Fechten – Mensur halten oder verändern: Sprung vorwärts/rückwärts

Der Sprung wird ausgeführt, wenn der Fechter schnell die Mensur (Distanz) verändern will. Die beidbeinige Landung erlaubt es dem Fechter sofort nach dem Sprung eine Folgeaktion einzuleiten.

Sprung vorwärts: Gleichzeitiges Abstossen beider Füsse nach vorne (Akzent mit hinterem Bein). Gleichzeitiges Landen auf beiden Füssen in der Fechtstellung.

Sprung rückwärts: Gleichzeitiges Abstossen beider Füsse nach hinten (Akzent mit vorderem Bein). Gleichzeitiges Landen auf beiden Füssen in der Fechtstellung.

Quelle: da Silva Souza, F., Wyrsch, P. (2016). Fechten: Verstehen und unterrichten. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO