

ÇOCUĞU ESKRİM YAPAN VELİLER İÇİN

— ESKRİM KILAVUZU —

Bu kılavuz T. Alparslan BABAOĞLU tarafından hazırlanmıştır.



ÇOCUĞU ESKRİM YAPAN VELİLER İÇİN ESKRİM KILAVUZU 2009



www.fencing.net tarafından hazırlanan

“A PARENT’S GUIDE TO FENCING 2007”

ve

ABD Eskrim Federasyonu Veli Komitesi Eşbaşkanları
Catherine MARCHAND ve Linda MERRITT
tarafından hazırlanan

“PARENT GUIDE TO FENCING”

isimli dokümanlardan yararlanılarak

ÇOCUKLARI ESKRİM YAPAN
TÜRK ANNE BABALAR

için

T.Alparslan BABAOĞLU
tarafından hazırlanmıştır.

2009

Bu kılavuz, www.fencing.net tarafından hazırlanan “A PARENT GUIDE TO FENCING 2007” ve ABD Eskrim Federasyonu Veli Komitesi Eşbaşkanları, Catherine MARCHAND ve Linda MERRITT tarafından hazırlanan PARENT GUIDE TO FENCING isimli dokümanlardan yararlanılarak T.Alparslan BABAOĞLU tarafından hazırlanmıştır. Doküman hazırlanırken doğrudan tercümelerden mümkün olduğunca uzak durulmuş ve Türkiye’den örnekler verilmeye çalışılmıştır.

Bu kılavuzun hazırlanma amacı, çocuğuna eskrim yaptırmak isteyen ya da eskrim yaptırmaya yeni başlayan, bu spora gönül vermiş ancak eskrim hakkında fazla bilgisi olmayan velilerin adaptasyon sürecini kısaltmak, onların bilmesi gerekenleri mümkün olduğunca anlaşılabilir olarak onlara sunmaktır.

Genel çerçevesi sabit kalacak olmakla birlikte bu kılavuz yeni bilgilerle sürekli güncellenecektir. Bu kılavuzdaki bilgiler, tavsiye niteliğinde olup burada anlatılanların uygulanmasından dolayı ne Catherine MARCHAND ve Linda MERRITT, ne de T.Alparslan BABAOĞLU sorumlu tutulamaz

TDK Büyük Sözlük

/Eskrim/, Fr. Escrime, isim

Dürtücü kılıç, kesici kılıç ve delici kılıç adı verilen silahlarla yapılan spor, kılıç oyunu:

§ “... kılıç kullanmaktaki o çapkınlık bir nişancıyı, bir eskrimciyi hayran etmemek ve bunlar tarafından dahi mesela o yolda intikad olunmamak nasıl kabil olur?”

-Ahmet Midhat Efendi, Mesail-i Muğlaka, 412.

§ “Eskrim kılıçları, tenis raketleri, golf takımları vardı.”

-Ruşen Eşref Ünaydın, Hatıralar I, 43.

Niçin eskrim ?

Bu kılavuzu okuduğunuza göre bu eşsiz faaliyetle ilgileniyorsunuz demektir. Bu sporun ilginizi çekmesini sağlayan belki karizmatik silahları, diğer spor dallarından çok farklı giysileri ya da sporun bir parçası olan ayırdedici stratejileridir kim bilir ?

Sizi bu sporla ilgilenmeye iten sebep ne olursa olsun eskrim hakkında öğrendiğiniz her yeni şey sizi bu sporun içine biraz daha çekecektir.

Koordinasyon, çeviklik ve kendine güven duygusu, eskrimin bu sporu yapanlardan beklentilerinin sadece birkaçıdır. Bir eskrimcinin, sadece fiziksel olarak hızlı olması yetmez aynı zamanda zihinsel olarak da hızlı olması yani hızlı düşünmesi bir zorunluluktur. Eskrim sporunun yoğunluğu ve sporcunun sahip olması gereken meziyetler, eskrimin zorlu tarihinin bir sonucudur. Eskrim savaştan spora dönüşürken her ne kadar sahip olunması gereken yetenekler artık bir ölüm kalım meselesi olmaktan çıkmışsa da eskrimi heyecanlı bir aktivite yapmaya devam etmektedir.

Başarılı bir eskrimci, birkaç saniye içinde güçlü ataklar yapabilmeli ya da savunmada zarif ve kurnaz olabilmelidir. Kas gücü sizi eskrimde bir noktaya getirebilir ama zeka vazgeçilmezdir. İyi bir eskrimci zeki olmalı ve tereddütsüz konsantrasyonu ile önceden hesaplanmış hamleleri hayal ve icra edebilmelidir.

Fair play ruhu ve şeref, eskrimin vazgeçilmez unsurlarıdır. İki eskrimcinin müsabakası sırasında en üst düzeyde nezaket ve anlayış gözlenir. Eskrim bir spor olduğu kadar bir davranış ve yaşam biçimidir ve bu sporu yapanlar onun hayatlarını son derece etkilediğini söylerler.

Fiziksel olarak talep eden, zihinsel olarak meydan okuyan, karakter geliştiren bir spor ve karizmatik silahlar, birisi daha başka ne isteyebilir ki ?!

Eskrim çocuğuma ne kazandıracak ?

Eskrimin genel yararları normal olarak diğer sporların yararlarıyla örtüşmektedir.

- ☐ Öncelikle çocuğunuz faaldir, birşeyler yapar ve TV ya da bilgisayar karşısında pasif bir alıcı olarak oturmaktan kurtulur.
- ☐ Eskrim çocuğunuzu formda tutar – epeyce bir hareket etmeden “kılıç savaşı” yapamazsınız !
- ☐ Eskrim çocuklara dikkatli olmayı öğretir ve onların karar verme yeteneklerini geliştirir.
- ☐ Eskrim insanın el / göz koordinasyonunun sağlanmasında en önemli araçtır. Savaş pilotlarının hepsi eskrim eğitimi alırlar.

- Eskrim, takım müsabakaları da yapılmasına rağmen özünde bireysel bir spor olduğundan, sporcu başarı ya da başarısızlığından kendisi sorumludur ve bu da sorumluluk sahibi bir birey olmada önemli bir derstir.
- Çocuğunuzun muhtemel saldırganlık dürtüleri için emniyetli ve kontrollü bir ortamda çıkış sağlar.
- Son olarak eskrim, özgeçmişini hazırlarken çocuğunuza başkalarının özgeçmişinde yazan şeylerden farklı birşeyler yazma imkanını sağlar..

Eskrim: Seçim yapacak çok tat var !

Eskrim bir şekilde asırlardan beri varolan ve aslında 1896 yılında başlayan modern olimpiyat oyunlarının başından beri her olimpiyat oyununda yer alan dört spordan birisidir. Eskrim bir ölüm kalım mücadelesi olmaktan yavaş yavaş uzaklaştıkça sanat olarak ve spor olarak eskrim gibi farklı alanlarda kullanılmaya başlanmıştır.

Genel olarak eskrim üç ana kategoriye ayrılabilir :

- İçinde spor ve yarışma unsurlarını barındıran ve genel olarak “Olimpik Eskrim” olarak bilinen ve eskrimin en yaygın şekli olan müsabaka eskrimi,
- Teorik bir düelloyu canlandırmak ve bu amaçla eğitilmek anlamında bir dövüş sanatı olarak eskrim. Bu kategoride özellikle 19. yy eğitim teknikleri gözönüne alındığında aralarında önemli farklılıklar bulunan klasik ve tarihi eskrim bulunmaktadır. Bu iki türde de spor bileşeni bulunmamaktadır (ya da hemen hemen bulunmamaktadır) ancak birbirleriyle ve müsabaka eskrimiyle aynı tarihi kaynağa sahiptirler.
- Son olarak sahne eskrimi olarak genellenebilecek olan ve diğerleriyle tarih yanında çok az ortak yön bulunan teatral eskrim. Bu eskrim türünde dramatik etkiyi ve görsel anlaşılabilirliği artırmak amacıyla aksiyonların koreografisinde abartı vardır.

Müsabaka Eskriminin Türleri

Müsabaka eskrimi kategorisi altına başta olimpiyat eskrim ve bir fiziksel engelli faaliyeti olan tekerlekli sandalye eskrimi olmak üzere birçok faaliyet girer. Ülkemizde yapılan eskrim olimpiyat eskrim şemsiyesi altına girdiğinden bu kılavuz olimpiyat eskrim üzerine bilgiler içermektedir.

Olimpik eskrim (ya da kısaca” eskrim”) olimpiyat oyunları başta olmak üzere birçok spor müsabakasında görülen eskrimdir. Bir elektronik donanım yardımıyla ve uluslararası yarışmaları düzenleyen kuruluş olan Uluslararası Eskrim Federasyonu FIE’nin (Fédération Internationale d’Escrime) koyduğu kurallar çerçevesinde oynanır. Mevcut kurallar bir miktar 18. ve 19 yy. Avrupası’nda oluşturulan konvansiyonlara dayanmakta olup eskrimin centilmenlik çerçevesinde yapılan bir dövüş sanatı olmasına imkan tanımaktadır. Olimpik

eskimde kullanılan silahlar, flöre, epe ve kılıçtır (silahlar konusuna daha sonra geniş olarak değinilecektir).

Tekerlekli sandalye eskrimi ilk kez 1960 yılında Roma’da yapılan Paralimpik



Olimpiyatları’nda oynanmış olup bugün için 24 ülke tekerlekli sandalye eskriminin farklı disiplinlerinde mücadele etmektedir. Seyredenler açısından tekerlekli sandalye eskriminin en çarpıcı yönü, sporcuların zemine sıkıca tespit edilmiş tekerlekli sandalyeler üzerinde eskrim yapıyor olmalarıdır. Öte yandan bu sandalyeler, sporcuların vücutlarının üst yarısının hareketlerinde tam bir özgürlük sağlamak ve müsabakanın engelsiz sporcuların eskrim müsabakaları gibi cereyan etmesine imkan tanımaktadır. Ampüte, omurilik rahatsızlığı geçirmiş ya da felçli erkek ve bayanlar flöre ve epe silahlarıyla, sadece erkekler kılıç silahıyla yarışabilmektedirler. Bu faaliyetlerin resmi organizasyonu Uluslararası Tekerlekli

Sandalye ve Ampüte Sporları Federasyonu IWAS (the International Wheelchair and Amputee Sports Federation) tarafından yapılmaktadır.

Eskrim emniyetli bir spor mudur? (Kılıç dövüşünden bahsediyoruz !)

Eskrim, müsabaka yapabileceğiniz en emniyetli sporlardan biridir. En yaygın eskrim sakatlıkları diğer sporlarda ortaya çıkan sakatlıklarla birebir örtüşmekte, sakatlıkların yarısını burkulma ve incinme oluşturmaktadır.

Bu konuda sigorta şirketleri de böyle düşünmektedir !

Eskrim yapan sporcuların sağlık sigorta primlerinin basketbol ya da voleybol oynayan sporcuların primlerinden daha az olduğunu öğrenmek herhalde içinizi rahatlatacaktır.

Neyin üstünlüğü ? Bazı önemli terimler . . .

Bütün sporlarda olduğu gibi malzemeyi ve hareketleri anlatabilmek için eskrimin de kendine has bir terminolojisi vardır. Eskrim camiasında sık kullanılanlardan bir bölümünün açıklamaları aşağıda verilmektedir :

Angajman Eskrimcilerin silahlarının birbirine temas etmesi.(Fr. *engagement*)

Angard Eskrime başlamadan önce alınan duruş pozisyonu (Fr. *en garde*).

Apare Zamanı ve tuşları gösteren, eskrimcilerin kordonlarla bağlı oldukları elektrikli düzenek.(Fr.*appareil*)

Atak	Bir eskrimcinin tuş alabilmek amacıyla yaptığı saldırı hareketleri. Flöre ve kılıçta atağa önce başlayan “atak üstünlüğünü” kazanır. Düzgün bir atak (müsabakayı yöneten hakemin onaylayacağı) yapabilmek için atağa çıkan eskrimcinin kolunun gergin, silahının ucunun rakibin hedef bölgesini kesintisiz tehdit etmesi gereklidir. (<i>Fr.attaque</i>)
Balestra	Genellikle atağa çıkmadan önce yapılan ve ardından bir ileri hamle gelen öne doğru kısa sıçrama hareketi. (<i>İt.balestra</i>)
Bate	Atak başlatmak ya da rakibi tahrik etmek amacıyla rakibin silahına yapılan hızlı vurma hareketi. (<i>Fr.battement</i>)
Degaje	Rakibin silahı almasına engel olmak amacıyla yapılan silahı kaçırma hareketi. (<i>Fr.dégagé</i>)
Duble	Rakibin silahının çevresinde tam bir daire çizerek yapılan ve ters hatta tamamlanan atak ya da ripost. (<i>Fr.coup double</i>)
Epe	Düello silahının günümüzdeki şekli ve adı. Eskrim silahları içinde en ağır olanıdır. (<i>Fr.epée</i>)
Feint	Rakip eskrimcinin savunmaya yönelik bir reaksiyon göstermesini sağlamak ve ardından gerçek bir atak fırsatı yaratabilmek için yapılan sahte atak. (<i>İng.feint</i>)
FIE	Federation Internationale d'Escrime. Uluslararası Eskrim Federasyonu.
Flaş	Patlayıcı, koşarak atak (sadece flöre ve epe). (<i>Fr.flèche</i>)
Flöre	Saray silahının günümüzdeki adı ve şekli. Dikdörtgen bir kesite ve küçük bir tasa sahiptir. Geçmişte düellolar için antrenman yaparken kullanılan silahtır. (<i>Fr.fleuret</i>)
Fos atak	Sonuca ulaşmak amacıyla değil rakibin belli bir tepki vermesini sağlamak amacıyla yapılan atak. (<i>Fr.fausse attaque</i>)
Gergin Kol	Genellikle atak mesafesi dışında olan bir eskrimcinin kolunu tam gererek rakibin hedef bölgesini tehdit etmesi durumudur. Gergin kolda olan eskrimci, atak üstünlüğüne sahiptir ve rakibine silahını çeldirmeden yapacağı her tuş bu durumda olan eskrimciye sayı kazandıracaktır.

Hamle	Eskrimcinin arka bacağından güç alarak rakibine doğru yaptığı uzanma hareketi.
İkinci intensiyon	Bir eskrimcinin, rakibini atağa çıktığına ikna ederek onun gerçek bir tepki vermesini sağlamak amacıyla yaptığı taktik amaçlı hareket.
İleri	Rakibe doğru bir adım atmak.(Fr.marche)
İnvitasyon	Rakibin atak yapmasını sağlamak amacıyla kasıtlı olarak bir bölgenin savunmasız bırakılması.(Fr.Invitation)
Kabze	Silahın tutulan bölümü. Flöre ve epede ortopedik kabze ve Fransız kabze olmak üzere 2 farklı çeşidi vardır. Eskrime yeni başlayanlar, genellikle silahı tutmasını öğrenene kadar Fransız kabze ile çalışıp daha sonra silaha hakimiyete yardımcı olan ortopedik kabze kullanmaya başlarlar.
Kılıç	Üç eskrim silahından biridir. V ya da Y şeklinde bir kesite sahip namlusu olan hafif ve hızlı bir silahtır. Epe ve flörenin aksine hem dürtme hem de kesme silahıdır.
Komba	İki eskrimci arasındaki dostça mücadele.(Fr.combat)
Kontr degaje	Kontr paradı boşa çıkarmak amacıyla ters yönde yapılan degaje.(Fr.contre dégagement)
Kontr parad	Atağın tersi yönde alınan parad.(Fr.contre parade)
Kontr ripost	Rakibin ripostunu paradla savuşturduktan sonra yapılan ripost.(Fr.contre riposte)
Kupe	Silahın rakibin silahının ucunun etrafından dolaştırılması suretiyle yapılan atak.(Fr.coupé)
Korakor	Göğüs göğüse. Müsabaka sırasında iki eskrimcinin vücutlarının fiziksel olarak temas etmesi.(Fr.corps à corps)
Lam	Bkz. Namlu (Fr.lame)
Lame	Flöre ve kılıçta geçerli tuşları belirlemek için giyilen iletken (metalik) ceket.(Fr.lamé)

Makaron	Elektrikli düzeneğin parçası olan ve silahın ucundaki puandareden gelen teli tasın içine çıktıktan sonra izole eden plastik kablo kılıfı.
Malpare	Rakibin atağının sonuçlanmasını engellemekte başarısız olan parad.(Fr.mal paré)
Namlu	Silahın tastan uca uzanan gövdesi.
Parad	Rakip eskrimcinin namlusunun savunma amacıyla bloke edilmesi.(Fr.parade)
Pist	Üzerinde müsabakanın oynandığı, 14 m boyunda, 1,5-2 m genişliğinde iletken düzene. Genişliği düelloların gerçekleştiği şatoların koridor genişliğinden alınmıştır. Üzerinde başlama ve son metre çizgileri bulunur. Kendi savunma bölgesindeki son metre çizgisini iki ayağıyla birden geçen eskrimci 1 ceza puanıyla cezalandırılır. Pisti yandan terk etmek aksiyonun durmasına sebep olur ve pisti terkeden eskrimci, terkettiği noktadan 1 m geride yeniden başlama cezasıyla cezalandırılır. Her tuştan sonra eskrimciler birbirlerinden 4 m uzaklıktaki başlama çizgilerinden yeniden başlarlar. Piste yapılan tuşların ayırtedilerek oyunu durdurulmaması için pist bir noktasından sistemin topağına irtibatlandırılır.
Plake	Silahın ucuyla yapan ancak hedefe paralel ulaşan atak. Flörede puandarenin elektrikli ceket üzerinden silahın namlusuna kısa devre olmasına sebep olur.(Fr.coup plaqué)
Plastron	Silahlı taşıyan kol tarafına koruma amacıyla giyilen yarım yelek. En çok dürtülen bölgeyi koruma amacıyla giyilir. İlave koruma amacıyla plastronun dikişleri, altına giyildiği ceketin dikişleri ile üstüste gelmeyecek şekilde yapılmıştır.(Fr.plastron)
Preparasyon	Atak üstünlüğü elde edilmeden önceki atağın hazırlık aşaması.(Fr.préparation)
Prizdöfer	Rakibin silahını başka bir hatta yönelmeye zorlayan angajman.(Fr.prise de fer)
Puandare	Flöre ve epenin ucuna vidalanan ve tuşların kaydedilmesine yarayan yaylı elektromekanik düzene (Fr. Point d'arrêt).
Redubleman	Paradla savuşturulan ya da boşa çıkan bir atağı takip eden aksiyon. Röpriz. (Fr.redoublement)

Remiz	Rakibin ilk paradından sonra hemen yapılan atak .(<i>Fr.remise</i>)
Röpriz	Paradla savuşturulan ya da boşa çıkan bir atağın ardından yeniden angarda dönüp yinelenen atak. Redoubleman.(<i>Fr.reprise</i>)
Ripost	Savunmada olan eskrimcinin, rakibinin atağını bir parad ile savuşturduktan sonra gerçekleştirdiği atak.(<i>Fr.riposte</i>)
Sakal	Eskrim maskesinin boynu koruyan kumaş kısmı.
Tas	Silahın namlu ile kabze arasında eli koruyan parçası.
Toplanma	Hamleden sonra angard pozisyonuna geri dönme.
Yastık	Tasa yaslanan elin rahatsız olmamasını sağlayan, aynı zamanda flöre ya da epenin tuşları kaydetmeye yarayan elektrikli düzeneğinin parçası olan telin zarar görmemesine de yarayan silahın tasının içine yerleştirilen yuvarlak malzeme.

Üç Silah . . .

Flöre...epe...kılıç, aralarında ne fark var ?



Her silahın kendine has bir karakteri ve buna bağlı olarak bir hızı vardır. Mesela kılıç en hızlı ve agresif, epe daha yavaş ve sabırlı, flöre ise bu ikisinin arasında hem saldırgan hem de sabırlı karaktere sahip sporcuların tercih ettikleri bir silahtır. Eğer çocuğunuz bu sporu yapmaya karar verirse, silahların farklı doğalarını, karakterlerini, nasıl kullanıldıklarını, bir eskrimcinin bir silahla nasıl kazandığını anlamanız yerinde olacaktır.

Rekreasyon amacıyla eskrim yapanlar tüm silahları kullansalar da olimpik eskrim yapan sporcular genellikle tek bir silahla yarışır.

Flöre – Saray Silahı



Bugünkü eskrimciler tarafından kullanılan flöre, asillerin düelloya hazırlanmak amacıyla kullandıkları orijinal antrenman silahının çağdaş türüdür. Flöre, hız ve beceriye dayalı antrenmanların başlamasıyla birlikte eğitim amaçlı eskrim yapmak üzere geliştirilmiştir. Bu

tür antrenmanlar popüler olmaya başlayınca flöre şekil değiştirerek daha uzun ve hafif bir silaha dönüştürülmüş, silahın uzatılan boyu, rakibi hızlı fakat kontrollu hamlelerle erişilebilen bir mesafede tutarak silahın ucuyla rakibe saldırmayı ön plana çıkarmış ve geleneksel dövüş tekniklerinin değişmesine sebep olmuştur. XIV. Lui ile birlikte moda değişmiş (anlaşıldığı kadarıyla uzun silah, dönemin ipek giysi ve çoraplarına zarar veriyordu) ve silahın boyu biraz kısaltılarak daha hafif ve kuvvetli, eskrim için mükemmel bir silah olan ve hem saldırı hem de savunma amacıyla kullanılmaya elverişli ve bugün saray kılıcı adıyla bilinen silah ortaya çıkmıştır. Bunun sonucu olarak da vücudun, kullanılmayan silahsız kol ve elinin denge unsuru olarak kullanıldığı tek kola dayalı çağdaş eskrim gelişmiştir.

Flöre ile tuş almak için eskrimci flöresinin namlusunun ucunu rakibinin geçerli hedef (Vücudun baş, kollar ve bacaklar hariç omuzlar, göğüs, karın, kasıklar ve sırtını içine alan gövde bölümü) bölgesine 500 gr.dan daha büyük bir kuvvetle ve 13-15 ms'lik bir süre boyunca dürtmek zorundadır. Gövde dışında kalan bölgeler yani kollar, bacaklar ve baş geçersiz bölgedir ve buraya yapılan tuşlar sayı kazandırmamakla birlikte geçici bir süre için oyunun durmasına sebep olur. Geçerli ve geçersiz bölge kavramları, 18. yy eskrim ustalarının öğrencilerine sadece ölümcül bölgelere (yani gövdeye) atak yapmayı öğretmek için geliştirdikleri antrenman tekniklerinden doğmuştur. Her ne kadar baş da hayati bir bölge ise de yüze yapılan ataklar centilmenlik dışı ve kaba bulunduğundan engellenmeye çalışılmıştır. (Unutmayın ki eskrimciler bu sporu bir şövalye geleneği olarak tanımlamaktadırlar).

Flöre bir antrenman kılıcı olduğundan kuralların düellonun kurallarını yansıtmaları önem taşımaktadır. Eskrime yeni başlayanlar için kavraması en zor kavram atak üstünlüğüdür. Temel olarak atak üstünlüğü kuralı, iki eskrimcinin geçerli bölgeye birlikte tuş yapmaları durumunda sayıyı atağa önce çıkan eskrimcinin kazanacağını, atağa çıkmakta geciken eskrimcinin normal olarak savunmada kalması gerektiğini söyler.

Öte yandan, eğer rakibine doğru ilerleyen bir flöreci tereddüt ederse atak üstünlüğünün rakibine geçmesine sebep olur. Tereddüt eden bir flöreciye karşı kaydedilen bir tuş duruma göre “preparasyona atak” ya da “stop hit” olarak değerlendirilir. Bazı flöreciler hala parad ve ripost’a dayalı klasik teknikleri kullansalar da flöre namlusunun esnek yapısı, çağdaş flörecilerin rakiplerine imkansız zannedilen açılardan atak yapmalarına imkan tanımaktadır.

Flöreciler pist boyunca rakiplerinin üzerine giderek flörelerinin ucunu rakiplerinin sırtına ya da yan karın bölgesine esnetmek suretiyle “marching” ataklar icra edebilirler. Bu atakları paradla savuşturmak çok zor olduğu için modern flöre eskrimi, ardarda aldatmalar ve yavaş yavaş olgunlaşan ani patlayan ataklardan oluşan karmaşık ancak seyri çok zevkli bir oyuna dönüşmüştür.

Epe – Herşey (Hemen hemen) serbest . . .



Eğitim amacıyla saray silahının özel bir türevi olan flöre geliştirilirken bir yandan da başka bir silah, “colishemarde” düellolarda kullanılmak

üzere geliştirildi. Bu silahın namlusu üçgen kesitliydi ve dayanıklılıktan taviz vermeden ağırlığı azaltmak için kenarları konkavlaştırılmış, ayrıca kanın boşalabilmesi (!) ve kılıcın gövdeden daha kolay çıkartılabilmesi (!) için namlunun tase yakın kısmında bir yiv açılmıştı. Böylece “colichemarde” modern epeye dönüşmüş oldu.

Epe kuralları oluşturulurken ana fikir, ilk kanı akıtan kazanır amaçlı gerçek bir düelloda olabilecek durumları aynen korumak olmuştur. Buna göre epede tüm vücut geçerli hedef bölgesidir ve atak üstünlüğü kuralı yoktur. Yani (neredeyse) herşey serbesttir. Epeciler rakiplerinden önce dürtüş yaparak sayı kazanırlar. Eğer iki epeci saniyenin 1/25'i kadar bir zaman dilimi içinde karşılıklı tuş yaparlarsa her iki epeci de birer sayı kazanır.

Atak üstünlüğünün olmaması, tüm vücudun hedef olmasıyla birleşince epe oyunu tam bir strateji ve sabır oyununa dönüşmüştür – vahşi, ihtiyatsız ataklar kararlı karşı ataklarla hemen cezalandırılır. Bu nedenle sürekli atak yapmak yerine epeciler rakiplerinin savunmalarını yoklayarak ve bir atağı riske etmeden önce uygun mesafeyi kollayarak ya da sürekli savunmada kalarak dakikalar harcayabilirler. Bir epe seyircisi olarak sizin de sabırlı olmaya ihtiyacınız olacaktır. . .

Kılıç – Hızlı olmak gerek . . .



Kılıç, kesici süvari silahının modern bir türüdür ve Avrupa'ya 18.yy sonlarında Macar süvarileri tarafından kullanılan Türk palasının bir çeşidi olarak girmiştir. Zamanında çok popüler (ve çok etkin) olmuş ve kısa zamanda birçok Avrupa ordusu tarafından kullanılmaya başlanmıştır.

Aslında 18. yy'da ve 19.yy'ın başlarında tüm orduların süvarileri kılıç eskrimi ve dövüşü yapıyorlardı. Başlangıçta ağır ve kıvrık olmasına rağmen bugünün kılıcı son derece hafif ve düzdür. At üzerindeki bir süvariye benzetmek amacıyla hedef bölgesi eller hariç belin üzerindeki her yer olarak tanımlanmıştır (centilmenler düelloda atlara zarar vermezler !). Buna ilave olarak kılıçta da çok küçük değişikliklerle birlikte flöredeki gibi atak üstünlüğü kuralı vardır. Flöredeki gibi atağa önce çıkan eskrimci, tuşların beraberliği durumunda üstünlüğe sahiptir. Ancak kılıç hakemleri, atağa çıkan eskrimcinin en ufak bir tereddütü karşısında son derece acımasızdır. Bir kılıççının böyle bir tereddüt sırasında rakibinin koluna bir “stop cut” yaparak atak üstünlüğünü ve tuşu kazandığını görmek sıradan bir olaydır.

Kılıcı diğer silahlardan ayıran bir başka önemli fark ise silahın ucuyla yapabildiğiniz gibi kenarıyla da rakibin hedef bölgesine dokunmanız durumunda sayı kazanabiliyor olmanızdır.

Kılıç kıyafetinin üzerine belden yukarısını tamamen örten bir elektrikli ceket giyilir. Kılıçta baş da geçerli bir hedef bölgesi olduğundan kılıç maskesi de iletken malzemeden yapılmıştır ve kılıççılar tarafından “kafa kordonu” tabir edilen bir kordonla elektrikli yelege irtibatlandırılır. Kılıcın flöreden en önemli farklarından birisi de kılıçta geçersiz bölgeye

yapılan tuşlar apare tarafından algılanmaz dolayısıyla oyunun durmasına sebep olmazlar. Kılıç, tuşları göstermek için kablosuz bir düzenek kullanmaya başlayan ilk silahtır.

Eğer epe, sabır ve savunma stratejisi silahıysa kılıç onun tam tersidir. Kılıçta atak üstünlüğü kuralı kılıççıları önce atağa çıkmaya zorlar ve kılıcın rakibin elektrikli ceketini hafif bir sıyırması atak yapan eskrimciye puan kazandırır. Bunların doğal bir sonucu olarak kılıç hızlı, saldırgan bir oyundur ve hakemin başla komutuyla birlikte iki kılıççı birbirlerine doğru ilerlemeye başlarlar. Yetenekli bir rakibin atağını savuşturmak neredeyse imkansız olduğundan kılıççılar çok seyrek olarak savunmada kalırlar. Ancak mecbur kaldıklarında zafer ya da yenilginin çok küçük marjlarla belirlendiği seyir zevki yüksek taktik kombinasyonlar ortaya koymaktan da geri durmazlar.



Başlamak: Bir kulüp ve antrenör bulmak . . .

Eğer hala eskrimе başlamamış ve bir kulüp ve antrenör bulamamışsanız yapacağınız en doğru hareket, bulunduğunuz ilin eskrim il temsilcisine ulaşmak ve ilinizdeki eskrim faaliyetleri hakkında ondan bilgi almak olacaktır.

Eskrim il temsilcinizin ismini ve telefon numarasını Türkiye Eskrim Federasyonu'nun (TEF) web sayfasında öğrenebilirsiniz. Yardımcı olması amacıyla bu sayfanın bağlantı adresi aşağıda verilmektedir :

<http://www.eskrim.org.tr>

İllerdeki eskrim antrenörleri çoğunlukla aynı zamanda beden eğitimi öğretmeni olduklarından görevli oldukları okullarda eskrim branşı açmakta ve okullarında da sporcu yetiştirmektedirler. Bu nedenle eğer çocuğunuzun eskrimi ciddi olarak sürdürmesini ve okul faaliyetleri ile spor faaliyetlerinin koordineli yürümesini istiyorsanız çocuğunuzu eskrim faaliyeti olan okullardan birisine kaydettirebilirsiniz. İlinizdeki hangi okullarda eskrim faaliyeti olduğu bilgisini de yine eskrim il temsilciniz vasıtasıyla öğrenebilirsiniz.

İlinizde birden fazla eskrim kulübü ve antrenör varsa doğru silahı ve antrenörü seçmek gibi bir problemle karşı karşıyasınız demektir.

Çocuğunuzla en iyi iletişimi kurabilecek olan antrenörü bulmak çok önemlidir. Bir antrenör, iyi antrenman alışkanlıklarına sahip olmalı, centilmenlikte örnek olmalı ve pist üzerinde ve dışında iyi davranışlar sergilenmesini beklemelidir. Siz ve çocuğunuz, antrenörü ile sorunlar ve hedefler gibi konular hakkında rahatça konuşabilmelisiniz. Çocuğunuzun, antrenörünün eğitim tarzı konusunda gerçekten rahat olduğundan emin olun. Çocuklar farklı tarzlara farklı tepkiler gösterirler. Bir çocuk için işe yarayan bir yöntem bir diğeri için hatta aynı aileden ikinci bir çocuk için işe yaramayabilir. Çocuğunuzun pist üzerinde başarıya giden yolda **ASLA** sözlü, duygusal ya da fiziksel şiddete maruz kalmasına izin vermeyin.

Çocuğunuzun bir antrenöre emanet etmeden önce bir antrenmanı izleyin. Antrenör sabırlı mı ?, güvenliğe yeterince riayet ediyor mu ? Antrenman yapan çocuklar eğleniyor gibi gözüküyorlar mı ?

Diğer çocukların ebeveynleriyle konuşun. Çocuklarının eğlendiğini ve birşeyler öğrendiğini söylüyorlar mı ? Antrenör ailelere çocuklarının durumuyla ilgili düzenli geri bildirimlerde bulunuyor mu ?

Herşeyden önemlisi, kişilik olarak çocuğunuz antrenörüyle uyuşabilecek mi ? En mükemmel antrenörü bulmuş olabilirsiniz ancak kişilikler uyuşmadığı takdirde emekleriniz boşa gidecektir.

İyi bir antrenör, genellikle “ebeveynlik süreci”nin uzantısı gibidir ve çocuğunuz üzerinde derin etkisi vardır. Antrenörün bu etkiyi sağlayabilmesi için onunla yeteri kadar rahat olmanız ve iyi iletişim kurmanız gerekir.

Sporcu ve antrenörü arasındaki ilişki çok güçlü olabilir ancak antrenör, sadece eskrim sözkonusu olduğunda son sözü söyleme hakkına sahiptir. Sıra ebeveynliğe gelince son sözü her zaman anne baba söyler.

Kişiliklerin değişiklik gösterdiği gibi öğretme teknikleri de değişiklik gösterir. Bu nedenle eğer antrenör seçme şansınız varsa, antrenörün kendine has yöntemleri konusunda hem çocuğunuzun hem de sizin rahat olacağınız ve çocuklarla iletişimi güçlü olan bir antrenörle

başlamanız en doğrusudur. Çocuğunuz derslerde çok rahat olabilir ancak bir müsabakanın sıcak atmosferi içerisinde hassas olan bir ilişki kolaylıkla kopabilir.

Çocuğunuzu önce grup dersleriyle başlatın. Grup dersleri, çocuğunuzun temel şeyleri eğlenceli ve baskısız bir ortamda öğrenmesini sağlar. Özel ders aldirmeden önce çocuğunuzun eskrimi uzun yıllar içinde sürdürmek istediğinden emin olun.

Bölgenizdeki tüm eskrim fırsatlarına karşı açık olun.

Eskrimin maliyeti kabul edilebilir düzeyde tutulabilir. Burs v.s. gibi mali kaynak yaratmaya çalışmayın. Eskrim, felsefesini anlayanlar için getirisi diğerlerinden farklı bir yatırımdır.

Temel beceriler ve malzeme . . .

Davranış : Eskrim sık sık kralların sporu, centilmen sporu olarak tarif edilir. Bu sadece eskrimin tarihi ve eskrim yapanların asaletinden değil eskrimin asırlarca bağlılık, saygı ve uygar davranış unsurlarıyla birarada bulunmuş olmasından kaynaklanmaktadır. Pist üzerinde ve dışında nezaket, eskrimin ayrılmaz bir parçasıdır. Kabalık bir eskrimcinin siyah kart görerek bir turnuvadan ihraç edilmesine sebep olabilir.

Sabır : Bu çocuklardan daha fazla sizin (ebeveyn olarak) sahip olmanız gereken bir özelliktir ! Eskrim kapalı bir spordur ve bize topu fırlatmak ya da topa vurmaya kadar doğal gelmeyen birçok temel tekniğin öğrenilmesini gerektirdiğinden büyük bir öğrenme eğrisi vardır. Öğrenme sürecinde sabırlı olmayı öğrenmeniz gerekmektedir !

Temel malzeme : İyi davranışlar sergilemek ve sabırlı olmanın yanısıra bir eskrimcinin eskrim yapabilmesi için birçok şeye daha ihtiyacı vardır. Tüm spor dallarında olduğu gibi, eskrim yapabilmek için de özel giysiler gerekmektedir. Çocuğunuz eskrimle ciddi olarak ilgilendiğini belli edene kadar ona giysi almayıp kulüpte bulunan giysilerle idare etmesini sağlayın. Ancak bir başkasının kullandığı ve bıraktığı bir maske ve eldiveni kullanmak hijyenik olmayacağından bir maske ve eldiven en doğru başlangıç malzemeleridir. Doğum günleri, başarılı karneler ve özel günler, çocuğunuzun eksik malzemelerini tamamlamak için en uygun zamanlardır.

Temel Beceriler . . .

Eskrim, bir sporcunun güç, kardiyovasküler dayanıklılık ve zihinsel beceri gibi özelliklerinin gelişmiş olmasını gerektiren çok yönlü bir disiplindir. Bu özellikler de üç zorunlu eskrim becerisinin birarada kullanılmasıyla edinilebilir :

□ **Kol Çalışması** : Bu belki de sayılan üç özellik içinde ustalaşması en zor olanıdır. Kol çalışması, yetenekli bir eskrimciye rakibini aldatma ve rakibinin savunma çabalarına karşılık hedefine ulaşma becerisini kazandırır. Eskrimci, ardarda hassas paralar alacak ve rakibinin

silahına bateler yapacak kadar güçlü buna rağmen silahının ucunu rakip silahından kurtarmak üzere rakibinin paralarını savuşturacak biçimde maharet ve ince motor kontrolüne sahip olmalıdır.

□ Ayak Çalışması : “Kardiyo” bileşendir. Sayılan üç beceriden fiziksel olarak en fazla güç gerektirenidir. Bir eskrimcinin, rakibinin ataklarını savuşturmaya yetecek ve kendisinin etkin bir kol çalışmasıyla rakibinin hedef bölgesine erişmesine imkan tanıyacak uygun mesafe ve pozisyona gelmesine yardım eder.

□ Taktik : “Zihinsel” bileşendir. Üç beceri içinde genellikle öğrenmesi en zor olanıdır. Eskrimciler müsabık sporculuk yaşamlarının büyük bir bölümünü eskrim stratejilerinin ve taktiklerinin nüanslarını öğrenmek ve uygulamakla geçirirler. Taktik, rakibin eskrim stiline karşılık verecek kol ve ayak çalışmalarının koordinasyonu içeren planlar ve karşı planlardan meydana gelir.

Temel Donanım : Biraz daha detay . . .

Gerekli malzemelerin listesini edindiniz. Şimdi ne olacak . . . ?

Maske dışında eskrim giysileri 350N (350 Newton’luk bir kuvvete dayanan ve delinmeyen) ve 800N (800 Newton’luk bir kuvvete dayanan ve delinmeyen) olmak üzere ikiye ayrılır. 800N malzemeler Uluslararası Eskrim Federasyonu (FIE-Federation International d’Escrime) tarafından FIE müsabakalarında kullanılmak üzere onaylanmış malzemelerdir ve çocuğunuz uluslararası müsabakalara katılana kadar nispeten pahalı olan 800N giysiye ihtiyacı yoktur. Ancak ceket altına giyilen ve sporcu için ilave güvenlik sağlayan plastron’ların 800N, maskelerin ise 1600N olanlardan seçilmesi, çocuğunuz için satın alabileceğiniz en yüksek güvenlidir.

Maske sporcunun başını korumaya yarar. Bu nedenle maskenin içi maskenin eskrimciyi rahatsız etmeyeceği ölçüde yeteri kadar yastıklanmış olmalı, maske sporcunun başının üstüne ve çenesine baskı yapmamalı ve rahat olmalıdır. Maskeler de kıyafetler gibi farklı büyüklüklerde satıldığından, maskenin doğru ölçüde olması ve gereğinden büyük olması nedeniyle sporcunun başında oynamaması da önemlidir. Alabileceğiniz en iyi maskeyi alın.

Pantolon, plastron, eldiven, ceket ve elektrikli ceket (epe yapan sporcular elektrikli ceket kullanmazlar) için ayrıca çocuğunuzun kullanacağı silahı ısmarlarken çocuğunuzun sağ elini mi sol elini mi kullandığını, silahını (flöre, epe, kılıç) ve silahın kabzesinin “Fransız kabze” mi yoksa “Ortopedik kabze” mi olacağını (antrenörüne sorun) belirtmeniz gerekmektedir.

Eldivenler de maske ve kıyafetler gibi farklı boyutlarda üretildiğinden, eldiven ısmarlarken doğru boyda eldivenin ısmarlanması, kullanım sırasında doğabilecek rahatsızlıkları ortadan kaldırmak açısından önemlidir. Eldiven alırken yıkanabilir olmasına dikkat edin. Eldiveni ılık suyla ıslatıp kirli yerlerine çamaşır tozu döküp sert bir fırçayla fırçaladıktan sonra deterjan

gidene kadar durulayın ve biraz sıktıktan sonra kendi halinde kurumaya bırakın. Elektrikli ceketini “inox” yani paslanmaz malzemeden yapılanlardan ısmarlarsanız kirlendiğinde yıkayabilirsiniz. Bunun için bir kova içine yarısına kadar dolduracağınız ılık su içerisine bir miktar çamaşır tozu atarak köpürtüp “inox” elektrikli ceketini kovaya bastırın. Kir yumuşadıktan sonra iletken malzemenin zarar görmemesi için yumuşak bir fırça ile fırçalayarak kirleri giderin ve durulayıp elbise askısıyla küvetin üstüne asın. Pantolon, ceket ve plastronu, diğer beyazları nasıl yıkıyorsanız düşük sıcaklıkta öyle yıkayın ancak ağartıcı kullanmayın. Kılıç maskesi dışındaki maskelerin “sakal” tabir edilen ve boynu koruyan kısmının dışı kirlendiğinde bir süngere damlatacağınız bir miktar “Domestos ağartıcı” ile silerseniz tekrar beyaz rengini kazanır. Normal çamaşır suları kokusu nedeniyle çocuğunuzun solumasını zorlaştıracığından kullanılmamalıdır.

Türkiye’de süper minik/minik kategorisinde eskrim yapan sporcular 2 numara, diğerleri 5 numara silahla eskrim yaparlar. 5 numara dışındaki silahların boyları ülkeden ülkeye değişebileceği için 2 numara silah ısmarlayacağınızda mutlaka kulüpten yardım isteyin. Silahların malzeme çantası içinde ıslak malzemelerle temas ederek paslanmamaları için silahın tase yakın dip kısmına sıkı geçecek 1m boyunda bir hortum kullanmanız yararlı olacaktır. Ancak paslanacak malzeme sadece silah olmadığından (maske ve elektrikli ceket de ıslanırsa paslanır) en iyisi çocuğunuza, antrenmandan sonra tüm ıslak giysilerini çantasında bulunduracağı büyükçe bir plastik poşete doldurarak çantasına koyma alışkanlığı edindirmenizdir.

Ayrıca unutmayın, SİLAHLARIN NAMLULARI KIRILABİLİR !.

Birkaç müsabaka sonra çocuğunuz silahının 50 \$’lık namlusunu kırarsa onu suçlamayın. Namlular, özellikle de ucuz namlular, doğru teknik ve eskrim mesafesini henüz öğrenen çocukların elinde kolaylıkla kırılabilir. Eğer çocuğunuz silahının namlusunu kırarsa ona yeni bir silah almanız gerekmez sadece kırılan namluyu değiştirebilirsiniz.

Çocuğunuzun kullandığı giysileri sık sık yıkayın. Malzeme çantasına atacağınız bir torba lavanta hiçbir zaman giysilerin ve özellikle eldivenlerin güzel kokacakları anlamına gelmez.

TÜM MALZEMELERİN ÜZERİNE ÇOCUĞUNUZUN İSMİNİ YAZIN !!!

Eşofman, ceket, pantolon, plastron ve elektrikli ceketin etiketlerine, maskenin yanına ya da arkasına, silahın tasının içine çocuğunuzun ismini hatta bir turnuvada başka bir kulüpten aynı isimli bir çocukla karıştırmaması için kulübünün ismini yazın.

Aşağıda performans eskrimi yapan bir eskrimcinin sahip olması gereken asgari malzeme listesini bulacaksınız. Bu listeyi müsabaka amacıyla evden çıkarken kontrol listesi olarak kullanabilirsiniz.

◆ MASKE	(1600N)	☐
◆ PLASTRON	(800N)	☐
◆ GÖĞÜSLÜK	(Kızlar için zorunlu)	☐
◆ CEKET	(Pantolonun belini en az 10 cm örtmeli)	☐
◆ ELEKTRİKLİ CEKET		☐
◆ PANTOLON	(Ceket pantolonu en az 10 cm. Örtmeli)	☐
◆ ELDİVEN	(Kordon deliği dışında deliği olmamalı)	☐
◆ UZUN ÇORAP	(Beyaz, dize kadar)	☐
◆ AYAKKABI	(Voleybol ya da tenis ayakkabısı olabilir)	☐
◆ MİNİMUM 2 FAAL SİLAH		☐
◆ MİNİMUM 2 KORDON		☐
◆ MALZEME ÇANTASI	(Maske ve Silahları alacak boyda)	☐
◆ HAVLU + YEDEK ÇAMAŞIR ve T-SHIRT		☐
◆ TORBA	(Islakları koymak için)	☐
◆ MİNİMUM 2 KAFA KORDONU	(Flöre ve kılıç için)	☐

Anne Babanın Sorumlulukları . . .

Herşeyden önce, çocuğunuzun düzenli olarak kulübe antrenmana gitmesini sağlayın.

Okul zorunlulukları herşeyden önce gelir dolayısıyla antrenman fırsatlarını artırmak için okulların tatillerini kollayın. Ancak bütün sene boyunca sadece iki aylık bir kamp son derece sınırlı sonuçlar almanızı sağlar. Uyumlu ve düzenli bir antrenman programı şiddetle tavsiye edilmektedir. Öte yandan bazı çocuklar eskrimden o denli büyülenmektedir ki eskrim onlar için akademik faaliyetler dahil herşeyin önüne geçmektedir. Bu denli adanmışlık ve tatmin duygusuyla sporun çocuğa kazandıracakları takdir edilmekle birlikte bu, çocuğun gelecek akademik başarısını kesinlikle engelleyeceğinden buna asla izin verilmemelidir.

Antrenmandan önce çocuğunuzun hafif birşeyler atıştırdığından ve kulübe giderken yanına bir şişe su aldığından emin olun.

Uygun yaşa gelmeden ağırlık çalışmadığından emin olun. Ağır bir idman programına başlamadan önce doktorunuza danışmayı ihmal etmeyin. Uzun süren bir hafif antrenman dönemini izleyen kısa süreli ağır antrenmanların sakatlanma ile sonuçlanma riskinin yüksekliğini gözardı etmeyin.

Çocuğunuzun yetenekleri konusunda gerçekçi beklentileriniz olsun. Antrenmanlarla belli bir noktaya gelmeden müsabakaya sokmak konusunda aceleci davranmayın.

Çocuğunuzun elde ettiği herhangi bir başarının sizi etkilemesine izin vermeyin. Kendi hedeflerinizi çocuğunuza empoze etmeye çalışmayın. Sporcu olan çocuğunuz siz değilsiniz unutmayın.

Bir turnuvada anne babanın amacı çocuğunu desteklemektir. Bu sizin, çocuğunuzun şoförü, hammalı ve yürüyen bankamatik'i olduğunuz anlamına gelir. Çocuğunuzun görevi ise, müsabakada yetenekleri doğrultusunda elinden gelenin en iyisini yapmak ve **EĞLENMEK**'tir.

UNUTMAYIN : SİZ, ŞOFÖR, HAMMAL ve KREDİ KARTI SAHİBİSİNİZ.

Müsabaka sezonu boyunca çocuğunuzun eğlenmek için eskrim yaptığını hatırdan çıkarmayın. Özellikle önemli turnuvaların ardından şurda ya da burda bir iki haftalık bir tatilin son derece normal olduğunu, çok fazla sayıda turnuvanın sporcunuzu asabileştirip onu sürantrene edeceğini ve sonunda duvara toslamasına sebep olacağını unutmayın.



Bir sonraki adım : Müsabaka . . .

Çocuğunuz artık bir süredir eskrim yapıyorsa müsabakaya girme zamanı gelmiş demektir. Ancak her durumda çocuğunuzun antrenörü onun yarışmaya girmeye hazır olup olmadığı konusunda en iyi başvuru noktasıdır. Bazı çocuklar zihinsel olarak diğerlerine nazaran daha çabuk müsabakaya hazır duruma gelirler. Çocuğunuzun da müsabakaya girmek konusunda istekli olduğundan emin olun.

Öte yandan, antrenörünün daha yeterince hazır olmadan çocuğunuzu ileri düzey müsabakalara sokma talebinin baskısı altında da kalmayın. Antrenörler bazen aşırı istekli olabilirler ve çok erken yüksek düzeyli müsabakaya giren çocuklar tükenme yaşayabilirler.

Gerçekçi ve Ulaşılabilir Hedefler Seçin . . .

Çocuğunuza, antrenörüyle birlikte bir hedefler listesi hazırlatın. Bu liste,

- ◆ Kısa vadeli
- ◆ İçinde bulunulan sezon için ve
- ◆ Uzun vadeli

hedefleri içermelidir. Kısa vadeli bir hedef, gelecek birkaç antrenman sonunda antrenörün gösterdiği bir yanlışı gidermek, orta vadeli bir hedef, kulüpte yapılan turnuvaların bir kısmını önde bitirmek, uzun vadeli bir hedef ise, bulunulan şehirde düzenlenen turnuvaların bir kısmını önde bitirmek şeklinde olabilir.

Ne çocuğunuz ne de siz, hemen başarı beklememelisiniz. En güçlü ilerlemeler, küçük sağlam artışlarla elde edilir. Çocuğunuzu büyük başarılarla küçük zaferler götürür.

Çocuğunuzun müsabaka ihtiyacını öncelikle kulüpteki müsabakalarla karşılayarak giderebilirsiniz. Sporcu sayısına bağlı olarak birçok kulüp, antrenman günlerinde sporcuları arasında turnuvalar organize ederek sporcularını müsabakalara hazırlar. Çocuğunuzun gelişimini, bu turnuvalarda aldığı sonuçlarla izleyebilirsiniz.

Çocukların mizaçları farklılık gösterir. Bazı çocuklar sadece mahalli müsabakalara katılmayı tercih ederken bazıları “parlak ışıkların hasretini çeker”. Çocuğunuzun nasıl rahat ettiği konusunda sizi yönlendirmesine izin verin.

Çocuğunuza kulüp lisansı çıkartılabilmesi için herhangi bir hekimden alınmış “spor yapmasına engel bir rahatsızlığı yoktur” şeklinde sağlık raporu, çocuğunuzun x kulübünde spor yapmasına izin verdiğinizize ilişkin bir muvafakatname ve 2 fotoğraf gerekecektir. Sezon başında kulüp sizden bu belgeleri istemeden bunları hazır edin.

Öte yandan, Milli Eğitim Bakanlığı’nın her öğretim yılında bir kez düzenlediği Yıldızlar Eskrim Turnuvası’na ilköğretim 6,7 ve 8. sınıfta okuyan çocuklar, Gençler Eskrim Turnuvası’na ise lisede okuyan çocuklar katılabilirler. Ancak bunun için çıkartılması gereken okul lisansı, kulüp lisansından farklıdır ve okul lisansı çıkarttırabilmek için, çocuğunuzun eğitim gördüğü okul yönetiminin, küçük bir ücret ödeyerek M.E.B. Okul İçi Beden Eğitimi ve Spor Daire Başkanlığı’na başvurması ve okul lisansı çıkarttırması gerekmektedir. Çocuğunuzun bu turnuvaya katılmasını istiyorsanız, öğretim yılı başında okul yönetimine bunu hatırlatıp lisans işlemlerini takip edin. Bu işlem öğretim yılı başındaki 2-3 hafta içinde yapılmak zorundadır.

İçinde bulunduğunuz sezona ve çocuğunuzun yaş grubuna ait Eskrim Federasyonu'nun www.eskrim.org.tr adresindeki web sayfasından veya kulüpten ulaşabileceğiniz müsabaka programına mutlaka sahip olun.

Çocuğunuzun hangi yaş grubunda müsabakaya katılabileceğini yine Eskrim Federasyonu'nun web sayfasından, müsabaka uygulama talimatını okuyarak öğrenebilirsiniz.

Bir örnek olması için, 2014-2015 sezonunda tüm eskrim kategorilerinin yaş sınırları aşağıda verilmektedir :

	<u>Kategori</u>	<u>Silah Boyu</u>
2004 - 2005 doğumlular	Süper Minik	2
2002 - 2003 doğumlular	Minik	2
2000 - 2001 doğumlular	Yıldız-B	5
1998 - 1999 doğumlular	Yıldız-A	5
1995 - 1997 doğumlular	Genç	5
1994 -	Büyükler	5

kategorilerinde yarışır. Milli Eğitim Bakanlığı'nın düzenlediği turnuvalarda tüm kategorilerde yaşa bakılmaksızın silah boyu 5 numaradır.

Uluslararası Eskrim Federasyonu FIE'nin ve Avrupa Eskrim Konfederasyonu EFC'nin organize ettiği (Avrupa ve Dünya Şampiyonaları, Dünya Kupaları vs.) resmi müsabakalara katılabilmek için sporcunuzun, müsabakanın yapılacağı senenin 1 Ocak günü 13 yaşını doldurmuş olması gereklidir.

Bazı kulüpler, antrenörün müsabaka için ulaşım, otel ve diğer masraflarını müsabakaya giden sporcuların velileri arasında paylaşırlar. Bir turnuvaya katılma kararı vermeden önce kulüpten bu konuda bilgi alın.

Doğru Veli Davranışı Nasıl Olmalıdır ?

Turnuvalarda veliler görülmeli ama asla işitilmemelidirler. Yiyecek, su ve destek gerektiğinde çocuğunuzun sizi kolayca görebileceği ve ulaşabileceği bir yerde olun ancak antrenörlük ve takım faaliyetlerine asla karışmayın. Çocuğunuz sizi eskrim pistinin yakınında isteyebilir ya da istemeyebilir. Bazı küçükler bundan destek alırken bazıları aileleri önünde eskrim yapmayı ilave bir baskı unsuru olarak görebilirler. Bazı çocuklar turnuvanın tam ortasında anne babalarını yanlarında isteyip istemedikleri konusunda fikir değiştirebilirler ve sizden uzaklaşmanızı isterken ona öğrettiğiniz nezaket kurallarını hatırlamayabilirler. Bunun sizin şahsınızla ilgili olmadığını bilin, çocuğunuzun anladığınızı belli edin ve hemen ortadan kaybolun. Böyle bir durumda aileler hem yol gösterici hem de sığınacak bir limandırlar.

Müسابakaya gitmeden önce çocuğunuzla tercihleri konusunda konuşun ama fikir değişiklikleri konusunda da hazırlıklı olun.

Müسابaka stresiyle çocuklar, kazansalar da kaybetseler de aşırı duygusal davranabilirler. Her zaman yakınlarda bir kağıt mendil paketini hazır bulundurun. Onu sizden almak istemezse, bildiğiniz ve çocuğunuzun rahatlatacağına güvendiğiniz birisiyle gönderin. Bu durumda olan çocuğunuzun hemen teselli etmek yerine tuvalete gidip yüzünü yıkayacak süreyi ona verin. Çocuğunuz yenilgiyi de kazanmak kadar doğal karşılamayı bir türlü öğrenemiyor ve kaybetmekten dolayı aşırı üzülyorsa, onun için bir psikologdan yardım almayı ihmal etmeyin. Unutmayın çocuğunuz eskrimi ağlamak için değil eğlenmek için yapıyor.

Kendinizi Eğitin . . .

Aşağıda, bir eskrim turnuvasını sizin için daha ilginç ve anlamlı kılacak bazı öneriler bulacaksınız :

- ◆ Eskrim terminolojisini öğrenin. Belli kelimeleri ve bunların kullanılışını öğrenmek için eskrimi tüm detaylarıyla öğrenmeniz ya da yapıyor olmanız gerekmez.
- ◆ Hakemlerin beden işaretlerinin anlamını ve çocuğunuz tuş yaparak sayı kazandığında hakemin yaptığı hareketleri öğrenin.
- ◆ Kulüpte düzenlenen turnuvalarda ve mahalli turnuvalarda gönüllü görev alarak başarılı bir turnuvanın nasıl organize edildiğini görün.

HAKEM KOL İŞARETLERİ (JESTLER)



En Garde !



Hazır ?



Başla !



Dur !



**Point in Line !
Uç hatta !**



Atak sağdan!



Sola tuş !



Sağa puan !



Geçersiz bölge !



Parad !



İki tarafa da tuş ! (EPE)



İki eskrimciye de puan ! (EPE)



Aynı anda atak !



Tuş Yok !



Hayır !



Preparasyon !



Sarı kart : İhtar
Kırmızı kart : Aleyhine 1 tuş
Siyah Kart : İhraç

Cezalar . . .

Aşağıda sıralanan cezalar tüm silahlar için geçerlidir:

- Sarı Kart (İhtar) = Puan cezası verilmez ama bir eskrimci tuş yaptığı sırada sarı kartı gerektiren bir harekette bulunmuşsa tuşu iptal edilir. İlk sarı kart cezasının ardından yine sarı kart cezası gerektiren her hareket, kırmızı kartla yani bir ceza puanıyla cezalandırılır. Sarı kart cezası gerektiren hareketlere örnek olarak rakibe sırtını dönme, izinsiz pisti terketme, flörede eliyle ya da maskeyle geçerli tuş bölgesini kapatarak tuşa engel olma gösterilebilir.

- Kırmızı Kart = Kırmızı kart cezası alan eskrimcinin rakibine bir puan verilir. Kırmızı kart cezası gerektiren hareketlere örnek olarak tehlikeli ve şiddet içeren biçimde dövüşmek, silahın tası ya da kabzesiyle rakibe vurmak, son metre çizgisini iki ayağıyla birden geçmek sayılabilir.

- Siyah Kart = En ağır cezadır. Eğer bir eskrimci ya da antrenör siyah kart cezasıyla cezalandırılırsa o turnuvadan ihraç edilir. Siyah kart cezası gerektiren hareketlere örnek olarak hakeme hakaret etmek, müsabaka başında ya da sonunda rakibi ve hakemi selamlamayı reddetmek ya da silah veya maskeyi piste fırlatmak sayılabilir.

Kusurlu hareketler ve bunlara verilen cezalar için Uluslararası Eskrim Federasyonu FIE'nin aşağıdaki dokümanını indirerek inceleyebilirsiniz :

<http://www.fie.ch/download/rules/fr/RTECHN.pdf>

Dikkati Dağıtan Şeylere Engel Olun . . .

Mümkünse küçük çocukları ve evcil hayvanları müsabakalara götürmeyip evde ya da otelde kalmalarını sağlayın. Müsabakaya katılmayan küçükler için bütün gün süren bir turnuva sıkıcı olabilir.

Aynı şekilde çocuğunuza, arkadaşlarını antrenman salonuna ya da müsabakaya getirmemelerini öğütleyin. Eskrim tam bir konsantrasyon ve dikkat sporu olduğundan, eskrimci, antrenmanına ya da müsabakaya konsantre olmalı ve etrafta dikkatini dağıtacak herhangi bir şey bulunmamalıdır.

Eskrim yapılan üç silahtan epe'de baş ve ayaklar dahil tüm vücut hedeftir ve vücudun herhangi bir noktasına yeterli kuvvette yapılan bir dürtüş puan kazandırır.

Flörede vücudun baş, kollar ve bacaklar hariç sadece gövde kısmı hedeftir. Gövde dışına yapılan dürtüşler, "sayılmayan yer"e yapılan tuşlardır ve geçersiz sayılırlar (beyaz lamba). Gövdeye yapılan yeterli kuvvette bir dürtüş tuş sayılır (renkli lamba) ancak puan kazandırabilmesi için diğer eskrimcinin ne yaptığı önemlidir. Diğer eskrimci hiçbir bölgeye

dürtüş yapamamışsa tuş yapan puan kazanır. Diğer eskrimci de aynı anda geçerli ya da geçersiz herhangi bir bölgeye tuş yapmışsa (renkli ya da beyaz lamba), bu durumda hakem analiz yapar ve puan verilecekse kime verileceğine karar verir.

Flörede başıyla ya da koluyla geçerli alanı kapatan ya da hakemin “halt” komutundan önce rakibine sırtını dönen bir eskrimci, bunu ilk kez yaptığında sarı kartla (ihtar) ikinci ve takibeden tekrarlarında kırmızı kartla (her seferinde bir ceza puanı) cezalandırılır.

Benzer şekilde tüm silahlar için son metre çizgisini iki ayağıyla da geçen bir eskrimci, her geçişinde kırmızı kartla (bir ceza puanı) cezalandırılır.

Kılıçta ise belden yukarısı hedeftir ve buraya kılıcın ucuyla yapılan herhangi bir dürtüş ya da yanıyla yapılan herhangi bir temas geçerli alana yapılmış sayılır. Puanı kimin kazandığına flöredeki gibi karar verilir.



Özetleyecek olursak, bir eskrim müsabakasında, hakeme karar vermede ve tuşları belirlemede yardımcı olmak üzere “apare” adı verilen, zamanı, tuş sayılarını ve tuşların geçerli bölgeye yapılıp yapılmadığını gösteren, eskrimcilerin silahlarından çıkan kordonların irtibatlı olduğu cihazlar kullanılır. Bu cihazlarda yeşil ve kırmızı olmak üzere renkli iki lamba ve beyaz iki lamba vardır. Renkli lambalardan kırmızı olan bir eskrimcinin, yeşil olan diğer eskrimcinin geçerli alana yaptığı tuşları, her eskrimci için bir tane olmak üzere de iki beyaz lamba, geçersiz alana yapılan tuşları gösterir.

Çocuğunuzun kendi tarafındaki renkli lambayı yaktırması sadece aynı anda rakip eskrimcinin herhangi bir lamba yaktıramaması halinde çocuğunuzun tuş yaptığı ve puan kazandığı anlamına gelir. Eğer aynı anda rakip eskrimci de renkli ya da beyaz herhangi bir lambanın yanmasına sebep olmuşsa hakem pozisyonu ve hareketleri analiz ederek ”atak üstünlüğü”nün hangi eskrimcide olduğuna yani puanı kimin kazandığına (ya da kazanamadığına) karar verir.

Hakemlerin analiz için kullandıkları aşağıda sıralanan ipuçları, başlangıçta olmasa da zamanla sizin de hareketlerin analizini yapabilmenize ve seyrettiğinizden gerçekten zevk almanıza yardımcı olur ;

- ◆ Kimin önce atağa çıktığının yakalamaya çalışın. Bunu belirlemek için kimin kolunu önce germeye başladığını ve silahının ucuyla rakibinin hedef bölgesini tehdit ettiğini yakalamaya çalışın.
- ◆ “Point in line” (Uç hatta-gergin kol), *gergin kolla* yapılmalı ve rakibin hedef bölgesini *sürekli* tehdit etmelidir. Rakibin atağı başlamadan önce eskrimci “Point in line” yani “Gergin kol” konumuna gelmiş olmalıdır. Atağa çıktığını düşündüğünüz eskrimcinin rakibinin gergin kolda olup olmadığını gözlemeye çalışın. Eğer rakibi gergin kolda ise,

atağa çıkmayı planlayan eskrimcinin rakibin silahını çelmesi gerekir, çelemez ise nizami bir atak yapmış dahi olsa her iki renkli lambanın yandığı bir pozisyonda puanı kaybeden taraf olacaktır. Bu açıklama flöre ve kılıç için geçerlidir. Kılıçta ayrıca gergin kolla yapılan tuşun silahın ucuyla gelmiş olması zorunluluğu vardır, silahın yanıyla yapılan gergin kol tuşları dikkate alınmaz

- ◆ Namluların uçlarını dikkatle izleyin.
- ◆ Atak üstünlüğünün rakip eskrimciye geçmesi demek olan çok ufak da olsa herhangi bir duraklama ya da kolun dirsekten kırılarak gerginliğini kaybetmesi halini dikkatle takip edin.

Turnuva . . .

Bir eskrim turnuvası, pul (pool) maçları ve direk eliminasyon maçlarından oluşur. Katılımcı sayısına ve klasmandaki yerlerine göre sporcular, 5,6 veya 7 kişilik kümelere ayrılırlar. Bu kümelere pul (havuz) adı verilir. Bir puldeki tüm sporcular birbirleriyle süper minik kategorisinde 4 tuş, diğer kategorilerde 5 tuş üzerinden bir maç yapar. Her maç 3 dakika sürer. 3 dakika dolmadan taraflardan birisi, süper minik kategorisinde 4 tuşa, diğer kategorilerde 5 tuşa ulaşırsa maç biter ve maçı o eskrimci kazanır. 3 dakika dolduğunda ise kim öndeyse maçı o eskrimci kazanır. Beraberlik halinde kurra çekilir ve kurrayı kazanan eskrimci uzatma dakikasına avantajlı girer. Uzatma dakikasında ilk tuşu yapan kazanır. İki taraf da tuş yapamamışsa daha önce kurrayı kazanmış olan maçı da kazanır.

Bu şekilde tüm pullerin tüm maçları tamamlanınca eskrimciler, kazandıkları maçların yaptıkları maç sayısına oranı ile aldıkları ve verdikleri tuşlar kullanılarak hesaplanan bir indise göre en yüksekte en düşüğe yani pullerde en başarılı olan eskrimciden en az başarılı olan eskrimciye doğru sıralanırlar. Direk eliminasyon sisteminin çalışabilmesi için eskrimci sayısının 16,32,64 ya da 128 olması gereklidir. Bazı ülkelerdeki bazı turnuvalarda sözgelimi 40 eskrimci varsa bunların 8'i pulde elenip kalan 32'i ile tablo oluşturulurken, Türkiye'de eskrimci sayısı, bir üst tabloya tamamlanır. Yani 40 eskrimci varsa bunlar 64'lük tabloya yerleştirilirler. Bu durumda ilk 24 eskrimci ilk turu maç yapmadan geçerler. Buna "bay geçmek" denir. Eskrimciler tabloya yerleştirilirken de en iyi eskrimci en zayıf eskrimciyle ikinci en iyi eskrimci en zayıftan bir iyi eskrimciyle eşleşecek şekilde yerleştirilirler.

Direk eliminasyon maçları, süper minik kategorisinde 3 dakikalık 2 devre halinde ve 8 tuş üzerinden, minik kategorisinde 3 dakikalık 2 devre halinde ve 10 tuş üzerinden, diğer kategorilerde ise 3 dakikalık 3 devre halinde ve 15 tuş üzerinden oynanır. Kategorinin maksimum tuş sayısına önce ulaşan kazanır. Süre dolduğunda kim öndeyse o kazanır. Beraberlik halinde puldeki gibi bir uzatma dakikası oynanır.

Direk eliminasyon maçlarında, adından da anlaşılacağı gibi yenilen elenir ve turnuva o sporcu için orada biter. Ancak bazı turnuvalarda repeşaj kuralı uygulanır. Buna göre yenilenlerden

bir bölümüne bir üst tura çıkma şansını yakalamak üzere bir fırsat daha verilir. Çocuğunuzun katıldığı turnuvada repeşaj kuralının uygulanıp uygulanmadığını antrenörünüz ya da idarecinizden öğrenebilirsiniz.

Beklemeye Hazırlıklı Olun !!!

Eskrim turnuvaları genellikle bütün bir gün bazen iki gün sürer. Çocuğunuz ilk turlarda elenmediği takdirde, eskrim müsabakasının yapıldığı salonda bayağı bir zaman geçireceksiniz demektir. Sabırlı olun ve müsabakayı yöneten teknik komitenin de sizin gibi müsabakaların bir an önce tamamlanmasını istediğini hatırlınızdan çıkartmayın. Çocuğunuzun müsabakasının olmadığı anlarda gazete, kitap, bulmaca dergisi, örgü, kişisel bilgisayar gibi vakit geçirmenize yardımcı olacak birşeyleri beraberinizde getirmeyi unutmayın.

Müsabaka aralarında çocuğunuzun dinlenmeye, su içmeye ve hafif birşeyler yemeye teşvik edin. Arkadaşlarıyla dolaşarak kendisini yormak yerine oturarak dinlenmesini sağlamaya çalışın. Müsabaka aralarında kısa zamanlarda verilebilecek en iyi yiyecek biraz (bir avuç geçmeyecek kadar) kuru üzüm, fındık ve biraz sudur. Üzümün şekeri kana çok çabuk karışarak bir sonraki müsabaka için sporcunuzun ihtiyaç duyacağı enerjiyi almasını sağlar.

Turnuva sırasında çocuğunuz yeteri kadar heyecanlıdır. Aylar boyu süren belki de sıkıcı bir antrenman döneminden sonra nihayet müsabakaya çıkacak ve kendisini deneyecek, belki bir önceki turnuvada kendisini eleyen rakibiyle tekrar karşılaşacak, bir anlamda birkaç aylık çalışmasının karşılığını alacaktır. Sizin üzerinize düşen ise panik ve heyecan içinde bile olsanız çocuğunuzun heyecanını azaltacak biçimde davranmaktır. Unutmayın, çocuğunuz, sizin üzerinizde gördüğü en ufak bir heyecanı katlayarak absorbe edecektir. Buna izin vermemeye dikkat etmelisiniz.

Her turnuvanın bir tecrübe olduğunu, sonucu ne olursa olsun her turnuvadan bir ders çıkartılması gerektiğini çocuğunuza öğretin. Turnuva sonrası onunla konuşun ve neleri doğru neleri yanlış yaptığınız (dikkat edin yaptığı değil birlikte yaptığınız) konusunda bir liste çıkartmasını isteyin. Bu liste aşağıdaki gibi olabilir :

- Haftada 3 gün antrenman yapmakla yanlış yaptık. 4 gün yapmalıydık.
- Daralmış pantolonla müsabakaya çıkmamalıydık. Yanlış yaptık. Zamanında yeni malzemelerimizi ısmarlamalıydık.
- Hocadan her antrenmanda biraz daha uzun ders istemekle doğru yaptık.
- Turnuvadan bir gece önce otelde Kaan'la 24'e kadar televizyon izlememeliydik. Yanlış yaptık. 22'de yatmış olmalıydık.

Bir sonraki turnuvaya kadar yaptığınız yanlışları düzeltmeye çalışın. Bir sonraki turnuvada elde edilen daha başarılı sonuçların, bir önceki turnuvadan sonra yaptığınız yanlış-doğru çalışmasının sonucu olduğunu çocuğunuza anlatın. Böylelikle çocuğunuz, başına gelen her

kötü şeyden bir ders çıkarmayı ve aynı şeyleri bir daha tekrarlamamayı öğrenecek ve başarısı giderek artacaktır.

Turnuvalarda Yapmamanız Gereken Şeyler . . .

1. Malzemelerinizi **ASLA** sahipsiz bırakmayın.
2. Başka aileleri, sporcular ve hakemleri **ASLA** küçümsemeyin hakemler ya da teknik komite üyeleriyle tartışmayın. Herkes elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışmaktadır.
3. Çocuğunuzu **ASLA** kötülemeyin. Çocuğunuz bir müsabakada yanlış birşey yaptıysa büyük bir ihtimalle yanlış yaptığının sizden fazla farkındadır.
4. **ASLA** çocuğunuza iyi eskrim yapması karşılığında bir ödül vaatmeyin. Bu sadece onun omuzlarında ödülün büyüklüğüyle orantılı ilave baskı yaratacaktır.
5. Sürekli konuşmayın. Sporcuların müsabakalar için zihnen hazırlanmaları gerektiğini unutmayın. Eğer birşeyi anlamadıysanız stres içindeki çocuğunuza değil bir başkasına sorarak öğrenmeye çalışın.
6. Kazanması için ona **ASLA** baskı yapmayın. Unutmayın orada herkes eğlenmeye ve hoşça vakit geçirmeye çalışıyor.

Turnuvalarda Yapabileceğiniz Şeyler . . .

1. Çocuğunuzun yeteri kadar su içtiğinden emin olun.
2. Eğer yapabiliyorsanız arızalı silah/malzemenin bakımını yapın. Elinizden gelmiyorsa bilen birisinden yardım isteyin.
3. İşlerin kötü gittiğini görürseniz yani çocuğunuz kaybediyor gibiyse, antrenörünü bulmaya çalışın. Unutmayın bir antrenörün aynı anda pistte birden fazla sporcusu olabilir ve o hepsi ile aynı anda ilgilenemeyebilir. Çocuğunuzun antrenörünü görmesi onu rahatlatacaktır. Birçok anne baba, hayatın birçok alanında kendilerinin desteğini arayan çocuklarının, eskrim pistine çıkınca antrenörlerini aramaları karşısında hayrete düşmektedirler.
4. Çocuğunuz için tezahürat yaparken onu teşvik edici cümleler kullanın ve “halt” komutundan sonra ve “başla” komutundan önce tezahürat yapın. Kimin tuş yaptığından emin değilseniz sessiz olun. Her müsabaka sonunda çocuğunuz kazansa da kaybetse de onu alkışlamayı unutmayın.
5. Olumlu olun ! ! ! Çocuğunuz o gün kazansa da kaybetse de onun muhteşem bir çocuk olduğunu unutmayın.

Minik / Süper Minik Müsabakaları . . .

Türkiye Eskrim Federasyonu yeni müsabaka koymadığı sürece her sene 23 Nisan bayramının haftasonu ANTALYA’da “Uluslararası Çocuk Kupası” turnuvası, bir “Türkiye Şampiyonası” ve bir de “Türkiye Kupası” turnuvası yapılır. Bunların dışında sezondan sezona değişebilen sayılarda “Açık Turnuvalar” düzenlenir. Uluslararası turnuvalar ve Türkiye Şampiyonaları, bu kategorinin en çok puan (birinciye 24 puan) veren müsabakalarıdır. Türkiye Kupaları birinciye

12 puan, Açık Turnuvalar birinciye 4 puan verir ve klasmanı belirleyen puanlar bu müsabakalarda kazanılır. Turnuvaların ne zaman ve nerede yapılacağına Türkiye Eskrim Federasyonu karar verir. Bu turnuvalar, faal eskrim yapılan Antalya, Bursa, Mersin, Afyon, Balıkesir, Eskişehir, Konya, İzmir, Ankara, İstanbul ve Kocaeli’nde yapılabileceği gibi, hiç eskrim faaliyeti olmayan illerde de yapılabilir.

Resmi müsabakalar için bulunduğunuz ilde seçme yapma zorunluluğu varsa ya çocuğunuzun bu seçmelere katılmasını sağlayın ya da seçme tarihinde rahatsız olduğunu doktor raporuyla belgeleyin aksi takdirde çocuğunuz müsabakalara alınmayacaktır. Seçme olup olmayacağını, olacaksa nerede ve ne zaman olacağını, kulüpten ya da telefon numarasını Türkiye Eskrim Federasyonu web sayfasında (www.eskrim.org.tr) bulabileceğiniz İl Temsilcinizden öğrenebilirsiniz.

Seçmeler, sadece katılımcı sayısını ve lisanslarını kontrol etmek amacıyla yapıldığından, çocuğunuzun seçmelerde aldığı derecenin turnuvaya katılıp katılmaması üzerinde hiçbir etkisi yoktur. Seçmelere katılmış olmak çocuğunuza turnuvaya katılmak hakkını otomatik olarak kazandırır. (Sadece okullararası müsabakalarda her ilden gidecek sporcu sayısında kısıtlama vardır)

Resmi turnuvalar genellikle haftasonları yapılır ancak katılımın yüksek olmasının beklendiği turnuvalar perşembe gününden başlayabilir. Bu durumda çocukların okullarından gidiş dönüş yol dahil gidemedikleri gün sayısı kadar izinli sayılmaları için gereken belgeyi kulüpten istemeniz ve okul idaresine vermeniz gerekmektedir.

Bir turnuva için uzak bir ile seyahat edileceğinde, çocuğunuzun müsabaka öncesi yeterince dinlenebilmesi için müsabakadan bir gece önce en geç saat 22’de müsabakanın yapılacağı şehirde uyumasını sağlayacak şekilde gidiş, müsabakaların bitiş saatinden yeterince sonra da dönüş organizasyonunu yapmanızda yarar vardır. Müsabakaların bitiş saatinin hemen ardına dönüş organizasyonu yapmanız, müsabakaların uzaması halinde sizi gereksiz sıkıntıya sokacaktır.

Müsabaka için uçakla seyahat edeceğinizde, havaalanındaki kontrollerde çantada ne olduğu sorulduğunda “silah” değil “spor malzemesi” şeklinde cevap vermeyi unutmayın.

Aşağıda, bazı şehirlerde kalınabilecek daha önce denenmiş kaliteli ya da en azından rahat edebileceğiniz otellerin bir listesi bulunmaktadır :

ANTALYA GRİDA CITY www.gridacity.com 0-242 238 55 00

ESKİŞEHİR YİMPAŞ HOTEL www.yimpashotel.net 0-222 220 35 70

KONYA BALIKÇILAR OTEL 0-332 350 94 70

ANKARA	SPOR OTEL	0-312 324 21 65
AFYON	OTEL MERT	0-272 212 03 64
BURSA	GOLD OTEL 3	www.hotelgold.com.tr 0-224 252 50 57

Çocuğunuzu Siz Olmadan Bir Turnuvaya Gönderiyorsanız . . .

Çocuğunuzu emanet ettiğiniz veli/idareci'ye

- Acil durumlarda aranacak kişilerin telefon numaraları,
- Çocuğunuz için beklenmedik harcamaları da karşılayacak şekilde harçlık,
- Varsa çocuğunuzun sağlık sigorta kartı,
- Varsa allerji bilgileri, kan grubu bilgisi,
- Varsa kullandığı ilaçlar,
- Aklınıza gelebilecek diğer ihtiyaçlar

teslim edilmelidir.

Ayrıca çocuğunuzu saat 22'de yatma konusunda idareciye yardımcı olması, otelde ve lokantalarda sessiz olması, yalnızken asansör kullanmaması ve idareci/antrenörün bilgisi olmadan bulunduğu yerden ayrılmaması konusunda uyarmalısınız.

Son söz :

Çocuğunuzun özgeçmişine herkesinkinden farklı ve konuşma başlatıcı birşeyler yazabiliyor olmakta birçok fayda var ise de eskrimin gerçek yararları bunun çok çok ötesindedir. Eskrim ile bir çocuk kendi kendisini disipline etmeyi, diğerlerine saygı duymayı, bağımsızlığı ve şerefın ve fair-play'in önemini öğrenir. Bu beceriler başka çabaları tetikler ve sonuçta çocuğunuz, çok yönlü ve aktif bir kişiye dönüşür.

Eskrim hayat boyu yapılan ve her yaştan düelloocuları içinde barındıran bir spordur. Eskrimi gençken ya da *ruhen gençken* öğrenebilirsiniz. Sporların birçoğu sadece sürat ve gücü ödüllendirirken eskrim size hızınızı ya da kurnazlığınızı kullanarak kazanma fırsatını sunar ki bu da bir yandan onlar bize birşeyler öğretirlerken bizim de çocuklarımıza hayata dair birkaç şey öğretmemize imkan tanır.

Çocuğunuza "lütfen", "teşekkür ederim", "özür dilerim" ve "efendim" kelimelerinin, bu sporun özü olduğunu ve bunları her durumda kullanmayı öğrenmeden silah kullanmayı öğrenmesinin hiçbir anlamı olmadığını öğretin lütfen.