto, che parte dal legamento di terza, la cocchia dell'allievo deve avere opposizione alla sua destra, cioè verso l'esterno, e verso l'alto. Il Maestro porterà la sua cocchia leggermente verso il basso ed alla propria destra (sinistra per l'allievo): più facile, ma meno corretto, agevolare il filo piegando il braccio. Meglio mantenere il braccio allungato, e cedere nel polso.

Nel caso che l'allievo non adoperi la giusta opposizione (o per aumentargli la difficoltà), si può costringerlo a farlo (altrimenti non riuscirà a toccare, per l'azione della cocchia del Maestro) riducendo la propria opposizione, o mettendola, molto leggermente, in senso contrario.

### Esercizi per i fili.

Da ogni legamento dell'allievo fare eseguire i due possibili fili (in alto e in basso) variando la posizione della propria lama (vicina o lontana alla cocchia dell'allievo) e della propria cocchia (allontanandola o avvicinandola al percorso della cocchia dell'allievo). Successivamente, di tanto in tanto, sbaglierà di proposito la posizione della lama e/o quella della cocchia, verificando l'effetto del suo errore volontario sull'esecuzione dell'allievo.

Per ogni filo, chiedere all'allievo di eseguire il legamento: l'allievo dovrà osservare la posizione della cocchia del Maestro e decidere per il filo in alto o in basso. Ad esempio, per il filo di quarta, il Maestro presenta il ferro per il legamento, e mentre l'allievo lega sposta la cocchia, sempre leggermente verso la propria sinistra (interno), ma in alto per il filo al fianco, in basso per il filo al petto.

Far precedere il filo da un trasporto sulla linea opposta, ogni volta che il Maestro presenta la cocchia dallo stesso lato del legamento. Ad esempio, dare il ferro per il legamento di quarta: mentre l'allievo lega, il Maestro sposta la cocchia alla propria destra (esterno); l'allievo allora eseguirà un trasporto in seconda e il filo di seconda.

Allievo ad occhi chiusi. Partenza dal legamento dell'allievo. Quando il Maestro cava, l'allievo lega di contro e "sente" attraverso il ferro se il Maestro ha messo la sua lama vicino alla cocchia, nel qual caso effettuerà il filo, o lontano, nel qual caso tirerà al distacco.

Legamenti e fili senza pausa. Il Maestro dà il ferro per un legamento, l'allievo esegue il filo e subito il Maestro dà il ferro per un secondo legamento. Iniziare con due soli legamenti (es.: terza e seconda) per poi passare alla successione dei quattro legamenti: ad esempio, prima e sopra, seconda e fianco,

quarta e fianco, terza e petto. Il Maestro dovrà evitare che l'allievo faccia confusione tra l'esercizio eseguito con parate e risposte (due tempi ben distinti), e lo stesso esercizio, eseguito però con le contrazioni (un tempo solo). E' un ottimo esercizio per addestrarsi a dare il ferro e variare l'opposizione.

### **Dare il ferro per le parate.**

Due punti sono essenziali per addestrare l'allievo alle parate: non allargare il movimento della punta, assecondando la direzione della parata; portare con decisione, e con il dovuto cambio di velocità, la punta fin sul bersaglio. Si può arrestarsi immediatamente prima del colpo, o tirare a toccare, se il caso lo richiede (allievo che non si rende conto della parata insufficiente).

Trascurare questi due punti porta a varie conseguenze negative. L'allievo allarga le parate oltre il necessario, e tende ad appoggiarsi al ferro dell'avversario; se il colpo non viene portato, la parata diventa una battuta, perdendo ogni efficacia.

Differente è il modo di dare il ferro se si richiede dall'allievo una parata di picco, per una risposta al distacco; o una parata di tasto, per una risposta che può anche essere al distacco, ma che generalmente è di filo.

Per la parata di picco il ferro del Maestro va presentato in modo che il contatto dei ferri avvenga al centro delle lame o, comunque, lontano dalla coccia di chi batte (maggior energia trasmessa nell'urto). Per la parata di tasto i casi sono due. Se si vuole la risposta di filo, il ferro va dato in prossimità della coccia dell'allievo. Se, invece, si vuole una risposta al distacco, o una finta di filo (pressione per ottenere la reazione contraria), il ferro può essere dato come per le parate di picco.

Altre considerazioni si possono fare in relazione al tipo di parata che si vuole dall'allievo (semplice o di contro). Le parate di contro sono rese difficili o impossibili se la punta del Maestro è diretta verso un bersaglio distante dalla coccia dell'allievo. Infatti, in questo caso, l'allievo è costretto ad allargare il movimento di parata facendo perno principalmente nel gomito, anziché nel polso: altrimenti incontrerebbe il ferro del Maestro sui propri gradi deboli.

Le parate di caduta presentano una ulteriore difficoltà, in quanto richiedono che sia l'allievo a dare il ferro nel modo giusto, per il filo del Maestro. Un accorgimento utile è descritto negli esercizi.

### **Esercizi sulle parate.**

Stabilita una parata, farla eseguire su una botta dritta (invito dell'allievo), o su una cavazione che parte dal legamento dell'allievo sulla linea opposta. Dare il ferro alternativamente nel modo indicato per le parate di picco o quelle di tasto, pretendendo dall'allievo la risposta al distacco o quella di filo. Nel caso delle risposte di filo, inserire le varianti descritte nel paragrafo sui fili.

Da un invito o da un legamento dell'allievo, dirigere il colpo su un bersaglio vicino o lontano dalla sua coccia, pretendendo la parata rispettivamente di contro o semplice. Successivamente, aggiungere le varianti relative alle parate di picco o di tasto, e quelle relative alle risposte di filo.

Per le parate di ceduta, partire dal legamento dell'allievo. Il Maestro cerca il ferro di contro (vedi oltre: come cercare il ferro) e l'allievo circola in tempo, con opposizione dal lato richiesto dal Maestro, che esegue una parata diretta e risponde di filo, subito o dopo un trasporto (se necessario), per la parata di ceduta dell'allievo.

Esempi: legamento di terza dell'allievo, il Maestro cerca il ferro in contro di quarta, l'allievo circola al petto esterno con opposizione esterna (dal lato della sua terza), il Maestro para terza e risponde di filo, l'allievo cede in prima e risponde; l'allievo lega di seconda, il Maestro cerca il ferro in contro di prima alta (mezzocerchio), l'allievo circola in tempo al fianco con opposizione all'esterno; il Maestro para seconda e risponde di filo, l'allievo cede in quarta e risponde; dal suo legamento di quarta l'allievo circola in dentro, mantenendo la stessa opposizione, sulla ricerca del ferro in contro di terza del Maestro, che para di quarta rispondendo di filo al fianco, mentre l'allievo cede in seconda e risponde; dal legamento di prima dell'allievo (punta che minaccia il fianco del Maestro) il Maestro ricerca il ferro in contro di seconda, e sulla circolata in tempo dell'allievo (che mantiene l'opposizione di partenza) para prima alta e risponde, girando il pugno in prima posizione, all'esterno, per la ceduta di terza e risposta dell'allievo; oppure, per la stessa ceduta, l'allievo lega di terza, il Maestro cerca il ferro in contro di quarta; l'allievo circola in tempo con opposizione in dentro, il Maestro para terza e risponde di fianconata (trasporto in prima e filo di quarta falso, al fianco): l'allievo cede in terza e risponde.

### **Dare il ferro per le battute.**

La differenza tra battute e parate è data dal fatto che, nel primo caso, non c'è un colpo in arrivo sul bersaglio. Le battute si fanno quindi in contrapposizione ad un atteggiamento: la linea (azione fondamentale), oppure un invito o un legamento (azioni ausiliarie). Se il Maestro dirige la punta in direzione del centro della cocchia renderà difficile la battuta dell'allievo, che sarà costretto a decentrare la propria cocchia prima della battuta. Per le battute di passaggio, è opportuno che il Maestro allontani la punta ancora di più che per le normali battute.

Esercizi su battute e fili.

Presentare il ferro per la battuta per tre differenti reazioni: battuta semplice e colpo (punta e cocchia lontane dalla cocchia dell'allievo); battuta di contro (punta lontana, cocchia vicina); legamento e filo (punta vicina, con le varianti già descritte). Per cocchia vicina o lontana si intende opposizione dallo stesso lato (alto o basso, interno o esterno) o dal lato opposto.

### **Cercare il ferro per far cavare in tempo.**

Per addestrare l'allievo a cavare in tempo, il Maestro cerca il suo ferro per un legamento o una battuta. Il movimento deve essere veloce, ma nello stesso tempo consentire la cavazione in tempo anche ai più lenti. Perciò il movimento di ricerca del ferro va fatto col dovuto scatto, ma deve arrestarsi un attimo prima dell'impatto, per dar tempo anche ai più lenti di cavare.

## Esercizi vari

### **Alcuni esercizi per le quattro angolazioni.**

Misura iniziale adatta per colpire al braccio senza affondo, intermedia tra la giusta e la stretta misura di fioretto, per favorire i colpi al braccio di angolazione senza distensione totale del braccio (il Maestro si stanca meno, l'allievo non si irrigidisce).

Partenza sempre dal legamento, per rendere più facile la ricerca della misura da parte dell'allievo, e per avere l'opportunità di controllare il modo di dare il ferro del Maestro.

L'allievo lega, il Maestro cava e dirige la punta verso il bersaglio opportuno, avendo cura di muovere l'avambraccio in avanti mentre l'allievo colpisce, per facilitare la riuscita del colpo e il fermarsi della punta. Il Maestro è coperto, cioè quasi in linea (non piega il polso, e la punta è sempre su un bersaglio), e può facilitare l'allievo spostando la coccia in fuori o in dentro, in alto o in basso, o mirando ad un bersaglio più periferico rispetto alla coccia dell'allievo.

Legamento di terza (dell'allievo), cavazione (del Maestro) verso la spalla del braccio non armato, angolazione in dentro per il destro, in fuori per il mancino.

Legamento di terza (o di prima), cavazione verso il fianco (poi, graduando la difficoltà, verso bersagli più alti), angolazione sopra.

Legamento di quarta, cavazione verso la spalla del braccio armato, angolazione in fuori del destro, in dentro del mancino.

Legamento di seconda, cavazione sopra, verso la maschera (e poi più in basso per aumentare la difficoltà), angolazione sotto.

Quando le quattro angolazioni vengono eseguite abbastanza bene, si può legarle insieme in un solo esercizio che comprende più colpi: l'allievo lega di terza (di quarta se mancino), il Maestro cerca il ferro in contro di quarta, l'allievo circola ed angola in fuori, poi il Maestro cerca il ferro in terza, l'allievo cava ed angola in dentro, poi il Maestro cerca il ferro in seconda, l'allievo cava ed angola sopra, infine il Maestro cerca ferro in prima alta, l'allievo cava ed angola sotto.

Inizialmente il Maestro farà un movimento non troppo stretto, per facilitare l'allievo e permettergli di imparare la sequenza; poi stringerà sempre di più i movimenti, e pretenderà più accentuati spostamenti, nelle quattro direzioni, della coccia dell'allievo.

Quando anche questo esercizio riesce bene, si può complicarlo ancora, aggiungendo, da parte del Maestro, una ricerca del ferro di contro per ogni colpo: così, partendo sempre dal legamento di terza dell'allievo (di quarta se mancino), il Maestro cercherà il ferro prima con due contro di quarta, poi con una terza e contro, poi con seconda e contro, poi con prima e contro, mentre l'allievo, dopo gli svincoli necessari, terminerà angolando all'esterno, all'interno, sopra e sotto.

Tutti gli esercizi descritti vanno eseguiti prima da fermi, poi in movimento: un passo avanti o uno indietro per ogni colpo, curando la sincronizzazione. Il Maestro farà soprattutto attenzione ad una leggera precedenza del movimento del braccio rispetto alle gambe.

### **Alcuni esercizi per dare il ferro per angolazioni seguite da legamenti e fili.**

Il seguente esercizio (ne descriviamo uno solo, ma può essere eseguito su tutte le linee, con numerose varianti) è molto utile per imparare a dare il ferro e il bersaglio, variando la posizione di entrambi durante l'azione: si parte come per l'angolazione sotto, prima descritta.

L'allievo lega di seconda, il Maestro cava e minaccia la maschera, sollevando anche la coccia, ma

restando in linea; l'allievo angola sotto, il Maestro si lascia toccare (avanzando leggermente col bersaglio, come spiegato in precedenza), poi abbassa solo la punta verso il polso dell'allievo, oltre la sua coccia, come se volesse toccare sopra; l'allievo lega di terza ed esegue un filo al petto sollevando il pugno con opposizione in fuori, mentre il Maestro, contemporaneamente, senza piegare il braccio, o flettendolo solo leggermente, abbassa la coccia e la mantiene dal lato opposto a quella dell'allievo, offrendo con la lama una certa resistenza al filo. Il tutto va eseguito dapprima lentamente, curando la sincronizzazione dei movimenti, poi velocemente, finché non ne risulterà un'esecuzione fluida. A questo punto, l'esercizio potrà essere eseguito in movimento, nelle due direzioni.

### **Alcuni esercizi sulle opposizioni.**

Dopo aver definito significato e utilità dell'opposizione, e i primi semplici esercizi per colpi al corpo con opposizione (botta dritta con opposizione in dentro, in contrapposizione all'invito di terza; finta dritta circolata, in contrapposizione all'invito di terza, con opposizione in dentro sul finale, etc.), si propongono alcuni esercizi sui colpi al polso del tutto analoghi a quelli proposti per le angolazioni: la differenza consiste nel fatto che il Maestro tira le angolazioni al polso, in contrapposizione alla linea dell'allievo, che a sua volta arresta con leggera opposizione dallo stesso lato. Il braccio dell'allievo è morbido, leggermente flesso, ed il movimento finale è in avanti.

Si può proporre lo stesso esercizio delle quattro angolazioni per i quattro arresti al polso con opposizione: in questo caso il Maestro, dopo ogni ricerca del ferro, dirigerà la punta, angolando, verso il bersaglio, e l'allievo arresterà con opposizione. Quindi (destra contro destra) dal legamento di terza dell'allievo, il Maestro cercherà il ferro in contro di quarta e poi angolerà all'esterno, in terza per angolare all'interno, in seconda per angolare sotto, in prima per angolare sopra: l'allievo eluderà ogni ricerca del ferro arrestando di contrazione (terminologia tipicamente spadistica), con opposizione, in fuori, in dentro, sopra e sotto.

### **Alcuni esercizi per colpi al braccio seguiti da colpi al corpo.**

Un colpo al polso, portato con efficacia e realismo, può non toccare, ma provoca una reazione. Tre reazioni possibili (**avversario che ritira il braccio, che para, che arresta**) danno l'opportunità per numerosi esercizi, e interessanti considerazioni tattiche.

**Maestro che ritira il braccio:** l'allievo lega di terza; quando vuole, il Maestro scopre il bersaglio andando sull'invito di seconda, l'allievo tocca al polso e poi al corpo, mentre il Maestro ritira il braccio e allontana la punta dal bersaglio. Dalla guardia, con l'affondo o col passo avanti e affondo, o anche arretrando, seguendo il movimento del Maestro. Inizialmente l'azione viene eseguita con il primo colpo tirato dalla guardia, o col passo, ed il secondo con l'affondo. Più realistica, ma più difficile, la stessa azione eseguita con i due colpi tirati durante l'affondo. Maggiore difficoltà presenta la stessa azione con tre colpi, da coordinare con un unico passo avanti e affondo: colpo al polso, al braccio ed al corpo, coordinati col primo piede, il secondo piede e l'affondo.

**Maestro che para:** legamento di terza dell'allievo; il Maestro cerca il ferro in contro di quarta, l'allievo cava e colpisce al polso, all'esterno; il Maestro va in terza e l'allievo cava al petto in dentro, con opposizione dal lato interno, per evitare un eventuale successivo arresto del Maestro, dopo la parata a vuoto. La parata di terza del Maestro, per evitare la botta al polso, può essere reale o ritardata, per far sì che l'allievo continui al corpo indipendentemente dalla prima botta, che dovrà comunque essere tirata a toccare. Una variante più complessa dello stesso esercizio è la seguente: stessa partenza, ma dopo il colpo al polso l'allievo continua alla coscia e poi rimette subito al corpo, evitando la parata in seconda del Maestro. Anche in questo caso, esercizio eseguito da fermi o in movimento, in avanti o indietro, anche col passo avanti e affondo.



**Maestro che arresta:** legamento di seconda dell'allievo; cavazione del Maestro per l'angolazione sotto, che l'allievo esegue; subito dopo il Maestro abbassa la punta come per arrestare al polso sopra, l'allievo para (se il Maestro avanza) o lega di terza ed esegue il filo al petto; il Maestro cede in prima (realmente, parando, o in ritardo, subendo il colpo) e l'allievo rimette al fianco con opposizione esterna. E' anche utile, in alternativa, che il Maestro chieda all'allievo di rimettere solo in caso di parata, per condizionarlo a reagire rapidamente con la rimessa, e non con una controparata, in caso di parata imprevista dell'avversario su colpo al corpo.

Un altro esercizio, sullo stesso tema: l'allievo lega di terza, il Maestro svincola ed allinea verso il petto, non troppo in alto; l'allievo angola sopra e il Maestro, subito dopo, minaccia il polso sotto; l'allievo prende il ferro in seconda ed esegue un filo al piede; il Maestro (prima, o subito dopo il colpo) ritira il piede, svincola e tira alla maschera, l'allievo para terza di picco (battuta diagonale in avanti, distante dalla propria coccia) e risponde al fianco al distacco, rimettendo sopra subito dopo (il Maestro va in seconda). Anche queste azioni, come le altre, da fermi e in movimento.

### **Un esercizio complesso terminante con la frecciata.**

Descriviamo ora un esercizio più complesso, con molti colpi, da eseguire in movimento. Si inizia come per l'esercizio delle quattro angolazioni, tirate di seguito. Dopo l'ultima, l'allievo lega in terza, ed esegue dopo pausa brevissima lo stesso esercizio (già descritto) con due svincoli. Ancora legamento di terza e breve pausa, poi l'esercizio descritto con colpo al polso, continuazione alla gamba e rimessa al petto. Breve pausa (sempre allo scopo di sincronizzarsi), poi il Maestro cerca il ferro e tira al corpo dell'allievo che va in riunita arrestando alla spalla e, continuando nello stesso movimento, porta indietro il piede posteriore tornando in guardia contemporaneamente alla parata di seconda, seguita da una risposta alla coscia ed immediata rimessa al petto. Brevissima pausa, poi il Maestro arretra di un passo cercando il ferro, l'allievo cava e va in affondo al petto. Ancora breve pausa, per la sincronizzazione e l'equilibrio, poi il Maestro arretra ancora cercando il ferro due volte, mentre l'allievo parte in frecciata di uno-due, coordinando con la spinta del piede posteriore che avanza rapidamente quanto basta per facilitare e velocizzare la frecciata, mentre il corpo inizia lo sbilanciamento in avanti.

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Si raccomanda la lettura dei trattati editi dalla Fis, sul fioretto e sulla spada.

Per approfondimenti sulla tattica, e sul modo di dare lezione, invito a leggere il mio libro "Introduzione alla tattica schermistica" edito dalla Società Stampa Sportiva di Roma.

Sul modello della prestazione schermistica, è imminente la pubblicazione dei lavori del Convegno di Castellanza.

Per i riferimenti alle operazioni mentali ed altro, consiglio di procurarsi le dispense di Bruna Rossi "Psicologia dello Sport" editi dalla Scuola dello Sport del Coni.

## SOMMARIO

Introduzione	2
La scherma di spada - Definizione della scherma - L'apprendimento e lo studio della scherma - La tecnica	3
Posizioni significative - Posizioni di gambe, busto, testa, braccia	4
Modo di impugnare l'arma - Posizioni di pugno	5
Posizione di guardia	7
Braccio in posizione normale di guardia - Il bersaglio	8
Linea d'offesa	9
Cono di protezione - Opposizione - Inviti e legamenti	10
Movimenti del corpo e delle gambe	11
La misura - Modo di portare i colpi	12
Le azioni di offesa - Attacco	13
Ripresa d'attacco - Risposta - Controffesa - Rimessa	14
Azioni di offesa semplici, fondamentali e ausiliarie	15
La stretta in tempo	17
Le battute	18
Trasporti, mezzi trasporti e varietà di legamenti	19
I fili	20
Azioni di offesa semplici e ausiliarie	21
I colpi con opposizione	22
Le angolazioni al braccio e al corpo	23
I colpi di fuetto	24
Coupé, filo sottomesso, e colpi preceduti da azione sul ferro	25
Azioni difensive - Parate, opposizioni e sottrazioni di bersaglio	26
Risposta, controffesa, arresto	28
Le azioni di offesa composte - Le finte	29
Note su strategia, attenzione, tempo, misura, velocità, tattica e finte	31
Il processo dell'elaborazione strategica nella scherma	35
Caratteristiche particolari della scherma di spada, e annotazioni tattiche	36
Come dare il ferro	43
Esercizi vari	47
Riferimenti bibliografici	49
Sommario	50