



Solo Drill

Ausarbeitung von Anna Wiederänders
EMail: anna.wiederaenders@gmail.com
Discord: physioosteosport

Zielgruppe:

- Fechter:innen aller Niveaus
- Fechter:innen, die sich ohne Kontakt messen wollen
- Menschen, die regelmäßig an ihrer Technik arbeiten und diese präsentieren und bewerten lassen wollen
- Menschen, die sich in einem freundschaftlichen Rahmen in ihren technischen Fähigkeiten und Fertigkeiten messen wollen

Aus dieser Kategorie ausgeschlossen:

- Menschen, die spontan ohne Vorbereitung oder HEMAerfahrung an dieser Kategorie teilnehmen wollen
- Menschen, die Solo Drills nicht ernst nehmen und diese Kategorie lächerlich machen wollen

Modus:

Dieses Regelwerk beinhaltet keine freien Gefechte.

Gruppengröße: 1 Person

Timelimit: 1- 2 Minuten

Waffenspezifikationen: Jede im ÖFHF Regelwerk stehende Waffengattung ist erlaubt.

Ablauf:

Vor und nach der Ausführung des Pflichtteils hat der:die Teilnehmer:in einen formlosen Gruß an die Jury durchzuführen. Während der Bewertungsphase bleibt der:die Teilnehmer:in in der Mitte der Turnierfläche.

- Pflichtteil: Hutelauf der gewählten Quelle und Waffengattung. Die Ausführung hat in einer geraden Linie (Diagonallinie zwischen den Eckpfosten), beginnend in der Mitte, rechte Körperfront die Jury zugewandt, zu erfolgen.
- Hauptteil: ist eine freie Abfolge beliebiger Bewegungen, die ein möglichst weites Spektrum sinnvoller Fechttechniken (Huten, Haue, Stiche, Stücke, Schrittarbeit) beinhalten. Dauer der Ausführung des Hauptteiles 1 - 2 Minuten. Nach Belieben kann zu diesem Teil auch Musik mitgebracht werden.

Bewertung:

- Körperstruktur
- saubere, flüssige Ausführung von Bewegungen/Techniken
- Intensität und Energie (Bewusster Einsatz von Tempo und Dynamik: Dynamikwechsel, Tempowechsel und deren Brüche)
- An- und Abgrüßen

Punkte:

Jede Säule wird mit 1-5 Punkten bewertet. 1 Punkt bedeutet "gar nicht vorhanden" und 5 Punkte "vollständig vorhanden". Die restlichen Punkte sind Auf- bzw. Abstufungen davon. Bei Gleichstand nennt die Jury unterschiedliche Huten, die von den Teilnehmenden durchgeführt werden müssen.

