

# Gallaecia in Armis: Programa docente anual para Espada Longa

Denís Fernández Cabrera  
denis@gatonegro.me  
Atualizado a 20160708

Este é um primeiro rascunho dum programa para ministrar um curso (9 meses, 1 aula de 2h por semana) de espada longa conforme à tradição do Kunst des Fechtens referida no *MS 3227a* e outros tratados afins. Forma um currículo razoavelmente compreensivo e devia proporcionar uma visão de conjunto sólida.

Com certeza, este programa não vai resistir o choque com a realidade nem a incapacidade da pessoa responsável de se deixar levar pelo entusiasmo e explorar esse ou aquele outro aspecto. Com esse propósito, o curso está desenhado com margem (também para acomodar dias feriados e imprevistos) mas deve-se encorajar o bom critério da pessoa responsável para mudar e adaptar o programa às necessidades das estudantes.

Pretende-se seja um programa válido para estudantes de diferentes graus: a repetição da matéria dum ano para outro deve servir nem só de reforço, mas de oportunidade para aperfeiçoar aspectos que precisam ser polidos. Seria possível dividir a matéria de forma mais abstracta, focando aos estudantes numas poucas técnicas cada ano e fazendo-os assim progredir através da Arte de Johannes Liechtenauer e discípulos... mas eu prefiro uma aproximação global, em que a estudante acaba o ano conhecendo, sequer superficialmente, o conjunto da Arte, e tem assim uma consciência da forma em que as diferentes peças encaixam entre si.

Não é este programa, porém, uma solução mágica para caminhar da sala para fora com uma garantia de saber lutar de acordo com o KdF: apenas as estudantes a dedicar tempo e esforço no estudo continuado --que bem se poderia restringir a este programa, ou ampliar-se segundo for oportuno-- vão obter resultados reais. As artes marciais não são ensinadas: são apreendidas.

## Teoria e prática transversais ao curso

- Vor / Nach + Indes.
- Stark / Schwach.
- Deslocamentos: para gerar potência e alcance, ou para nos situar no espaço.
- Terminologia: alemã e galega.
- Atitude: prudência, controlo, assertividade, ganhar antes de ferir.
- Contexto histórico e cultural. Por que fazemos o que fazemos na forma em que o fazemos. Por que era feito na forma em que era feito.

## Outros elementos transversais

- Segurança: distâncias, manuseio dos simuladores, respeito às companheiras, precaução. Conservação dos simuladores e proteções.
- Etiqueta: saudações antes e depois, convenções, comunicação. Higiene. Reconhecer os tocados. Nom há regras, além das acordadas.
- Normas da sala: segurança. Voz de «Alto!». Higiene. Cuidado do equipamento e instalações.

## Organização do curso

No caso de contar com um curso definido (bloco de estudantes que se iniciam) poderia-se dedicar uma aula conjunta às apresentações, conhecer às estudantes, saber o seu trasfondo, e introduzir a história e contexto da espada longa e do KdF e das HEMA. Em geral, boa parte dos os temas transversais. Caso contrário, deve-se fazer em paralelo à incorporação de novas estudantes ao longo do curso.

## Estrutura básica duma aula

- Aquecimento e alongamentos (correr, alongamentos dinâmicos, etc).
- Exercícios de coordenação, resistência e reflexos (boxe, jogos de «pilhar», atrapar a luva, etc).
- Deslocamentos (esp. os que vão empregar na aula).
- Exercícios de consolidação (de aulas anteriores).
- Introdução de nova técnica / teoria.
- Jogo livre.

## Programa

Três trimestres. Três grandes blocos:

- Zufechten. Vor e Nach.
- Vier Versetzen. Indes.
- Krieg. Ringen am Schwert.

(Extras: Harnischfechten, Messer, Mordaxt, Ringen.)

É uma orientação – provavelmente haja dias feriados, questões de força maior a impedir alguma aula, ou simplesmente a matéria programada para um dia se alongue no seguinte. Há previstos 3 - 4 aulas de «margem» em cada trimestre que podem empregar-se, caso de ver que se acerca o fim do período e não foram gastas, em revistas de algum ponto, aulas de perguntas e respostas, ou pequenos torneios ou aulas de experimentação livre.

## Primeiro trimestre: Outubro, Novembro, Dezembro

*Material de apoio:*

- Trechos introdutórios do MS 3227a.
- Transversalmente: explicar o contexto. História dos tratados, quais existem, etc. Proporcionar no início do curso um pequeno resumo da literatura, bibliografia e referências.

*Estrutura por semanas:*

1. História da espada longa. Contexto histórico: Galiza e Europa no S.XIV. Liechtenauer. História e características do KdF. Postura básica do corpo. Como pegar na espada. Die Vier Leger. Oberhau, com ponta em linha e sem ela (Vom Tag → Alber, Vom Tag → Pflug). Longo (Scheittelhau) e curto (Zornhau).
2. Deslocamentos.
3. Unterhau, com ponta em linha e sem ela (Alber → Vom Tag, Pflug → Ochs).
4. Die Drei Wunder. (Unter)stichen. Scheittelhau.
5. Princípio geral: Überlauffen.
6. Defesas contra o Scheittelhau: Kron. Contras: Wechsel. Durchwechselln.
7. Defesas para as contras: Zornhau. Ponta em linha. Princípio geral: Absetzen. Princípio geral: luta pelo espaço central.
8. Contra o Zornhau: Zucken. Abnehmen. Princípio geral: Starck und Schwach, Fraco e Forte.
9. Contras, 2: Durchwechselln (a Pflug e a Ochs). Tática: quando escolher qual opção.
10. Iniciativa. Dinâmica do combate. Vor e Nach. Frases de armas.
11. Nachreißen. Distância. Mesura. Deslocamentos (novamente, incidir na importância).
12. Regra Primeira do Zufechten.

## Segundo trimestre: Janeiro, Fevereiro, Março

É necessário introduzir o Krieg, partindo dos Meisterhauen, conceptualmente, para poder fazer os jogos derivados deles, mas o bom Krieg requer domínio dos primeiros e das guardas altas e do Winden, da distância e Fühlen, bem como dos próprios Funf Hauen. Portanto, depois de apresentar os Meisterhauen como forma de entrar em Krieg será trabalhado de seu.

### *Estrutura por semanas:*

1. Zufechten vs. Krieg. Demonstração.  
Introdução do conceito do Krieg, mas ainda não a prática.  
Problemática da distância.
2. Die Fünf Hauen. Taxonomia dos golpes. Ontologia da luta.  
Os Fünf Hauen como ideais platônicos.
3. Zornhau, 1: a técnica, depurada.  
Zornhau no Vor.  
Zornhau no Nach.
4. Zornhau, 2.  
Zornhau Ort (baixa).  
Zornhau Ort (alta).  
Duplieren.  
(Lembrar Zucken e Abnehmen).
5. Zwerchhau, 1.  
Vier Versetzen. Rompem as «guardas»... ou os movimentos que venhem delas.  
Zornhau e Oberhau som Vom Tag → Zwerchhau.  
Zwerch no Vor.  
Zwerch no Nach.  
Zwerch na direita e na esquerda.  
Zwerch cruzado.
6. Zwerchhau, 2.  
Regra do Zwerchhau.  
Deslocamentos no Zwerchhau.  
Ângulos no Zwerchhau.
7. Zwerchhau, 3.  
Fehler (Duplieren).  
Durchwechseln.  
Oberstich.
8. Krumphau contra Ochs → contra Zwerch.  
Krumphau no Vor contra Ochs: às mãos.  
Krumphau no Nach contra Ochs: à lâmina e Oberstich.
9. Krumphau, 2.  
Krumphau no Nach contra Oberhau: à lâmina e Unterstich  
Nachschlagen desde o Krumphau: Unterstichen, Abschneiden, Ringen.
10. Schielhau contra Pflug: contra Zornhau, contra Krumphau  
Schielhau a Pflug.  
Zucken. Duchwechseln.
11. Schielhau contra Ochs: contra Zwerchhau.  
Schielhau a Ochs.  
Abnehmen.  
Schielhau Indes: Stichen.
12. Regra dos Fünf Hauen.

## Terceiro trimestre: Abril, Maio, Junho.

O Krieg é um jogo mais livre em que o controlo do deslocamento e a prática do Fühlen são essenciais. É previsível que as aulas 3, 4 e 5 requeiram até o duplo de sessões (quer dizer, não dá apenas uma sessão para as perceber). O ideal seria dedicar uma atenção personalizada a cada estudante.

### *Estrutura por semanas:*

1. Dinâmica. Movimento. O fluxo da luta.  
Indes. O tempo Aristotélico.  
Frequens Motus no Vor: entrando e saindo do Krieg.  
Frequens Motus Indes: quando e como. Fühlen.  
Frequens Motus no Nach: continuação das acções.  
As Hengen.  
Distância no Krieg: 1 côvado.  
Binden.  
As espadas brancas: demonstração. Considerações para as aulas anteriores (Zwerchhau, etc).
2. Die Acht Winden.  
Winden a favor.  
Winden à contra.  
Por dentro e por fora.  
A importância do plano e dos fios.  
Fühlen.
3. Regra livre do Krieg.  
Fazer sombra.
4. Die Acht Winden + Regra Livre (2)  
Trabalhar variações em pares
5. Die Zweiundzwanzig Wunder  
As Drei Wunder desde o Winden.  
Hauen. Schneiden. Schnitten.
6. Ringen am Schwert, 1: Hende Drucken.
7. Ringen am Schwert, 2: Durchlauffen.
8. Abzug.
9. Se houver tempo:  
Halbschwert. Harnischfechten.