

Sisällysluettelo

SINUSTAKO ZORRO?.....	3
ESPOON MIEKKAILIJAT RY ESITTELY	4
MIEKKAILUN HISTORIAA.....	5
MIEKKAILUN LUONNE JA VARUSTEET	6
Kalpa	6
Floretti.....	7
Säilä.....	7
Miekkailijan muita varusteita.....	7
MIEKKAILUN PERUSTEKNIikka.....	9
Perusasento ja tervehdys	9
Varoasento	10
Jalkatyö	11
Askeetus.....	12
Käsiote	13
Pisto.....	14
Degagement	14
Syöksy.....	15
Askelsyöksy	16
Flèche	16
Linjat ja väistöt.....	17
MIEKKAILUSÄÄNNÖT	18
Miekkailuottelun perusteet.....	18
Miekkailualue.....	19
Miekkailutuomari.....	19
Rangaistustavat	20
Tärkeitä sääntökohtia	21
Miekkailuottelun kulku	21
MIEKKAILUN TAISTELUELEMENTIT.....	22
LOPPUMIETTEITÄ.....	25
ESPOON MIEKKAILIJAT RY YHTEYSTIEDOT	26

SINUSTAKO ZORRO?

Miekkailu on tullut useimmille tutuksi populäärikulttuurin välityksellä. Kukapa ei tuntisi Zorroa tai kolmea muskettisoturia? Nämä ja monet muut kirjallisuuden ja elokuvien sankarit ovat muokanneet vuosikymmeniä ihmisten käsitystä miekkailusta.

Urheilulajina miekkailu sitä vastoin on edelleen varsin tuntematon Suomessa. Miekkailun suosio on kuitenkin hiljalleen kasvanut ja nykyään Suomessa on jo 20 miekkailuseuraa ympäri maata. Harrastajia on noin 1500. Esimerkiksi Ranskassa, Italiassa ja Unkarissa miekkailulla on pitkät urheilukulttuuriperinteet, ja lajin harrastajia on näissä maissa kymmeniä tuhansia.



Miekkailu on mielenkiintoinen ja vaativa urheilulaji. Laji, jossa tarvitaan sekä aivoja että lihaksia. Miekkailua onkin kuvaavasti kutsuttu fyysiseksi shakiksi.

Miekkailu sopii kaikenikäisille. Sitä voi harrastaa juniorista aina myöhäiseen eläkeikään asti. Lapsille ja nuorille, jotka ehkä myöhemmin haluavat kilpamiekkailijoiksi, laji tarjoaa kehittävän urheiluharrastuksen. Aikuisille miekkailu on hauska vapaa-ajan harrastus, joka kehittää liikunnallisia ominaisuuksia monipuolisesti.

Ei tarvitse olla kilpamiekkailija voidakseen nauttia miekkailusta.

Suomalainen miekkailualan kirjallisuus on toistaiseksi ollut erittäin suppeata. Tämä alkeisopas liittyy kiinteästi Espoon Miekkailijoiden järjestämiin kalpamiekkailukursseihin. Toivottavasti tämä opas yhdessä kurssin kanssa antaa Sinulle yleiskäsityksen lajistamme. Kurssin jälkeen tiedät jo, onko Sinusta miekkailijaksi, ja haluaisitko aloittaa uuden urheilulajin harrastamisen.

Miekkailun oppiminen ei tapahdu hetkessä, joten ole kärsivällinen ja harjoittele tunnollisesti. Älä luovuta, vaikka välillä tuntuisikin vaikealta. Miekkailu on niin monipuolinen laji, että täydellistä miekkailijaa tuskin koskaan nähdään. Vanhan italialaisen sanonnan mukaan miekkailun oppiminen vie kaksi elinikää; kun vihdoinkin on oppinut kaiken miekkailusta, keho on liian vanha miekkailuun. Mutta tähän väliin mahtuu paljon aikaa nauttia tästä hienosta, perinteikkästä urheilulajista.



ESPOON MIEKKAILIJAT RY ESITTELY



Espoon Miekkailijat ry on vuonna 1982 perustettu, hyvin menestynyt miekkailuseura, joka on keskittynyt lasten ja nuorten kalpavalmennuksen järjestämiseen, edustusmiekkailijoiden harjoitus- ja kilpailuolosuhteiden parantamiseen sekä aikuisten harrastemiekkailuun.

Seura on maamme johtavia kalpamiekkailuseuroja, jonka parhaat kalpamiekkailijat kuuluvat ikäluokissaan maamme kärkeen.

Seurassa on noin 150 aktiivista jäsentä, joiden ikä vaihtelee 5 ja 50 vuoden väliltä.

Miekkailijat ovat kotoisin Espoon lisäksi enimmäkseen muualta pääkaupunkiseudulta, Kauniaisista, Helsingistä ja Vantaalta.



Miekkailusaliimme sijaitsee Espoossa Tapiolan keskustassa, Tuulimäen urheiluhallilla (Tuulimäen väestösuoja), osoitteessa Itätuulenkuja 9. Täällä voivat kaikki ikäryhmät monipuolisesti harjoitella, kilpailla ja kuntoilla päivittäin.

Toiminnan johtamisesta ja päävalmennuksesta vastaa Kimmo Puranen, moninkertainen kalpamiekkailun Suomen mestari ja olympiamiekkailija, joka on suorittanut

kansainvälisen miekkailuvalmentajadiplomin Budapestin liikuntayliopistosta 1988.

Seura tarjoaa kilpa-, harrastus- ja kuntomiekkailua kaikenikäisille ja -tasoisille.

Seura järjestää jatkuvasti eri-ikäisille lapsille, nuorille ja aikuisille miekkailukursseja. Nuorimpien miekkailijoiden, noin 5-10 -vuotiaiden lasten toiminnassa korostetaan "zorromaista" vapaamuotoisuutta, leikinomaisuutta ja totuttautumista urheilumailmaan.

Nuorille ja aikuisille seura tarjoaa mahdollisuuden kilpamiekkailun lisäksi vaativaan harrastus- ja kuntomiekkailuun.



MIEKKAILUN HISTORIAA

Miekkailun historia on yhtä vanha kuin ihmissuku. Muinaisen alkuihmisen taistelu olemassaolonsa puolesta pakotti ihmistä käyttämään jotain kättä pidempää esinettä taisteluaseena petoja, ja joskus toisia ihmisiäkin vastaan. Jotta ihminen olisi säilynyt hengissä, tuli hänen osata taitavasti hyökätä ja puolustaa itseään.

Historiallisen kehityksen myötä lyömäaseita ruvettiin valmistamaan metallista ja nämä alkoivat muistuttaa tuntemamme miekkaa. Antiikin Kreikassa ja Rooman valtakunnassa sekä keskiajan ritariston keskuudessa miekka oli suosittu ase. Keskiajalla miekat olivat raskaita leveäteräisiä kahden käden aseita, joita vastaan puolustauduttiin kilvin ja haarniskoin.

Teräksen laadun paraneminen kevensi vähitellen miekkoja, ja niistä tuli yhä näppärämpiä käyttää yhdelläkin kädellä. Ruutiaseiden kehitys on vaikuttanut 1400-luvulta lähtien miekkailun kehittymiseen. Ruutiaseet eivät kuitenkaan pitkään aikaan syrjäyttäneet miekkoja, vaan niitä käytettiin sodissa pitkälle 1800-luvulle asti.



Renessanssihoveissa miekkailu alkoi kehittyä sodasta riippumattomaksi, vaikkakin silti hengenvaaralliseksi taiteeksi, jota aateliston nuoret miehet harjoittivat ahkerasti. Varsinaisia koulukuntia syntyi kuuluisien opettajien ympärille. Miekkailu kehittyi edelleen etenkin Ludvig XIV:n hovissa 1600-luvulla, ja monet tuolta ajalta peräisin olevat miekkailun säännöt ja liikkeet ovat edelleen käytössä.



*Pekingin olympialaisten kultamitalisti
miesten kalvassa, Matteo Tagliariol
(Italia)*

Miekkailun sääntöjä ja varustusta kehitettiin edelleen, ja urheilulajiksi se alkoi muuttua 1800-luvun lopulla, kun kaksintaistelut kiellettiin vähitellen kaikkialla Euroopassa. Miekkailu oli mukana jo ensimmäisissä nykyaikaisissa olympialaisissa Ateenassa 1896.

Urheilumiekkailussa aseita on kolme: kaksintaisteluaseen jälkeläinen kalpa, harjoitus- ja opetusase floretti ja ratsuväen sapelista kehitetty säilä. Kaikilla kolmella käydään kilpailuja aina olympialaisiin asti. Naiset osallistuivat floretilla ensimmäisen kerran olympialaisiin Pariisissa 1924. Nykyisin naiset miekkailevat myös kaikilla kolmella aseella.

1950-luvulla kehitetyt kalvan ja floretin sähköiset merkitsijälaitteet muuttivat miekkailun luonnetta vauhdikkaammaksi ja yksinkertaisemmaksi. Säilässä sähköiset merkitsijälaitteet otettiin käyttöön 1980-luvulla.

MIEKKAILUN LUONNE JA VARUSTEET

Miekkailu on länsimainen kamppailulaji, jossa pyrkimyksenä on yksinkertaisesti ja suoraviivaisesti voittaa vastustaja; osua saamatta itse osumia. Lähtökohtana on aina hyökkäys. Ilman hyökkäystä ei synny taistelua eikä silloin tarvita puolustustakaan.

Miekkailu on nopeus- ja kestävyyslaji sekä tekniikka- että taktiikkalaji. Kilpaurheilulajina miekkailu on vaativa laji. Menestyminen edellyttää fyysisen ja psyykkisen kunnon sekä miekkailutaidon hallintaa kisoissa, joissa miekkailija voi otella keskittyneesti toista kymmentä ottelua saman päivän aikana.

Hyvän miekkailijan tärkeimpiä ominaisuuksia ovat tekninen valmius, terävä havainto- ja päättelykyky vastustajasta, vilkas taktinen mielikuviutus, rautainen fyysinen kunto ja vahva henkinen vireys.

Vaikka miekkailu on kamppailulaji, on se erittäin turvallista. Miekkailuottelussa vallitsee aina reilun pelin henki; vastustajaa on kunnioitettava ja sääntöjä ehdottomasti noudatettava.

Miekkailussa on olemassa kolme erilaista asetta, jotka eroavat toisistaan piston ja lyönnin, taisteluperiaatteen, osuma-alueen sekä aseiden mittojen ja painojen perusteella.

Aseet ovat **kalpa**, **floretti** ja **säilä**.

Kalpa

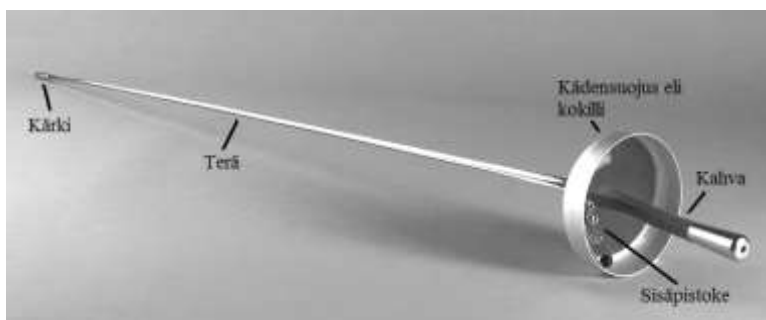
Kalvan taisteluidea on pistää vastustajaa joutumatta itse pistetyksi. Eli se saa piston hyväkseen, joka ensimmäisenä pistää vastustajaan.

Osuma-alueena on koko keho, aina varpaasta päätä suojaavaan maskiin asti.

Kalvan pistot rekisteröityvät sähköiseen merkitsijälaitteeseen, joka ilmaisee ääni- ja valomerkein osuman. Miekkailijat voivat pistää toisiansa myös samanaikaisesti, jos pistojen aikaero on pienempi kuin 1/25 sekuntia.

Kalpa saa painaa enintään 770 grammaa, ja sen kokonaispituus saa olla korkeintaan 110 cm.

Lapset miekkailevat tavallisesti kevyemmällä ja lyhyemmällä kalvalla, minikalvalla.



Kalpa on suosituin miekkailuase niin Suomessa kuin koko maailmassa. Espoon Miekkailijat, kuten suurin osa muistakin Suomen miekkailuseuroista, on keskittynyt yksinomaan kalpamiekkailuun.

Floretti

Floretti kehitettiin alun perin kaksintaistelujen harjoitteluaseeksi, koska varsinainen harjoittelu terävällä kalvalla oli vaarallista.

Floretti on kalvan tapaan pistoase, eli osumat annetaan miekan kärjellä.

Turvallisuuden ja vaadittavien taisteluominaisuuksien takia florettimiekkailulle laadittiin omat tiukat sääntönsä, jotka poikkeavat oleellisesti kalvasta.



Floretin pätevä osuma-alue on keskiruumis, eli kädet, jalat ja pää ovat epäpätevää osuma-aluetta. Floretin sähköisessä merkitsijälaitteessa on omat ääni- ja valomerkit pätevälle ja epäpätevälle osumalle.

Floretin taisteluperiaatteissa korostetaan hyökkäyksen ja puolustuksen välistä vuorojärjestystä, ns. etuoikeussääntöä. Tämä tarkoittaa, että ensin hyökänneen miekkailijan hyökkäys on ensin vältettävä ennen kuin toinen miekkailija saa hyökätä. Kalvasta poiketen samanaikaisia osumia ei hyväksytä.

Floretti saa painaa enintään 500 grammaa ja sen kokonaispituus saa olla korkeintaan 110 cm.

Säilä



Säilä on ratsuväen käyttämän sivaltavan miekan nykyaikainen muunnos.

Säilä on sekä pisto- että lyöntiase. Osumat voivat olla kärjellä annettuja pistoja tai terällä annettuja lyöntejä.

Säilän taisteluperiaatteena on sama etuoikeussääntö kuin floretillakin, mutta osuma-alueena on koko vartalo vyötäröstä ylöspäin.

Sähköiset

merkitsijälaitteet otettiin säilämiekkailussa käyttöön vasta 1980-luvulla. Viime vuosina säilämiekkailun suosio on kasvanut erityisesti Yhdysvalloissa.

Säilän paino saa olla enintään 500 g, ja sen kokonaispituus saa olla korkeintaan 105 cm.

Eri aseiden osuma-alueet



Kalpa



Floretti



Säilä

Miekkailijan muita varusteita

Miekkailu on turvallinen laji. Vammoja ja vakavampia tapaturmia tapahtuu erittäin harvoin, jolloin syynä on yleensä miekkailusääntöjen piittaamattomuus tai varusteiden kunnon laiminlyönti. Pintanaarmuja ja mustelmia voi syntyä kiihkeämissä taisteluissa, mutta ne paranevat ajan myötä nopeasti. Muihin lajeihin verrattuna esimerkiksi jalkapalloilu ja jääkiekko ovat monta kertaa riskialttiimpia lajeja kuin miekkailu.

Miekkailussa vaaditaan luonnollisesti hyviä suojavarusteita. Niinpä Kansainvälinen Miekkailuliitto FIE (Federation Internationale d'Escrime) on laatinut erittäin tiukat turvamääräykset kilpamiekkailijoille.

Miekkailusäännöissä korostetaan miekkailijan vastuuta varusteistaan. Sääntöjen mukaan miekkailijan on pidettävä kunnossa aseensa, tarvikkeensa ja vaatetuksensa, joista kaikista hän on itse vastuussa. Näiden sääntöjen määrittämien turvallisuus- ja tarkastustoimenpiteiden tarkoituksena on miekkailijan turvallisuuden lisääminen. Miekkailijan vastuu ja vaatimukset varusteistaan korostuvat yhä enemmän mitä vaativimpiin kilpailuihin miekkailija osallistuu.

Miekkailua aloittaessasi sinulla ei tarvitse olla omia miekkailuvarusteita, sillä kurssillamme saat käyttöösi tärkeimpiä varusteita. Seuran varusteita voi lainata kurssin jälkeenkin, mutta suositeltavaa (ja myös käyttäjän kannalta miellyttävämpää) on hankkia ainakin tietyt perusvarusteet itselleen. Niitä voi hankkia vähitellen ja seurasta saa opastusta omien varusteiden hankintaan.

Oikea- ja vasenkätisille on olemassa omat varusteensa.

Maski

Hyväkuntoinen ja ehjä maski on ehdottomasti tärkein miekkailijan suojavarusteista. Tukeva teräsverkko suojaa kasvoja vammoilta. Vaikka miekat eivät ole teräviä, niin esimerkiksi silmään osuessa seuraukset voisivat olla kohtalokkaita. Miekoilla ei koskaan saa osoittaa henkilöä, jolla ei ole maskia päässään.



Miekkailutakki ja -housut

Miekkailutakki ja -housut ovat tukevasta materiaalista valmistettuja ja niiden tärkein tehtävä on varmistaa, ettei katkennut miekan terä aiheuta vammoja. Lisäksi ne pehmentävät miekkailijaan osuneita pistoja. Miekkailuasuihin kuuluvat myös pitkät valkoiset sukat, jotka peittävät sääret.



Harjoituksissa monet käyttävät tavallisia sisäpelihousuja miekkailuhousujen sijasta, mutta suositeltavaa olisi käyttää aina miekkaillessa siihen tarkoitettuja asusteita.

Miekkailuhanska



Miekkailuhanska on pehmustettu ja se suojaa sormia kipeiltä osumilta. Lisäksi miekkailuhanskan tulee yltää puoleenväliin käsivartta miekkailutakin hihan päälle, jotta miekan terä ei mene sisään hihansuusta.

Ainoastaan miekkakädessä pidetään hanskaa.

Vartalojohto

Vartalojohto eli ”körppäri” yhdistää miekkailijan aseensa alueen sähköisiin merkitsijälaitteisiin, jolloin saadaan rekisteröityä ottelussa tapahtuneet pistot. Vartalojohto pujotetaan miekkailutakin asekauden hihan läpi ja kytketään aseensa kädensuojuksen sisäpuolella olevaan pistokkeeseen. Vartalojohtoon toinen pää kytketään alueen päästä tulevaan johtoon, joka kiinnitetään takissa olevaan kiinnikkeeseen.



MIEKKAILUN PERUSTEKNIikka

Perusasento ja tervehdys

Miekkailun aloitusasentoa kutsutaan perusasennoksi. Tähän asentoon miekkailijat asettuvat aina ennen tervehtimistä ja siirtymistä valmiusasentoon. Perusasennossa kantapäävät ovat vastakkain 90 asteen kulmassa taisteluviiivalla siten, että etummainen jalkaterä suuntautuu suoraan vastustajaa kohti ja takimmainen jalkaterä sivulle kohtisuoraan taisteluviiivaa vastaan.



Taisteluviiiva on kuviteltu viiva, jonka ajatellaan kulkevan miekkailijan vastustajaan päin suunnatun jalkaterän ja kantapään sekä siihen nähden suorassa kulmassa olevan toisen jalkaterän kantapään kautta lattiaa pitkin suoraan vastustajaa kohti.

Perusasennossa miekkailijan kantapäävät ovat yhdessä, jalkaterät muodostavat suoran kulman toisiaan vasten, vartalo on ryhdikkäästi suorana, kasvot ja katse on suunnattu suoraan vastustajaa kohti. Miekkailija on kääntänyt kylkensä ja rintansa kohti vastustajaa ja hän osoittaa etuviistoon ojennetulla asekadella ja miekalla kohti vastustajan polvea. Miekkailumaskia pidetään takakainalossa sellaisella otteella, että sen saa helposti yksinään pelkän aseettoman takakäden avulla asetettua päähän.

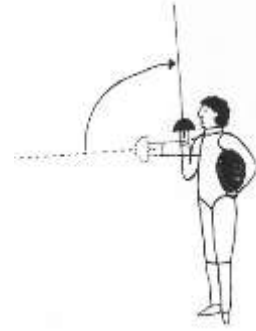


Tästä asennosta tervehditään vastustajaa jokaisen ottelun aluksi ja lopuksi. Tervehdys tapahtuu kolmessa vaiheessa:

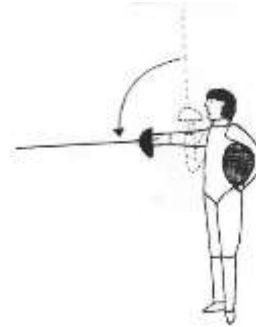
1. Seistään varoasentoviivalla perusasennossa ja ojennetaan asekäsi vastustajan silmiä kohti niin, että miekka on vaakasuorassa vastustajaa kohti.



2. Koukistetaan asekäsi kyynärpäältä siten, että miekka osoittaa lopulta pystysuoraan kattoa kohti ja kokilli on suurin piirtein silmien korkeudella.



3. Lopuksi asekäsi ja miekka ojennetaan uudelleen vaakasuoraan vastustajaa kohti ja lopulta siirrytään takaisin perusasentoon.



Liikesarja tehdään nopeasti ja täsmällisesti. Kilpailuissa tervehditään vastaavalla tavalla vastustajan lisäksi myös alueen tuomaria ja yleisöä.

Tervehdyksen jälkeen molemmat miekkailijat panevat maskin päähänsä ja asettuvat varoasentoon.

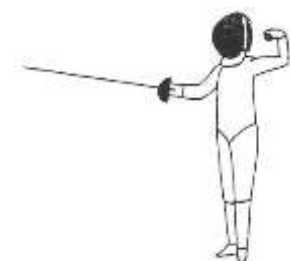
Varoasento

Varoasento on miekkailijan taisteluasento ja kaikkien miekkailuliikkeiden lähtökohta. **Tässä asennossa miekkailija ensinnäkin pystyy liikkumaan sujuvasti sekä eteen- että taaksepäin, ja toisekseen hänen osuma-alueensa vastustajan puolelta katsottuna on pienin mahdollinen (kylki vastustajaa kohti).**

Varoasentoon asetutaan perusasennosta tervehdyksen jälkeen seuraavalla tavalla:

1. Ase kohotetaan ojentamalla asekäsi pehmeästi eteenpäin, muttei täysin suoraksi, ja terä suunnataan suoraan vastustajaa kohti, kärki vastustajan olkapään korkeudelle.

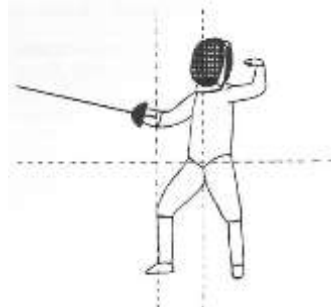
Samalla takakäsi nostetaan ylös taakse siten, että olkavarsi on vaakasuorassa asennossa ja kyynärpää on vähän olkapään yläpuolella. Sormet riippuvat rentoina alaspäin.





2. Etujalkaa siirretään noin kaksi jalanmittaa eteenpäin niin, että tässä haara-asennossa vartalon paino on tasan molemmilla jaloilla.

3. Molempia polvia koukistetaan niin, että vartalon paino on edelleen jakaantunut molemmille jaloille.



Vakaan varoasennon hallinta liikuttaessa on ehdoton edellytys miekkailuliikkeiden ja pistotarkkuuden hallitsemiseksi.

Aluksi varoasennon harjoittaminen voi kipeyttää jalka- ja pakaralihaksia, koska asento on ihmiselle normaalisti luonnoton.

Jalkatyö

Hyvän miekkailutekniikan edellytyksenä on jalkojen, käsien ja kehon hyvä, harmoninen ja oikein koordinoitu ja rytmitetty yhteistoiminta. Käsitekniikoita painottaneessa perinteessä oikean jalkatyön merkitys on jäänyt usein aivan liian vähälle huomiolle ja harjoittelulle. Toisaalta jalkatyö ja aseenkäsittely edellyttävät hyvin erityyppisen koordinaation oppimista ja siksi niitä on hyvin vaikea opetella yhtä aikaa. Jalkatyö on yksinkertaisempaa ja ehkä helpompaa oppia siksi, että se perustuu suurten lihasten ja lihasryhmien koordinointiin, minkä opettelu ja hallinta on helpompaa kuin vähemmän luonnollisissa tilanteissa käytettyjen pienempien lihasryhmien. Siksi miekkailuopetuksen alkuvaiheessa on perusteltua painottaa ja keskittyä jalkatyön opiskeluun.

Jalkatyön kehittämisen tärkeyttä korostaa myös kilpamiekkailun nykysuuntaus, jossa jatkuva, intensiivinen ja herkkä liikkuvuus on kyettävä yhdistämään räjähtävään nopeuteen ja suuresta miekkailijoiden välisestä etäisyydestä johtuvaan tarpeeseen kuroa pitkä etäisyys yllättävästi ja tehokkaasti umpeen. Tämä luo miekkailijalle uudentasoisia vaatimuksia kyvyille yhdistää erilaisia ja monipuolisia peräkkäisiä tekniikoita toimiviksi ja tehokkaiksi kokonaisuuksiksi.

Kuten yleensäkin vaativat liikesarjat, on myös jalkatyön yksityiskohtia hiottaessa eri osat ja niiden yhdistäminen tehokkainta opetella osina, jotka sitten vähitellen yhdistetään toisiinsa. Peruselementtien hallinnan kehittyessä voidaan harjoittelua painottaa yhä enemmän kokonaisten liikesarjojen ja niiden yhdistelyn opetteluun. Samalla on kuitenkin muistettava, että jo aivan alusta lähtien tehdään riittävä määrä ja riittävän usein toistoja myös kokonaisina liikesarjoina. Näin miekkailijalla alkaa rakentua ja jo alusta lähtien oikea toiminnallinen malli tai kokonaiskartta suorituksesta, johon hän sitten oppimisen edistyessä ja tarkkuuden lisääntyessä ”kiinnittää” lisää yksityiskohtia.

Askeetus

Askeetus luo perustan miekkailijan etäisyyden kontrolloimiselle.

Askeetussa liikkeen täytyy olla pehmeä, tasainen ja jatkuva, mutta sen tulisi samalla päättyä täsmällisesti ja niin nopeasti kuin mahdollista, koska itse liikkeen aikana miekkailijan tasapaino on huonoimmillaan ja siksi hän itse on haavoittuvimmillaan. Muun kehon tulee seurata jalkojen liikettä rentona. Jalkojen tulee säilyttää askeetuksen eri vaiheissa pitävä ja hyvä kontakti lattiaan. Askeet eteen ja asket taakse alkavat ja päättyvät varoasentoon.

Ylävartalo ei saisi tehdä mitään ylimääräisiä liikkeitä suorituksen aikana. Mitä puhtaammin ja taloudellisemmin miekkailija liikkuu vain vastustajaa kohti tai hänestä poispäin, sitä vaikeampi vastustajan on liikettä hahmottaa.

Askeet eteen

Askeet eteen tehdään siirtämällä ensiksi etujalkaa noin jalanmitan verran eteenpäin, minkä jälkeen takajalkaa siirretään yhtä paljon eteenpäin.

Otettaessa asket eteen on muistettava:

1. Etujalan nilkkaa ja polvea koukistettava riittävästi niin, että varpaat nousevat lattiasta ensiksi, ja siirtymisen jälkeen kantapää laskeutuu lattialle ennen varpaita.
2. Takajalan kantapää nousee ensiksi ja varpaat laskeutuvat ennen kantapäätä
3. Askeet eteen on oikein tehty, jos etujalan varpaat ja takajalan kantapää osuvat lattialle samanaikaisesti.

Askeet taakse

Askeet taakse tehdään päinvastaisessa järjestyksessä siirtämällä ensin takajalkaa.

Kun tehdään asket taakse, on muistettava:

1. Takajalan kantapää nousee ensiksi ja varpaat laskeutuvat lattialle ennen kantapäitä.
2. Etujalan varpaat nousevat ensiksi ja kantapää laskeutuu lattialle ennen varpaita.
3. Askeet taakse on oikein tehty, jos takajalan kantapää ja etujalan varpaat laskeutuvat lattialle samanaikaisesti..

Askeleita tehtäessä on jalkojen välisen etäisyyden säilyttävä muuttumattomina. Lantion seudulla ja olkapäissä ei saa tapahtua liikkeitä, jotka vaikeuttavat tasapainon hallintaa ja paljastavat mahdollisesti ennenaikaisesti vastustajalle miekkailijan aikomukset.

Käsiote

Käsiotteen luonnetta kuvaa osuvasti vanha italialainen sanonta:

”Miekka on kuin lintu. Jos sitä puristaa liian lujasti, se tukehtuu. Jos sitä pitää liian höllästi, se pääsee lentoon.”

Miekkailussa käytetään pääosin kahta erilaista kahvamallia: perinteistä suoraa eli ranskalaista kahvaa tai ortopedisesti muotoiltua kahvaa eli ns. pistoolikahvaa.

Suorakahvaista asetta kannatetaan kevyesti kädessä. Terässä oleva johtoura osoittaa ylöspäin.

Aseeseen tartutaan peukalolla ja etusormella siten, että nämä sormet puristavat vastakkain kädensijan tyveä. Samalla ne nojaavat aseeseen kokilliin tai sen pehmusteeseen. Muut sormet taivutetaan nojaamaan aseeseen kahvan keskikohdan päälle siten, että kahvan nuppi lepää ranteen sisäpuolen keskikohdalla.



Pistoolikahvaiseen aseeseen tartutaan vastaavalla tavalla. Peukalolla ja etusormella puristetaan vastakkain kahvan tyvestä, ja muut sormet tukevat kahvan poikkiosasta.



Jos kahvaa puristaa liikaa, tulee kaikista teräliikkeistä helposti tarpeettoman suuria ja kontrolloimattomia. Etusormella ja peukalolla puristetaan kahvaa juuri sen verran, ettei se tipahda kädestä. Muut sormet lähinnä tukevat otetta, jotta miekka saadaan pidettyä oikeaan suuntaan suunnattuna.

Aloittelijoiden on suositeltavaa opetella miekkailemaan ensin suorakahvaisella miekalla, koska tällä sormien käyttö on helpompi oppia. Pistoolikahvaa on helppo oppia käyttämään väärin. Kahvojen taktiset erot tulevat esille vasta kokemuksen myötä, mutta molemmilla kahvamalleilla voi menestyä aivan yhtä hyvin.

Hyökkäys

Hyökkäyksen on täytettävä seuraavat ehdot:

1. Kärki osoittaa vastustajan osuma-alueeseen.
2. Liike alkaa eteenpäin kädellä ja jatkuu sitten koko vartalolla.
3. Liike on jatkuva, yhtenäinen suoritus.

Hyökkäysliikkeet voidaan jaotella **yksinkertaisiin** ja **yhdistettyihin** hyökkäysliikkeisiin.

Yksinkertaisia hyökkäysliikkeitä ovat esimerkiksi suora pisto syöksyllä tai degagement-pisto flèchellä.

Yhdistettyjä hyökkäyksiä ovat esimerkiksi valehyökkäykset tai terävalmistelulla tapahtuvat hyökkäykset.

Riposti on väistön tehneen miekkailijan hyökkäysliike. Yleensä miekkailija pyrkii tekemään välittömän ripostin väistön jälkeen.

Pisto

Pisto on liike, jolla osutaan selvästi aseensa kärjellä terän suuntaisesti. Piston suorituksessa voidaan erottaa kaksi vaihetta:

1. kärjen suuntaus
2. käden ojennus täysin suoraksi niin, että kärki osuu selvästi kohteeseen.



Pistoa tehtäessä varoasennon tasapaino ei saa muuttua.

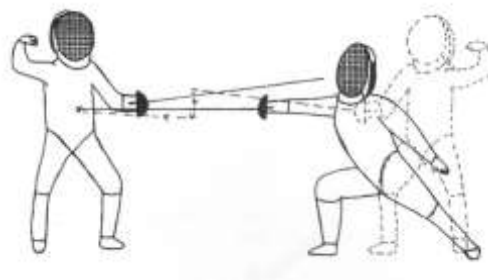
Olkapää on käden ojennuksen aikana rentona, ja piston loppuvaiheessa voidaan tehdä venytys kokillia nostamalla hieman ylöspäin. Piston jälkeen aseensä koukistetaan pehmeästi alkuasentoon.

Suora pisto on yksinkertainen hyökkäysliike, joka tapahtuu yhdessä vaiheessa. Suora pisto voidaan tehdä esimerkiksi suoraan varoasennosta, askeleella peräännyttyä tai syöksystä.

Degagement

Degagement eli kiertopisto tehdään vaihtamalla teränkosketuspuolta. Tarkoituksena on vapautua vastustajan sulkemasta linjasta ja pistää avoimesta linjasta.

Kärki viedään U-muotoisesti vastustajan terän ali (alalinjoissa yli). Liikkeen nopeuttamiseksi asekauden ojentaminen aloitetaan välittömästi, kun oma kärki ohittaa vastustajan terän.



Yleensä degagement-pisto tehdään ylälinjassa sikstistä kvarttiin tai päinvastoin.

Syöksy

Syöksy on miekkailun perushyökkäysliike. Se muodostuu käsi- ja jalkaliikkeiden yhdistelmästä, jossa käden ojentamisen ja jalkojen syöksyliikkeen yhdistelmällä ulotutaan vastustajaan.

Hyvän syöksyn tärkeimmät ominaisuudet ovat tasapaino, tarkkuus ja nopeus.

Syöksy tehdään vaiheittain seuraavasti:

1. Kärki suunnataan osuma-alueeseen ja asekäsi ojennetaan suoraksi pehmeästi eteenpäin.
2. Etujalka nostetaan lattiasta kevyesti, siirretään eteenpäin heilautuksella ja lasketaan lattialle kantapää edellä.
3. Samanaikaisesti ojennetaan takajalka nopeasti suoraksi jalkapohjan koskettaessa koko ajan tiiviisti lattiaan.
4. Samalla takakäsi heilautetaan nopeasti alas samansuuntaiseksi takajalan kanssa (kämmenpuoli kattoa kohti).
5. Syöksyn loppuasennossa piston osuttua etujalan polvi on suoraan nilkan yläpuolella.
6. Syöksyn pistovaiheessa kokilli on kärjen yläpuolelle. Kokillin korkean asennon tarkoituksena on suojata miekkailijaa vastustajan vastapistolta.



Paluu syöksystä

7. Paluu syöksystä varoasentoon tapahtuu koukistamalla takajalkaa voimakkaasti ja työntämällä samalla etujalalla vartaloa taaksepäin takaisin varoasentoon.
8. Samanaikaisesti takakäsi palautuu varoasentoonsa.
9. Paluun loppuvaiheessa asekäsi koukistetaan samaan varoasentoon kuin ennen syöksyn alkua.

Syöksyn aikana vartalo laskeutuu hieman alaspäin, mutta se ei saa kääntyä sivusuunnassa. Asekäsi pysyy koko ajan samalla korkeudella kuin varoasennossa tapahtuvassa käden ojennuksessa. Ryhti säilyy koko ajan hyvänä. Vartalo ei saa kallistua mihinkään suuntaan palatessa syöksystä varoasentoon. Syöksyä ja syöksystä palautumista on syytä harjoitella jatkuvasti.

Askelsyöksy

Askelsyöksy on yhtenäinen hyökkäysliikesarja, joka muodostuu kädenojennuksesta, askeleesta ja syöksystä.

Askeleen yhdistämisellä liikesarjaan on kaksi tarkoitusta.

Ensinnäkin nopealla askeleella saadaan etäisyys kurottua lyhyemmäksi, jolloin päästään syöksyetäisyydelle vastustajasta.

Toisekseen askel kädenojennuksella on uhkaava hyökkäysliike, jolla saadaan vastustaja reagoimaan ennakkoidusti.

Flèche

Flèche (ransk. nuoli) eli ryntäys on yllätyksellisyyteen perustuva hyökkäysliike, joka oikein tehtynä voi hetkessä nujertaa vastustajan keskittymiskyvyn ja ratkaista täten ottelun.

Flèche tehdään vaiheittain seuraavasti:

1. Kärki suunnataan kohti vastustajan osuma-aluetta ja asekäsi ojennetaan suoraksi.
2. Vartalon painoa siirretään etujalalle.
3. Molemmat jalat ojennetaan suoriksi ponnistaen kuin nuoli jännitetystä jousesta kohti vastustajaa.
4. Takakäsi ojennetaan suoraksi.
5. Samanaikaisesti takimmainen jalka viedään etummaisen jalan eteen. Tasapainon säilyttämiseksi liikkeestä muodostuu nopea ryntäys eteenpäin.



Usein flèche tehdään uudistettuna hyökkäysliikkeenä, esimerkiksi jatkamalla flècheen suoraan syöksystä.

Flècheä tehtäessä on varottava törmäämästä vastustajaan, joka on ohitettava mahdollisimman nopeasti ottelualueen sisäpuolella. Sääntöjen mukaan vain puolustautuvalla miekkailijalla on vielä oikeus välittömästi yrittää pistää ohittavaa vastustajaansa, jos flèche-hyökkäys on epäonnistunut.

Puolustus

Miekkailija voi puolustautua:

1. **väistämällä aseella.**
2. **etäisyyttä säätelemällä.**
3. **väistymällä sivulle tai alas kyykkyy.**

Linjat ja väistöt

Miekkailijan ollessa varoasennossa voidaan vastustajan näkökulmasta katsottuna hänen osuma-alueensa jakaa pysty- ja vaakatasossa neljään kuviteltuun osaan eli linjaan.

Linjat vastaavat käden ja aseene eri asemia eri väistöasunnoissa. Tämän puhtaasti kuvitellun linjajaottelun avulla on mahdollista määritellä ja selvittää eräitä miekkailun tärkeitä peruskäsitteitä.

Osuma-alue ajatellaan jaetuksi vaakasuoralla viivalla ensin kahteen osaan, jotka ovat ylä- ja alalinja.

Samoin pystysuora viiva jakaa alueen kahteen osaan, jotka ovat sisä- ja ulkolinja.

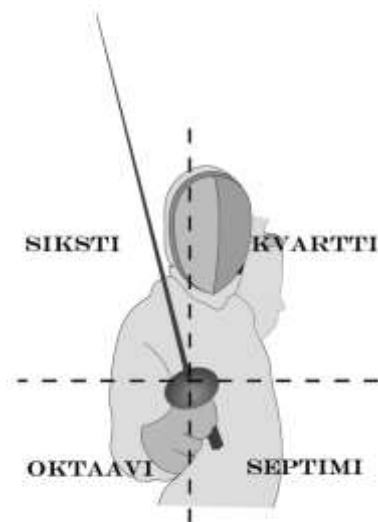
Täten on muodostunut ristikko, joka jakaa osuma-alueen yhteensä neljään osaan eli linjaan.

Ylälinjassa erotellaan yläulkolinja ja yläsisälinja.

Vastaavasti alalinjasta voidaan erottaa alaulkolinja ja alasisälinja.

Jokaisessa linjassa on

1. varoasento, missä miekkailijalla on teräkosketus vastustajan aseeseen (ns. sidonta)
2. väistöasento, joka suojaa vastustajan hyökkäykseltä



Väistö on terällä tai kokillilla tehty puolustusliike, jonka tarkoituksena on puolustautua vastustajan hyökkäykseltä. Jokaiseen edellä mainittuun linjaan liittyy vastaava väistöasento.

Perusväistöasennot ovat edellä mainittujen linjojen mukaisesti:

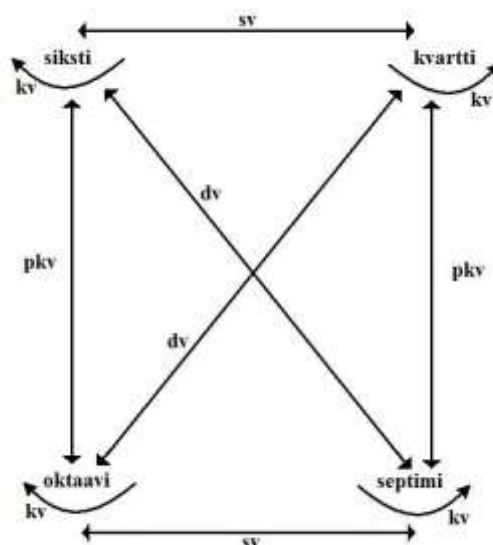
- **siksti** (yläulkolinja)
- **kvartti** (yläsisälinja)
- **oktaavi** (alaulkolinja)
- **septimi** (alasisälinja)

Väistöä tehtäessä on kiinnitettävä huomiota siihen, että väistön on suljettava hyökkäyslinja, kärki ei saa liikkua taaksepäin väistön aikana ja että väistö on tehtävä terän vahvalla osalla (1/3 terän alkuosasta lähtien).

Onnistuneen väistön jälkeen miekkailijan tulisi tehdä riposti, eli pistää hyökkääjää, joka on heikoimmillaan hyökkäyksen epäonnistuttua.

Väistöt voidaan jakaa aseiden kulun perusteella:

1. suora väistö (sv)
2. kiertoväistö (kv)
3. puolikiertoväistö (pkv)
4. diagonaaliväistö (dv)



MIEKKAILUSÄÄNNÖT

”Jokaisen on tunnettava miekkailusäännöt.”

Ottelemista säätelevät Kansainvälisen Miekkailuliiton, FIE:n hyväksymät Kilpailusäännöt. Kaikkien ottelijoiden edellytetään tuntevan nämä säännöt. Niiden tarkoituksena on tehdä miekkailu turvallisesti, luoda toimiva ja oikeudenmukainen kilpailujärjestelmä sekä luoda ohjeet miekkailijoiden paremmuuden selvittämiseksi ja antaa perusohjeet kilpailijoille, tuomareille ja toimitsijoille. Miekkailijat aseistautuvat, varustautuvat, pukeutuvat ja ottelevat sääntöjen mukaan omalla vastuullaan.

Säännöt muutoksineen ja uudistuksineen on käännetty suomeksi nimellä ”Kansainväliset Miekkailusäännöt”, ja ne löytyvät Suomen Miekkailuliiton Internet-sivuilta. Virallinen sääntökieli kansainvälisissä miekkailukilpailuissa on ranska.

Seuraavassa on esitettyä muutamia olennaisimpia sääntökohtia.

Miekkailuottelun perusteet

Tarkoituksena miekkailuottelussa on saada pistettyä ensimmäisenä vastustajaansa 5 kertaa. Miekkailijat voivat kalvassa myös pistää toisiaan yhtä aikaa, jolloin molemmat saavat pisteen (tuplapisto).

Ottelu-aika viiden pisteen ottelussa on kolme minuuttia. Mikäli ottelu-aika päättyy ennen kuin kumpikaan osapuoli on saanut viittä pistettä, ottelu loppuu enemmän pisteitä saaneen miekkailijan voittoon. Jos tilanne on ajan loppuessa tasan, otellaan minuutin jatko-aika, jolloin ottelu ratkeaa ensimmäiseen pistoon. Tällöin tuplapistoja ei huomioida. Jatko-aikaa edeltää arvonta, jonka voittaja on myös ottelun voittaja, mikäli jatkoajan kuluessa ei synny ratkaisevaa pistoa.

Harjoitusotteluissa ei normaalisti käytetä ajanottoa, vaan ottelut käydään perinteisesti viiteen pisteeseen.

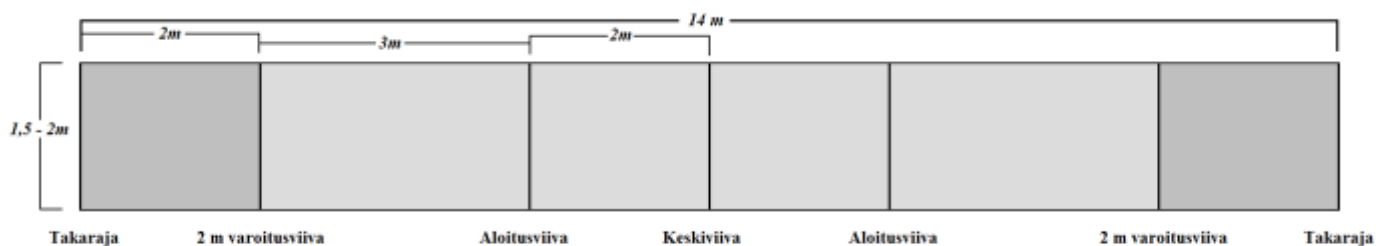
Pudotuskiirroksilla miekkailukilpailuissa otellaan yleensä 15 pisteeseen. Tällöin ottelussa on enintään kolme 3 minuutin jaksoa, joiden välissä on minuutin lepotauot. Myös jatkoaika on mahdollinen, ja se otellaan yllä esitetyllä tavalla.

Miekkailualue

Miekkailualue on pituudeltaan 14 metriä ja leveydeltään 1,5-2 metriä. Ottelun aloitus tapahtuu aloitusviivoilta, jotka sijaitsevat 2 metriä keskiviivasta. Piston tapahduttua miekkailijat palaavat aloitusviivoilleen. Mikäli ottelu keskeytyy muusta syystä, ottelua jatketaan keskeytyskohdasta. Tällöin miekkailijat asettuvat toisistaan sellaiselle etäisyydelle, että kumpikin miekkailija voi ojentaa kätensä suoraksi miekkojen kärkien menemättä ristiin.

Kaksi metriä ennen ottelualueen takarajaa sijaitsee varoitusviiva, jonka tarkoituksena on varoittaa miekkailijaa ottelualueen loppumisesta. Mikäli miekkailija ylittää takarajan molemmilla jaloillaan, häntä rangaistaan antamalla piste vastustajalle. Sivurajan ylittämisestä joko yhdellä jalalla tai molemmilla ottelu keskeytetään ja vastustajaa siirretään 1 metri eteenpäin, jolloin sivurajan ylittänyt miekkailija joutuu peruuttamaan oikealle aloitusetäisyydelle. Miekkailija voi tämän seurauksena joutua takarajan yli, jolloin hänet tuomitaan pistetyksi.

Miekkailualue on tehty sähköä johtavasta materiaalista ja se on maadoitettu, ettei merkitsijälaitte rekisteröi pistoa miekkailijan pistäessä vahingossa miekkailualueeseen.



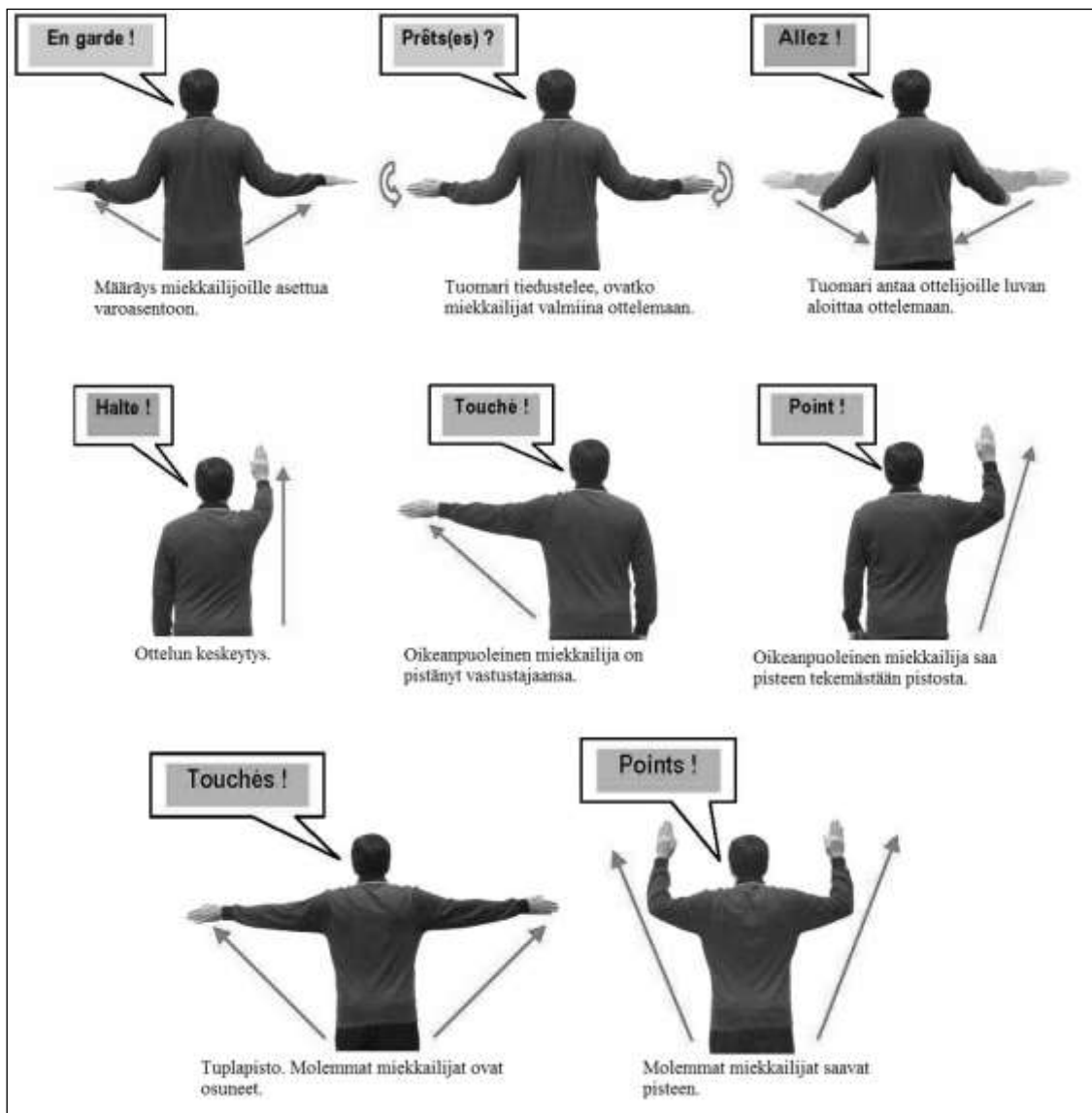
Miekkailualue

Miekkailutuomari

Miekkailuottelua valvoo miekkailutuomari. Hän seuraa ottelun kulkua ja tuomitsee miekkailijoiden tekemät pistot merkitsijälaitteen merkkien mukaan. Miekkailija voidaan tuomita osuneeksi vain, jos merkitsijälaitte näin näyttää. Mahdolliset laiteviat selvitetään, mutta näistä ei anneta pisteitä. Tuomari pitää myös huolen siitä, että miekkailijat noudattavat miekkailusääntöjä ja rankaisee sääntörikkomuksista. Miekkailijat eivät saa kyseenalaistaa tuomarin näkemystä ottelun tapahtumista.

Harjoitusotteluissa ei yleensä käytetä erillistä tuomaria, vaan miekkailijat huolehtivat itse ottelunsa sujumisesta. Jokaisen miekkailijan oletetaan kuitenkin pystyvän tarvittaessa toimimaan tuomarina.

Miekkailutuomari käyttää tehtävässään yleensä ranskankielisiä komentoja ja täydentää näitä käsimerkein.



Yleisimpiä tuomarin komentoja ja käsimerkkejä

Rangaistustavat

Miekkailutuomarilla on käytössä kolme eri rangaistusta sääntörikkomuksista. Nämä ilmaistaan erivärisinä kortteina.

Keltainen kortti – Varoitus. Keltainen kortti annetaan lievemmistä rikkeistä ja siitä ei suoraan tule mitään seuraamuksia. Jos miekkailija tekee samassa ottelussa minkä tahansa toisen rikkeen, seuraa tästä vähintään punainen kortti.

Punainen kortti – Rangaistuspisto. Vakavammista rikkeistä miekkailija voi saada suoraan punaisen kortin tai se voi olla seurausta kahdesta lievemmästä rikkeestä. Punaisen kortin seurauksena vastustajalle annetaan yksi piste.

Musta kortti – Hylkäys. Erittäin vakavista sääntörikkomuksista miekkailija poistetaan kilpailusta. Tällaisia rikkomuksia ovat esimerkiksi epäurheilijamainen käytös, kuten varusteiden heittäminen hävityn ottelun jälkeen, tai tahallinen väkivaltaisuus.

Tärkeitä sääntökohtia

Miekkailu on herrasmieslaji. Kiroilu ja kaikki muu epäasiallinen käyttäytyminen on ankarasti kielletty. Miekkailuottelu alkaa aina miekkailijoiden tervehdyksestä ja ottelun päätyttyä miekkailijat toistavat tervehdyksen ja kättelevät ennen alueelta poistumista.

Miekkailu on kamppailulaji ja siinä pyritään pistämään miekalla vastustajaa, mutta tämä tulee tehdä ilman väkivaltaisuutta. Väkivaltainen miekkailu on rangaistavaa. Miekkailu on tekniikka- ja taitolaji. Pelkällä voimalla ei pärjää.

Selän kääntäminen vastustajalle on kiellettyä. Tämä on ennen kaikkea turvallisuuskysymys, koska maskin takaosa on avoin.

Mikäli ottelun aikana miekkailijoiden vartalot osuvat toisiinsa, ottelu keskeytetään. Tahaton vartalokontakti ei ole rangaistavaa, mutta kaikenlainen tuuppiminen sen sijaan on. Lähtilanteissa useimmiten paras ratkaisu on ohittaa vastustaja nopeasti, jolloin ottelu keskeytetään ja miekkailijat pääsevät aloittamaan uudelleen riittävän etäältä toisistaan.

Miekkailijoiden miekanterien tulee olla suorina. Terän vääntyessä ottelun aikana tulee se suoristaa ottelun keskeydyttyä. Tämä tehdään alueen vieressä (Huom. Ei miekkailumatolla) lämmittämällä terää ensin jalan ja lattian välissä ja taivuttamalla varovasti tämän jälkeen. Mikäli miekkailija ei ole tehnyt tätä itse aiemmin, on syytä pyytää kokeneemalta miekkailijalta neuvoa. Väärin taivutettuna terät katkeavat herkästi.

Miekkaa käytetään koko ajan ainoastaan yhdellä kädellä. Toisen käden käyttö ei ole sallittua. Miekalla ei myöskään saa heittää vastustajaa.

Miekkailuottelun kulku

Ottelun alkaessa tuomarin ensimmäisenä alueelle kutsuma miekkailija asettuu tuomarin oikealle puolelle. Mikäli ensimmäisenä kutsuttu miekkailija on vasenkätinen, asettuu hän tuomarin vasemmalle puolelle. Jos molemmat miekkailijat ovat vasenkätisiä, noudatetaan perusohjetta.

Tuomari tarkistaa ennen ottelun alkua miekkailijoiden aseet ja varusteet. Seuraavaksi miekkailijat tervehtivät toisiaan, tuomaria ja yleisöä, minkä jälkeen ottelijat asettuvat aloitusviivoilleen toisiaan vastapäätä kahden metrin päähän ottelualueen keskustasta.



Tuomarin komentaessa ”**En garde!**” (”Varoasentoon!”) ottelijat asettuvat varoasentoon, ja mikäli ovat valmiita aloittamaan ottelun, vastaavat tuomarin seuraavaan kysymykseen ”**Prêts?**” (”Valmiina?”) myöntävästi ”**Oui**”(Kyllä). Mikäli ottelija ei jostain hyväksyttävästä syystä ole valmis aloittamaan ottelua, on hänen vastattava kysymykseen joko ”**Non**” (”Ei”) tai heilutettava takakättä huomiota herättävästi pystyssä.

Kun kummatkin ottelijat ovat valmiita aloittamaan, antaa tuomari taistelumerkin komennolla ”**Allez!**” (”Alkaka!”) . Tämän jälkeen ottelu keskeytyy ainoastaan tuomarin komennolla ”**Halte!**” (”Seis!”). Tällöin miekkailijat jäävät paikoilleen odottamaan tuomiota / päätöstä. Mikäli

komennon syynä on hyväksytty pisto (minkä tuomari aina ilmoittaa sekä suullisesti että käsimerkein), miekkailijat siirtyvät varoasentoon aloitusviivalle ja ottelua jatketaan, kun tuomari on antanut aloituskomennon. Mikäli syynä ei ollut hyväksytty osuma, jatketaan ottelua siitä kohdasta, jossa taistelu keskeytyi.

Osumat, jotka annetaan ennen ”*Allez!*”-komentoa tai ”*Halte!*”-komennon jälkeen, mitätöidään. Ottelua jatketaan tuomarin komennoilla, kunnes jompikumpi miekkailijoista voittaa ottelun saavuttamalla ensiksi vaadittavan määrän hyväksyttyjä pistoja, tai otteluaika loppuu. Kun ottelun tulos on julistettu, ottelijat kättelevät toisiaan ja kiittävät vastustajaa. Mikäli kilpailija kieltäytyy tervehtimästä vastustajaansa viimeisen piston jälkeen, hänet hylätään.

MIEKKAILUN TAISTELUELEMENTIT

Jos miekkailu on teknisesti vaativa laji, niin on se myös taktisesti erittäin monitahoinen ja vaikea. Kahden miekkailijan välisen ottelun lopputulokseen vaikuttavia tekijöitä on paljon. Ne voidaan pääpiirteissään jakaa taisteluelementteihin.

Miekkailija ei voi käytännöllisesti katsoen olla koskaan täydellinen. Jokaisella miekkailijalla on omat vahvat ja heikot puolensa, mutta miekkailija, joka pystyy tehokkaasti hyödyntämään vastustajan heikkouksia, on aina vahvoilla ottelun voittajaa ratkaistaessa.

Miekkailuottelu voi joskus näyttää kummalliselta, pelkältä tyhjämpäiväiseltä seisoskelulta. Sitä se ei todellisuudessa kuitenkaan ole vaan tällaisessa tapauksessa miekkailijat etsivät ja tunnustelevat toistensa heikkouksia sekä käyvät taistelua myös henkisellä puolella.

Miekkailun taisteluelementit

- 1) TEKNIikka: miekkailutekniikan osaaminen ja käyttö
- 2) TAKTIikka: miekkailuliikkeiden taktinen käyttö
- 3) TEMPO: tempo ja sen valinta
- 4) ETÄISYYs: oikea säätely, liikkuminen alueella
- 5) NOPEUS: liikenopeuden ja -rytmin säätely

Miekkailutekniikka

Miekkailutekniikan perusteet on esitetty aiemmin tässä oppaassa.

Miekkailutaktiikka

Miekkailutaktiikka: miekkailun sielu, kyky tietää mitä tekee, miekkailijan taktinen ongelma (mitä, milloin, miten)

Taktiikka voidaan määritellä kyvyksi tietää mitä tekee.

Taktiikka on miekkailussa vähintään yhtä tärkeässä roolissa kuin tekninen osaaminen, mutta tekniikka ja taktiikka ovat erittäin riippuvaisia toisistaan. Voidakseen onnistuneesti käyttää taktista älyä hyödyksi on osattava tekniikka ja liikkeet. Hyvällä miekkailijalla nämä molemmat osatekijät ovat keskenään sopusoinnussa. Hyvän teknisen osaamisen voi oppia tunnollisella ja pitkäaikaisella harjoittelulla, mutta taktinen näkemys on enemmänkin synnynnäistä, ja se vaatii tiettyä älyllistä lahjakkuutta kehittyäkseen.

Miekkailijan taktisen osaamisen perusta on miekkailussa tarvittava "äly", joka on vaikeasti määriteltävissä. Mutta ehkä sen voisi määritellä jonkinlaisena kykynä osata lukea vastustajan aikomuksia, ja käyttää niitä hyväkseen oman taktiikan laatimisessa.

Miekkailuälyä tarvitaan arvioitaessa vastustajaa, hänen vahvuuksiaan ja heikkouksiaan, ja omien oikeiden ratkaisujen ja nopeiden päätösten tekemisessä. Miekkailuäly on myös henkinen vahvuus miekkailijalle, koska hänellä on tietoa ja varmuutta, miten pitää toimia. Hänen miekkailunsa ei ole pelkkää hyvään onneen perustuvaa kohellusta. Äly on osittain synnynnäistä, mutta huolellisella ja kärsivällisen määrätietoisella harjoittelulla sitä voi jossain määrin kehittää. Se vaatii paitsi liikkeiden hallintaa myös kovaa ottelurutiinia. Miekkailuälykään ei ole mikään takuu hyvälle tuloksille ja menestykselle, mutta sitä voisi luonnehtia tärkeäksi palaseksi vaikeassa palapelissä.

Taktinen ajattelu kilpailutilanteessa

Alueella miekkailijan täytyy osata valppaasti ajatella ja ennakoida tilanteet. Hänen täytyy toimia vastustajansa mukaan, mutta miekkailla kuitenkin "omaa" miekkailuaan. Miekkailuottelussa molempien miekkailijoiden tekemiset ovat aina riippuvaisia toisistaan.



Ottelutauolla voi miettiä taktiikkaa valmentajan kanssa.

Kilpailussa miekkailijan olisi hyvä tarkastella myös muiden kilpailijoiden otteita, varsinkin omassa erässään miekkailevien, omia tulevia otteluita ajatellen. Otteluiden väliset lyhyehköt tauot kannattaa käyttää hyväkseen juuri kansakilpailijoiden tyylien arviointiin ja niiden tietojen avulla oman taktiikan luomiseen. Omia virheitään olisi hyvä analysoida, ja mikä tärkeintä, niistä pitäisi ottaa oppia.

Miekkailijan on tärkeää osata myös kesken ottelun vaihtaa taktiikkaansa, jos se ei toimi, ja vastustaja napsii pistoja.

Miekkailuottelussa kaikki voi loppujen

lopuksi olla todella pienestä kiinni, joten koskaan ei pitäisi luovuttaa, vaikka tilanne näyttäisi kuinka toivottomalta. Pieni taktiikan muutos tai esimerkiksi onnistunut yllätyshyökkäys voi jo murtaa vastustajan keskittymiskyvyn, ja muuttaa ottelun kulun hetkessä totaalisesti.

Ei ole ollenkaan harvinaista, että miekkailija, joka on 0 - 4 tappiolla, nousee vielä voittoon. Edellisen kaltainen tilanne ei saisi olla mitenkään mahdollinen johtaneen miekkailijan osalta, ja se voi kertoa yleensä hänen taktisesta kypsymättömyydestään.

Kuten jo aiemminkin on tullut todettua, miekkailu on varsin monitahoinen laji myös taktisesti. Miekkailuottelussa tilanteet voivat vaihdella nopeasti ja miekkailijan on ajateltava taktisessa mielessä kulloisenkin tilanteen vaatimalla tavalla. Esimerkiksi otettakoon tilanne, jossa miekkailija

johtaa ottelua 4 - 3. Tällöin hänen täytyy olla erityisen valppaana, ja vastustajan aikeita lukemalla tehdä siltä pohjalta omat ratkaisunsa. Ratkaisumahdollisuuksia on monia. Miekkailija voi jatkaa samalla taktiikalla, jos se toiminut hyvin. Hän voi pyrkiä ratkaisemaan ottelun nopealla hyökkäyksellä tai hän voi esimerkiksi odottaa ajan kulumista ja vastustajan virhettä. On myös muistettava, että vastustajallakin on omat aikeensa.

Nykymiekkailun taktinen luonne

Nykyaikainen kalpamiekkailu on liikkuvaa, ja siinä pyritään käyttämään yksinkertaisia ja tehokkaita liikkeitä. Hienoudet ovat jäämässä taka-alalle, mutta määrätietoisen miekkailijan tarkoitus onkin kilpailuissa voittaa eikä viihdyttää.

Tästä tosiasiasta on muodostunut myös taktiikan perusta. Kalpamiekkailun yksinkertaistuminen ei suinkaan merkitse sitä, että teknisen osaamisen merkitys olisi vähentynyt ja siitä olisi tullut yksipuolista ja tylsää. Tekniikan hallinta on edelleen ensiarvoisen tärkeää, mutta ”turhuudet” jätetään nykyään usein taka-alalle. Tehokkaat miekkailuliikkeet täytyy osata suorittaa oikein monella eri tavalla ja vaihtelevissa tilanteissa.



Taktiset valmistelut ja toiminta

Kalpamiekkailussa taktiikan kannalta kaikkein tärkeintä ja oleellisinta on loppujen lopuksi, yksinkertaiselta kuulostavasti, pistää ennen vastustajaa. Miekkailuottelussa, ennen kuin miekkailija pyrkii hyökkäämään, joka on aina peruslähtökohta, hänen on tehtävä valmisteluja. Valmistelutapoja on erilaisia ja niitä voidaan yhdistellä toisiinsa toivottuun lopputulokseen eli pistoon pyrittäessä.

Tempo

Tempo tarkoittaa liikkeen oikea-aikaisuutta. Hyvällä tempo- ja rytmitajulla varustettu miekkailija osaa arvioida vastustajan liikerytmin ja muuttaa omaa liikerytmiään oikea-aikaisesti saadakseen etäisyyden itselleen edulliseksi.

Etäisyys

Etäisyys tarkoittaa kärjen ja osuma-alueen välistä etäisyyttä. Turvallinen etäisyys on sellainen, että vastustaja ei pääse yhden vaiheen hyökkäyksellä (esim. suora syöksy) yltämään miekkailijaan. Tämä etäisyys tulee pitää ottelussa, kunnes miekkailijalle itselleen on edullista lyhentää etäisyyttä.

Nopeus

Toisin kuin aloittelijat usein luulevat, nopeus ei ole miekkailijan tärkein ominaisuus. Nopeudesta voi olla suurestikin hyötyä, mutta tämä edellyttää tempon ja etäisyyden hyvää hahmottamista. Nopeuden hyödyntämisen vaikeus liittyy liikerytmin hallintaan sekä jalkojen ja käden väliseen koordinaatioon. Ilman näitä taitoja miekkailija on vain nopeasti väärässä paikassa väärään aikaan.

LOPPUMIETTEITÄ

Miekkailun oppiminen on hyvin hidasta, se ei ole helppo urheilulaji. Yleensä vasta 1-2 vuoden kuluttua harjoittelun aloittamisesta laji tarjoaa enemmän uusia mielenkiintoisia ulottuvuuksia kuin se "outo alkeisharjoittelu", jonka tarkoitusta on vaikea ymmärtää.



Miekkailun vaikeudet johtuvat liikkeiden "luonnottomuudesta", moninaisuudesta sekä niiden käytöstä vastustajaa vastaan harjoitustilanteissa ja kilpailuissa. Nämä vaikeudet vähenevät alusta lähtien, jos harjoittajalla on luontaista fyysistä joustavuutta ja liikunnallista vaistoa.

Ikä ei ole miekkailussa mikään este. Lajia voi harrastaa juniorista aina myöhään eläkeikään. Harrastelija voi nauttia otteluista pienemminkin fyysisin ponnistuksin kuin kilpamiekkailija. Jos haluaa kohota aivan huipulle, on miekkailu aloitettava nuorena, ja sitä on harrastettava kauan. Parasta aloittamisikää on vaikea sanoa, koska miekkailu on sekä fyysisistä ja henkisistä vaatimuksista johtuen yksilöllinen laji.

Seuramme järjestää miekkailuopetusta aina 5-vuotiaista lähtien. Nuorimmille "zorroille" harjoittelu on hyvin leikkipitoista, yleisliikuntaa ja sosiaalisuutta korostavaa.

Varsinainen miekkailuharjoittelu jakaantuu

- fyysisten valmiuksien hankkimiseen miekkailun kannalta
- lajiharjoitteluun
- psykologiseen harjoitteluun ja teoriaan

Miekkailussa on kysymys taistelusta, joka olisi ymmärrettävä ensimmäisestä hetkestä lähtien. Tekniikka ei ole miekkailussa päämäärä, vaan se on taistelun väline, keino. Menestykseen johtaa vain kova harjoittelu, johon tarvitaan ennen kaikkea pitkäjänteisyyttä. Miekkailussa ei ole salapistoja eikä oikotietä onneen.



Miekkailun oppiminen etenee asteittain. Perusopetus annetaan kursseilla ja sen jälkeenkin vielä kauan opetus ryhmäkohtaista peruskoulutusta ase- ja jalkatyöhön keskittyvää. Jatkokoulutus tapahtuu vähitellen henkilökohtaisemmin, tekniikkaa ja liikkuvuutta monipuolistetaan, toistoja lisätään ja miekkailijan henkilökohtaista taktista ajattelukykyä pyritään kasvattamaan. Erilliset jalkatyö- ja reaktioharjoitteet muodostavat oleellisen osan harjoitteluohjelmassa fyysisten yleisharjoitteiden lisäksi.

Teorian merkitys ja sen jatkuva harjoittaminen miekkailuvalmennuksessa on jo kauan tunnettu huippumiekkailumaissa. Oskari Väänänen, suomalaisen miekkailun uranuurtajia, kirjoitti jo vuonna 1956:

"Miekkailu on urheiluna nykyään kehittynyt niin vaativaksi, että korkeisiin saavutuksiin ei siinä päästä pelkällä fyysisellä harjoittamisella. On perehdyttävä myös perusteellisesti teoriaan ja harjoitettava ajatustaan ja mielikuvitustaan päästäkseen huippumiekkailijoiden valittuun joukkoon."

Kun on vähitellen oppinut miekkailun perusasiat ja soveltanut niitä kilpailuissa, alkaa miekkailijalle vähitellen avautua aivan uusi näkökulma tähän mielenkiintoiseen urheilulajiin. Liikkeiden lukemattomat muuntelumahdollisuudet ja taktiset ajatukset antavat harrastajalleen fyysisen kunnon lisäksi mielihyvää ja henkistä rikkautta.



Britta Heidemann (Saksa) voitti olympiakultaa naisten kalvassa Pekingissä 2008

Hyödyllisiä linkkejä:

Espoon Miekkailijat
www.espoonmiekkailijat.fi

Suomen Miekkailuliitto
www.miekkailu.fi

Kansainvälinen Miekkailuliitto FIE
www.fie.ch

Hyvä kurssilainen,

Toivottavasti tämä alkeisopas on antanut Sinulle hyvän käsityksen kalpamiekkailusta nykyaikaisena urheilulajina. Käytyäsi alkeiskurssin olet tervetullut jatkamaan miekkailemista seurassamme.

Ensimmäiset harjoituskerrat alkeiskurssin jälkeen voivat tuntua vaikeilta, kun kaikki on vielä varsin vierasta. Harjoitukset tulevat kuitenkin tutuiksi nopeasti, minkä jälkeen voi alkaa nauttia enemmän itse miekkailusta.

Tervetuloa seuraamme!

ESPOON MIEKKAILIJAT RY YHTEYSTIEDOT

Miekkailusali:

Tuulimäen urheiluhalli
Itätuulenkuja 9
02100 Espoo (Tapiola)

www.espoonmiekkailijat.fi
seura@espoonmiekkailijat.fi

Toimisto:

Espoon Miekkailijat ry / Kimmo Puranen
Piispankallionpää 4 A
02200 Espoo

puh. 0500 416 826
kimmo.puranen@espoonmiekkailijat.fi