

ANX-PR/CL/001-01
GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

Tecnificación en deporte: esgrima

CURSO ACADÉMICO - SEMESTRE

2016-17 - Segundo semestre

Datos Descriptivos

Nombre de la Asignatura	Tecnificación en deporte: esgrima
Titulación	11CD - Grado en Ciencias del Deporte
Centro responsable de la titulación	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
Semestre/s de impartición	Sexto semestre
Módulos	Modulo 9 tecnificación en deporte
Carácter	Optativa
Código UPM	115000038
Nombre en inglés	Technification of sport: fencing

Datos Generales

Créditos	6	Curso	3
Curso Académico	2016-17	Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano	Otros idiomas de impartición	

Requisitos Previos Obligatorios

Asignaturas Previas Requeridas

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidas asignaturas previas superadas para esta asignatura.

Otros Requisitos

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidos otros requisitos para esta asignatura.

Conocimientos Previos

Asignaturas Previas Recomendadas

El coordinador de la asignatura no ha definido asignaturas previas recomendadas.

Otros Conocimientos Previos Recomendados

El coordinador de la asignatura no ha definido otros conocimientos previos recomendados.

Competencias

CE1 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas

CE7 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

CE9 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los deportistas por la práctica de actividades físicas inadecuadas, en el contexto del entrenamiento deportivo. Nivel 2.

CG3 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG8 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

Resultados de Aprendizaje

RA51 - Adquisición y desarrollo de habilidades motrices que lleven a un refinamiento motor como consecuencia de la práctica especializada de una modalidad deportiva

RA52 - Dominio técnico y táctico de un deporte dirigido hacia el rendimiento

RA53 - Aplicación de TIC y metodología avanzada para el entrenamiento deportivo

RA429 - Dominio avanzado de las acciones técnicas y tácticas de florete

RA432 - Conocimiento profundo del reglamento de espada y florete, siendo capaz de arbitrar correctamente los asaltos y aplicando adecuadamente la convención

RA433 - Conocimiento y aplicación de los métodos, medios y ejercicios prácticos de esgrima

RA427 - Realización del montaje del material eléctrico de esgrima (espadas y floretes, pasantes, cables aéreos) y reparación del mismo cuando sea necesario

RA430 - Dominio avanzado de las acciones técnicas y tácticas de espada

RA434 - Conocimiento básico de la esgrima de sable

Profesorado

Profesorado

Nombre	Despacho	e-mail	Tutorías
Lopez Adan, Enrique (Coordinador/a)	Dpto, Sala Esgr	enrique.lopez@upm.es	L - 10:00 - 13:00 X - 16:00 - 19:00 Los lunes las tutorías serán en el despacho del Departamento de Deportes. Los miércoles de 16:00 a 17:00 serán en dicha ubicación y de 17:00 a 19:00 en la Sala de Esgrima "Martin Kronlund" del pabellón exterior
Saucedo Morales, Francisco	102 y Sala E	francisco.saucedo@upm.es	M - 10:00 - 16:00
Sarrautte Torres, Joaquin	109	joaquin.sarrautte@upm.es	L - 10:00 - 13:00 X - 10:00 - 13:00

Nota.- Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

Descripción de la Asignatura

Los propósitos fundamentales de la asignatura son, por un lado, alcanzar un nivel de conocimientos técnicos y tácticos avanzados de la esgrima de espada de florete y, y por otro lado, adquirir unos conocimientos técnicos básicos de la esgrima de sable.

Dichos conocimientos estarán relacionados al mismo tiempo con la adquisición de conocimientos de la didáctica específica de la esgrima de forma que se capacite a los alumnos para llevar a cabo el proceso básico de entrenamiento deportivo en la esgrima de forma adecuada.

La asignatura tiene un enfoque fundamentalmente práctico, por lo que los conocimientos teóricos estarán casi siempre integrados en cada una de las tareas propuestas en las sesiones prácticas.

Por último, señalar que se dedica una parte bastante considerable de cada sesión a la realización de combates entre los alumnos.

Temario

1. TEMA 1. Los ataques simples y las paradas y respuestas simples en florete y espada.
 - 1.1. Ataques sobre oponente en guardia, en línea y desde la línea.
 - 1.2. Paradas desde la propia guardia, envite, línea y ligamento
 - 1.3. Golpes a los distintos blancos: Pecho, sangría, muslo, mano y pie.
2. TEMA 2. Los ataques compuestos, paradas compuestas y respuestas compuestas en florete y espada.
 - 2.1. Ataques compuestos sobre oponente en guardia, en línea y desde la línea.
 - 2.2. Paradas compuestas y respuestas simples desde la propia guardia, envite, línea y ligamento
 - 2.3. Paradas compuestas y respuestas compuestas desde la propia guardia, envite, línea y ligamento
 - 2.4. Golpes a los distintos blancos: Pecho, sangría, muslo, mano y pie.
3. TEMA 3. La contrarrespuesta y las continuaciones en florete y espada.
 - 3.1. Remise, reprise y redoble.
 - 3.2. Golpes a los distintos blancos. Pecho, sangría, muslo, mano y pie.
4. TEMA 4. Los contraataques en florete y espada.
 - 4.1. El contratiempo.
 - 4.2. Tipos de golpes: clásico, angulación y oposición.
 - 4.3. Golpes a los distintos blancos en florete y espada

5. TEMA 5. Material de esgrima.
 - 5.1. Montaje de espadas y floretes ordinarios.
 - 5.2. Comprobación de la punta de floretes, espadas electricas y su puesta a punto.
 - 5.3. Comprobación de pasantes de florete y espada.
 - 5.4. Montaje y reparación de cables aéreos, pasantes y armas.
 - 5.5. Comprobación del material durante el asalto, sobre la pista.
6. TEMA 6. Reglamento de florete y espada.
 - 6.1. La convención.
 - 6.2. Juicio de la frase de armas.
 - 6.3. Arbitraje de espada y florete
7. TEMA 7. Métodos prácticos y ejercicios de esgrima. Formas de desarrollo
 - 7.1. Formas de desarrollar los ejercicios en clase.
 - 7.2. El método de series.
 - 7.3. Diseño y dirección de sesiones de esgrima.
8. Introducción a la esgrima de sable.
 - 8.1. La guardia.
 - 8.2. Tipos de guardias.
 - 8.3. Los golpes en sable.
 - 8.4. Ejercicios de mecánica básica. Ruedas.
 - 8.5. Asaltos de sable

Cronograma

Horas totales: 88 horas

Horas presenciales: 88 horas (54.3%)

Peso total de actividades de evaluación continua:
130%

Peso total de actividades de evaluación sólo prueba final:
100%

Semana	Actividad Presencial en Aula	Actividad Presencial en Laboratorio	Otra Actividad Presencial	Actividades Evaluación
Semana 1		<p>Presentación.Desplazamientos. asaltos a espada, florete y sable con sables puma</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 2		<p>Tema 1. Ataques simples y paradas y respuestas simples en florete.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos con florete ordinario.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 1. Ataques simples y paradas y respuestas simples en espada.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 3		<p>Tema 2. Los ataques compuestos, paradas compuestas con respuesta simple y compuesta en florete</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a florete con material eléctrico.</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 2. Los ataques compuestos, paradas compuestas con respuesta simple y compuesta en espada</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

Semana 4		<p>TEMA 3. La contrarrespuesta y las continuaciones en florete</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 5. Material</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a florete con material eléctrico.</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>TEMA 3. La contrarrespuesta y las continuaciones en espada</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 5		<p>TEMA 4. Los contraataques en florete. El contratiempo</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 5. Material</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a florete con material eléctrico.</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>TEMA 4. Los contraataques en espada. El contratiempo</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

Semana 6		<p>TEMA 6. Reglamento de espada y florete</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Asaltos a florete con material eléctrico.</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 5. Material</p> <p>Duración: 00:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>TEMA 6. Reglamento de espada y florete</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 7				<p>Examen práctico sobre arbitraje de florete y material (montaje y reparación de espadas, floretes, pasantes y cables aéreos. Comprobación en el taller y la pista del material)</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad presencial</p> <p>Examen práctico sobre arbitraje de florete y material (montaje y reparación de espadas, floretes, pasantes y cables aéreos. Comprobación en el taller y la pista del material)</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad presencial</p>

Semana 8		<p>Tema 7. Método de entrenamiento por series.</p> <p>Duración: 30:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>REPASO de Temas 1 al 4 (florete)</p> <p>Duración: 01:30</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>REPASO de Temas 1 al 4 (espada)</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 9		<p>Tema 7. Formas de desarrollar los ejercicios en clase</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 7. Formas de desarrollar los ejercicios en clase</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 7. Diseño de sesiones de esgrima</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Asaltos a espada. Poule válida para ranking interno</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

Semana 10		<p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		
Semana 11		<p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		
Semana 12		<p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		

Semana 13		<p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		
Semana 14		<p>Tema 7. Diseño y dirección de sesiones. AUTOEVALUACIÓN Y DEBATE SOBRE LA SESIÓN REALIZADA</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>TEMA 7. Diseño y dirección de sesiones. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DISEÑADA Y DIRIGIDA POR LOS PROPIOS ALUMNOS.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		<p>DISEÑO DE SESIÓN DE ESGRIMA Y DIRECCIÓN DE LA MISMA POR PAREJAS. Los alumnos deberán de diseñar una sesión de entrenamiento y llevarla a la práctica con sus compañero. nota: se llevará a cabo entre la semana 10 y 14</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad presencial</p>
Semana 15		<p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Las guardias y golpes. Ataques, paradas y respuestas</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Asaltos de sable</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Ataques compuestos, contrarrespuestas.</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Asaltos de sable</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

Semana 16		<p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. El contraataque. Golpes a la Manchette. Ejercicios de mecánica básica. Ruedas de golpes</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Asaltos de sable</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. El contraataque. Golpes a la Manchette. Ejercicios de mecánica básica. Ruedas de golpes</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Tema 8. Introducción a la esgrima de sable. Asaltos de sable</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
Semana 17				<p>Examen teórico-práctico</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad presencial</p> <p>Examen teórico</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EX: Técnica del tipo Examen Escrito</p> <p>Evaluación sólo prueba final</p> <p>Actividad no presencial</p> <p>Examen práctico</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas</p> <p>Evaluación sólo prueba final</p> <p>Actividad no presencial</p>

Nota.- El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura que puede sufrir modificaciones durante el curso.

Nota 2.- Para poder calcular correctamente la dedicación de un alumno, la duración de las actividades que se repiten en el tiempo (por ejemplo, subgrupos de prácticas") únicamente se indican la primera vez que se definen.

Actividades de Evaluación

Semana	Descripción	Duración	Tipo evaluación	Técnica evaluativa	Presencial	Peso	Nota mínima	Competencias evaluadas
7	Examen práctico sobre arbitraje de florete y material (montaje y reparación de espadas, floretes, pasantes y cables aéreos. Comprobación en el taller y la pista del material)	02:00	Evaluación continua	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Sí	30%	5 / 10	CG8, CE9
7	Examen práctico sobre arbitraje de florete y material (montaje y reparación de espadas, floretes, pasantes y cables aéreos. Comprobación en el taller y la pista del material)	02:00	Evaluación continua	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Sí	30%	5 / 10	CG8, CE9
14	DISEÑO DE SESIÓN DE ESGRIMA Y DIRECCIÓN DE LA MISMA POR PAREJAS. Los alumnos deberán de diseñar una sesión de entrenamiento y llevarla a la práctica con sus compañero. nota: se llevará a cabo entre la semana 10 y 14	02:00	Evaluación continua	PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo	Sí	40%	5 / 10	CG3, CE1, CE7
17	Examen teórico-práctico	02:00	Evaluación continua	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Sí	30%	5 / 10	CG8
17	Examen teórico	02:00	Evaluación sólo prueba final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No	50%	5 / 10	CG3, CE1, CE7
17	Examen práctico	02:00	Evaluación sólo prueba final	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No	50%	5 / 10	CG8, CE9

Criterios de Evaluación

Dado el carácter de la asignatura, la asistencia a clase será obligatoria cuando se opte por el sistema de evaluación continua. Por lo tanto, aquellos alumnos que superen el 15% de faltas a lo largo del semestre no podrán ser evaluados por el citado método y tendrán que someterse a una evaluación final. Además, se considerará que un alumno ha optado por el sistema de evaluación continua desde el momento que se haya presentado al primer examen parcial.

Los alumnos que opten por el sistema de evaluación continua realizarán 3 exámenes, cuyo peso será del 30%, 40% y 30% respectivamente. En el caso de que el alumno suspenda alguno de ellos, sólo tendrá que examinarse de la parte suspensa en la convocatoria extraordinaria, guardándose la nota de las partes superadas.

Los alumnos que opten por el sistema de evaluación final realizarán, en las fechas programadas para la convocatoria ordinaria y extraordinaria, un examen teórico y un examen práctico de todos los contenidos del curso cuyo peso será del 50%, teniendo que obtener, al menos, una calificación de 5 en cada uno de ellos. Para estos alumnos la asistencia a clase es recomendable, pero no obligatoria.

Recursos Didácticos

Descripción	Tipo	Observaciones
Vídeos	Recursos web	Videos sobre los contenidos del programa a los que se accederá a través de la plataforma moodle
Apuntes	Recursos web	Apuntes sobre cada uno de los temas del programa
Libro básico 1	Bibliografía	Alarcia, L, Alonso, C.J, Saucedo, F (2000) Esgrima con sables de espuma. Ed. Esteban Sanz, Madrid.
Libro básico 2.	Bibliografía	Arkayev, V. A (1980). La esgrima. Ed. Orbe, La Habana
Libro básico 3	Bibliografía	Clery, R. (1965) L'escrime aux trois armes. Amphora, Paris.
Libro básico 4	Bibliografía	F.I.E (2016). Reglamento para las pruebas. FIE, Lausanne
Libro básico 5	Bibliografía	Kronlund, M (1984). Enseñanza de la esgrima de florete. Ed. Gymnos, Madrid.
Libro básico 6	Bibliografía	Saucedo F y Alonso C.J (S.F) Esgrima de sable para alumnos de los primeros cursos del INEF de madrid. Planificación Deportiva S.L, Valladolid.
Libro básico 7	Bibliografía	Wojciechowski, Z (1986). Theory, Methods and exercises in fencing. Fencing Amateur Asociation, London

Otra Información

Es obligatorio el uso de chandal y zapatillas de deporte para todas las clases, tanto teóricas como prácticas. No se permite la entrada a la sala de esgrima con indumentaria que no sea deportiva.

Se recomienda la adquisición de un guante de esgrima propio.