

## Esgrima



### Descripción

La Esgrima es el Arte Marcial Occidental derivado de la Verdadera Destreza del Siglo XVI cuyas técnicas de combate con espada se extienden hasta nuestros días.

En la actualidad la Esgrima deportiva fusiona las técnicas de nuestros antepasados con la metodología del entrenamiento deportivo y con la seguridad de los modernos materiales de protección, potenciando las cualidades físicas y mentales para la superación de los combates.

La Esgrima encierra **la elegancia y la estética del ballet, la disciplina y el autocontrol de las artes marciales, la concentración, la táctica y la inteligencia del ajedrez.** Una preparación completa para ser aplicada a la vida diaria.

### Contenidos

- 🕒 Puesta en forma del tono físico general.
- 🕒 Aprendizaje de la guardia, los desplazamientos básicos y las posiciones.
- 🕒 Aprendizaje de los ataques, paradas, respuestas y contraataques simples
- 🕒 Aprendizaje de las fintas de ataque simple y tomas de hierro.
- 🕒 Iniciación a la competición en la modalidad de espada.

### Grupos

Grupo	Días	Horario	Campus	Espacio	Profesor	Con TD	Sin TD.
Esgrima	L-X	19.00-20.00	Zaragoza	Pab. La Salle Gran Vía	Pedro Alcaine	59 €	74 €

\*Precio por cuatrimestre: 16 oct -10 feb / 12 feb-2 jun , siguiendo el calendario académico de la UZ.

\* Se subvencionará con 15 € a los poseedores de la Tarjeta Deporte.

\*El usuario adquiere el compromiso de obtener la licencia federativa de la temporada en curso (a través del Club Esgrima Aragón).