

مربیگری سابر {۳}

ترجمه و تنظیم: عباسعلی فاریابی

اتک های مرکب

ترکیب حرکات تهاجمی در سابر درست مانند الگوی فلوره می باشد. اما چیزی که بین آنها متغیر است تکنیک است. با این وجود، تعریف اتک مرکب بدین ترتیب است: هرگونه اتکی که از "بیش از یک حرکت تیغه" تشکیل می شود. به عبارت دیگر، "فنت" اجرا شده قبل از اتک اصلی، حریف را مجبور به اجرای یک دفاع می کند و "فریب" آن دفاع، اتک مرکب را تکمیل می کند. و این همان اتک دو حرکتی است.

اتک های مرکب می توانند از هر چند فنتی که بخواهیم تشکیل شوند که نتیجتاً چندین دفاع را فریب خواهند داد، اما همیشه باید در نظر گرفته شود که افزایش تعداد حرکات مشکل تاخیر زمانی را به وجود می آورد، که به دفاع کننده فرصت بیشتری می دهد تا دفاع خود را با موفقیت اجرا کند. و هرچقدر تعداد فنت ها بیشتر شود نسبت شانس موفقیت دفاع کننده بیشتر خواهد شد.



در اینجا حرکت "بتمان اتک" را جهت افزایش اطلاعات عمومی مربیان به اتک های مرکب اضافه می کنیم. این نوع اتک ها در دوره ۱ درجه ۱ بطور کامل توضیح داده خواهد شد، اما تعداد زیادی از مربیان در مورد تعریف اتک مرکب دچار سوء تعبیر می شوند، و وقتی که گفته می شود که اتک مرکب از ترکیب یک حرکت یا بیشتر تشکیل می شود، "بتمان اتک" را جزو این نوع اتک ها قرار می دهند. در صورتی که آنالیز تئوری شمشیربازی ثابت می کند که این درست نیست.

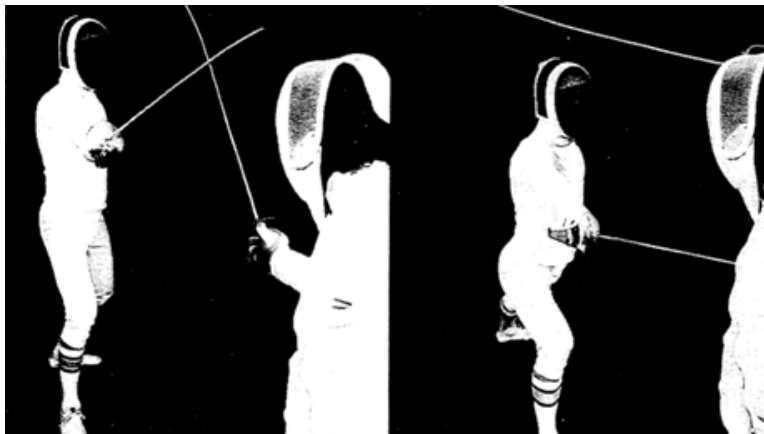
یک اتک زمانی آغاز می شود که دست مسلح و تیغه جهت زدن ضربه به سوی هدف حریف حرکت کند (اتک ساده)، یا اینکه در آن یک فنت اجرا می شود تا حریف را وادار به دفاع کند (اتک مرکب). اما هدف از بتمان اتک این است که با یک ضربه به تیغه حریف، آن را کنار برانیم تا اینکه مسیر باز شود، یا اینکه حریف را وادار به عکس العملی بکنیم که بتوان آن را توسط اتک کننده فریب داد. این تعریف بتمان، آن را از نظر تئوری در گروه اتک های "آمادگی" (پریپراسیون اتک) قرار می دهد، که گروه اتک های "حمله و ر شدن به تیغه" نیز نامیده می شوند. در این گروه ۳ نوع اتک وجود دارد، بتمان، فشار و فروپیمان که بطور مفصل در دوره ۱ درجه ۱ توضیح داده خواهد شد.

در سابر ترکیب اتک های مرکب دو حرکتی یا بیشتر عملایی نهایت می باشد، به این علت که هدف به پنج بخش مختلف تقسیم می شود، ضمن اینکه ضربه های گوناگونی با زاویه های مختلف دست مسلح وجود دارد، علاوه بر کارهایی که می توان با نوک اجرا کرد. این دلیل به وجود آمدن بالغ بر ده وضعیت تهاجمی شده و می تواند پایه ایجاد نود اتک دو حرکتی بشود. ادامه دادن این مبحث در زمینه اتک های سه حرکتی یا بیشتر بیهوده می باشد زیرا که آنها نیز تابع اصول زیربنایی اتک می شوند.

برای روشن شدن موضوع، ما تنها "سه" اتک مرکب دو حرکتی را پوشش خواهیم داد.

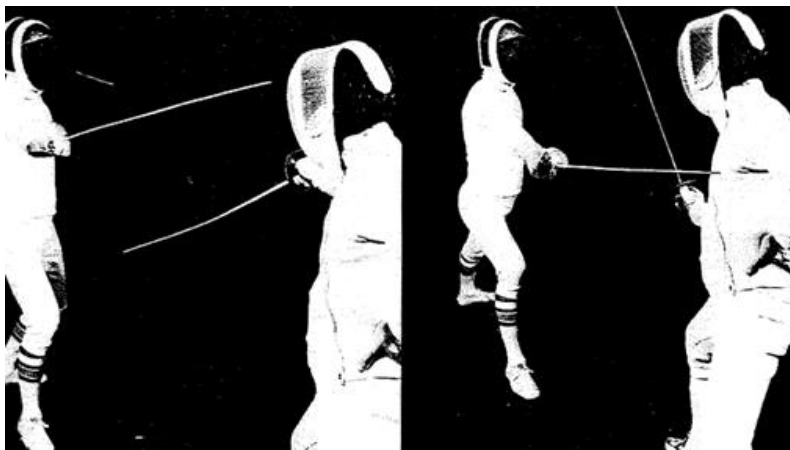
سر - پهلو:

حرکت ابتدا با راست شدن دست مسلح جهت "فنت به سر" آغاز می شود. حریف دفاع بالایی "کوینت" را آغاز می کند، در همان زمان تیغه اتک کننده دور دفاع می چرخد و ضربه را به سوی پهلو روانه می سازد.



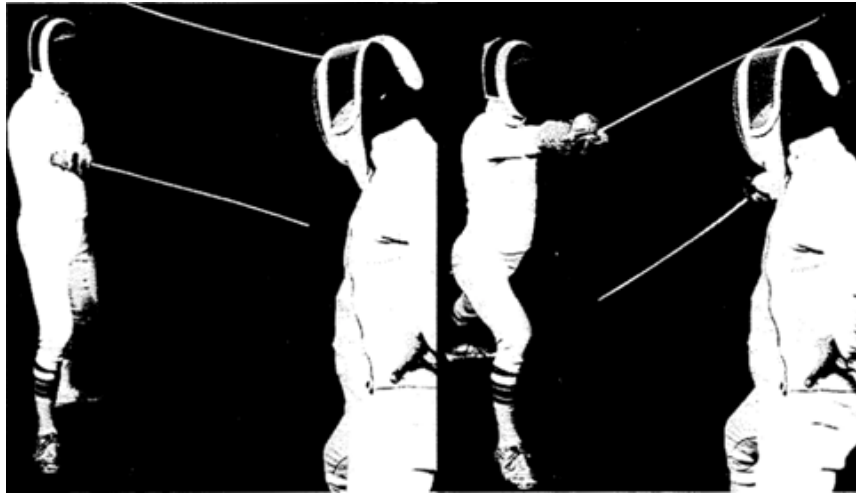
گونه - سینه:

تیغه اتک کننده به سوی "گونه"، که بر اثر دفاع "سکوند" دفاع کننده باز شده است، راست می شود. بازیکن متدافع دفاع "تیرس" را اجرا می کند که اتک کننده همزمان با آن تیغه خود را دور دفاع می چرخاند و ضربه خود را روانه سینه می کند.



پهلو - سر:

این بار فنت به سوی "پهلو" روانه می شود، هدف دفاع کننده به سبب دفاع کوینت خود هنوز باز است. دفاع بعدی دفاع کننده سکوند می باشد اما این بار ضربه اتک کننده به سوی "سر" ارسال می شود.



نکات مربیگری

- **دست مسلح** در حین اجرای فنت باید **راست** باشد.
- **قبضه دست مسلح باید کمی پایین** و دقیقاً جلوی شانه قرار گیرد تا حمایت کامل از دست مسلح بشود.
- فنت باید با **لبه تیز تیغه** اجرا شود.
- **زاویه بین تیغه و دست مسلح** باید در حین اجرای فنت حفظ شود.
- اگر فنت خیلی زیاد به جلو فرستاده شود، در زمان فریب دفاع، تیغه باید کمی به عقب کشیده شود تا کمی اتلاف وقت داشته باشیم.
- بطور کلی، **تیغه اتک کننده باید در تمام مدت اتک به طرف جلو** حرکت کند.
- هنگام فریب دادن دفاع، **چرخش تیغه اتک کننده** از یک مسیر به مسیر دیگر باید با **انگشت ها و مچ** اجرا شود.

اصول مربیگری

- ابتدا کلاس را وادار به اجرای فنت و حرکت فریب تنها، با تمرکز روی **بکارگیری انگشت ها** بکنید، بدون اینکه دست را راست کنند.
- سپس روی **هماهنگی زمانی** بین حرکت فریب و دفاع حریف تمرکز کنند.
- هر زمانی که عمق فنت و تسلط روی بکارگیری انگشت ها به وجود آمد، می توانید حمله را اضافه کنید.
- هنگام تمرین ایجاد هماهنگی بین دست مسلح و حرکت پا در حمله، دقت کنید که این حرکت ها **با هم آغاز و با هم به پایان** برسند.
- قانون دیگری در رابطه با اتک های مرکب وجود دارد که ارزش توجه را دارد، که اگر فنت با تیغه حریف تماس پیدا کند، **حق تقدم** به دفاع کننده منتقل می شود و او حق ریپوست خواهد داشت. ادامه دادن به اتک مرکب پس از تماس تیغه ها بی فایده خواهد بود و داور آن را به عنوان یک اتک تجدیدی به حساب خواهد گرفت (دوره درجه ۱).