

3分で覚える フェンシングの 基礎知識

～ フェンシング沼にハマってみよう ～

令和5年度全国高等学校総合体育大会
室蘭市実行委員会事務局 制作

知っておきたい基礎知識①

- ① 「ピスト」と呼ばれる縦14メートル、幅2メートルの金属パネルの上で行う。
- ② ピストの中央に2人の選手が向かい合って戦う。
- ③ 相手を攻める「前進」と攻撃を避ける「後退」を繰り返し、「攻撃」する。

知っておきたい基礎知識②

- ④ 攻撃は「突き」。「切る」が加わる種目もある。
- ⑤ 攻撃で剣が「有効面」に命中すると得点になる。種目毎に有効面が異なる。
- ⑥ 先に攻撃した人が「攻撃権」という優先権を持つ種目もある。

勝敗の決め方 【個人戦】

《予選プール》

5ポイント先取、または3分間の終了時に得点の多い方が勝ち

《決勝トーナメント》

15ポイント先取、または9分（3分3セット）の終了時に得点の多い方が勝ち

《同点の場合》

1分間1点先取。延長戦前のコイン・トスで優先権を決めるが、延長1分で決着がつかない時は、延長戦前のコイン・トスで優先権を得た方が勝ち。

勝敗の決め方 【団体戦】

- ① 1チーム3選手がそれぞれ3人と対戦するので、全部で9対戦が行われる。
- ② 競技時間は、1対戦3分で合計27分
- ③ 5ポイント先取、または3分終了で次の対戦に移る。
- ④ 45ポイント先取、または27分終了時に点数の多いチームが勝ちとなる。
- ⑤ 同点の場合、1分間1点先取の延長戦で決まる。

フェンシングの種目と特徴

種目	フルレ	エペ	サーブル
有効面	首から上と腕を除く胴体部分(背中含む)	頭からつま先までの全身	腕と頭部を含む上半身
攻撃権	あり	ない	あり
攻撃	「突き」のみ	「突き」のみ	「突き」と「斬り」
剣	昔の戦闘用武器(レイピア)がルーツ	3種目の中で一番重い	タイガー・ジェット・シンの武器
見どころ	スピード感ある攻防と、技の応酬が魅力	一番わかりやすい。相打ちは両者に得点。	ダイナミックな動きで、進行が早い
その他	<ul style="list-style-type: none"> •日本での競技人口が最多 •北京オリンピックで太田雄貴選手が銀メダルを獲得した種目 	<ul style="list-style-type: none"> •世界での競技人口が最多 •東京オリンピックで日本男子団体が金メダルを獲得した種目 	<ul style="list-style-type: none"> •ハンガリーの遊牧民の馬に乗った戦いに由来する種目

フェンシングの服装

◆ユニフォーム(上着・ズボン)

- 宇宙服のように丈夫な素材で白色、ズボンはひざ下丈

◆グローブ・ハイソックス・シューズ

- グローブは剣を持つ手のみ

◆プロテクター

- ユニフォームの下に着る防具

◆マスク

- 顔が金属製のマスクを頭からかぶる

◆メタルジャケット

- フルーレとサーブルで、有効面に着用

フェンシングの用語①

用語	意味
ラッセンブレ	気をつけ
サリュュー	礼
オンガード	構えて
エト・ヴ・プレ	用意は良いか？
アレ	始め
アルト	待て

フェンシングの用語②

用語	意味
トウツシュ	突き
クードゥーブル	同時突き(エペのみ 両者の得点になる)
シミュルターネ	同時突き(フルーレ・サーブルで両者無得点)
ノン・バラブル	無効(フルーレのみ)
アタック	攻撃

フェンシングの用語③

用語	意味
パレード	防御
リポスト	反撃（フルーレ・サーブル）
ルミーズ	アタック後の攻撃権のない状態で、相手を突くこと（残し剣）
コントロール・アタック	攻撃権のない状態で、相手を突くこと（カウンター攻撃）

3分で覚える フェンシングの 基礎知識

~ *Profitons de l'escrime* ~
(フェンシングを楽しもう)

令和5年度全国高等学校総合体育大会
室蘭市実行委員会事務局 制作