



Skylmingafélag
Reykjavíkur

Byrjendanámskeið fyrir unglinga og fullorðna



Beginner Fencing Classes for youth and adults



HAUST 2021



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ



---)---- Byrjendanámskeið fyrir unglinga og fullorðna ----(---



Ólympískar skylmingar eru íþrótt þar sem keppandinn heldur til leiks með ákveðna leikaðferð í huga en þarf svo sífellt að endurskipuleggja leik sinn með tilliti til viðbragða andstæðingsins og leikstíls hans. Skylmingamaður þarf að hafa góða stjórn á líkamanum, gott jafnvægi og mikla samhæfingu. Einnig þarf hann að geta hugsað hratt undir miklu álagi. Skylmingar munu styrkja þig líkamlega jafnt sem andlega. Þær veita snerpu sem og jafnvægi sem aldrei fyrr.

Æfingarnar eru haldnar í nýrri og glæsilegri aðstöðu Skylmingafélags Reykjavíkur í Baldurshaga, í Laugardal. [Skylmingamiðstöðin \(Baldurshagi\)](#) er undir

aðalstúkunni við Laugardalsvöllinn og inngangurinn er í norðurenda hennar.

---)----- VIÐ SKORUM Á ÞIG að taka upp hanskan og setja upp grímuna -----

Byrjendur / Framhald 14+

Hautönnin er frá 24. ágúst og fram til 16. desember og kostar 30.000 kr. (æfingagjald: 28.000 kr. + félagsgjald : 2.000 kr.)

Hægt er að fá lánaðan allan búnað frá Skylmingafélaginu til að byrja með.

Systkinaafsláttur (hjónaafsláttur) er kr. 2.000,- á mann. Félagsgjald fer til kaupa á skylmingaútbúnaði, sérstaklega fyrir unga skylmingamenn og standa straum af kostnaði við mót.

[Skylmingafélag Reykjavíkur er aðili að Frístundakorti Reykjavíkurborgar.](#)

Þeir sem hafa áhuga á að taka þátt í námskeiðinu, vinsamlega sendið svar með nafni og kennitölu á: skylmingafelag@gmail.com

Þriðjudagur og fimmtudagur:

18:00 – 19:30

Byrjendur / Framhald 14+

Vinsamlegast leggið inn á reikning eða gangið frá greiðslu hjá þjálfara

Þegar lagt er inná reikning er mikilvægt að skrá í athugasemd nafn og kennitölu iðkandans sem verið er að borga fyrir. Ef verið er að millifæra á netinu þá vinsamleg að senda tölvupóst á skylmingafelag@gmail.com

Skylmingafélag Reykjavíkur

Kt. 450287-1489

Banki Hb. Reikningsnr.

0526 26 030398





---)---- Beginner Fencing Classes for youth and adults ----(---



The fencing beginner classes is a great way to get active and be involved in a cool sport. Students will learn about fencing, receive lessons, and participate in footwork drills. Students will learn the basic skills necessary for fencing and will build their skill level as the class progresses. The class stresses the importance of footwork in fencing and students will learn to combine footwork with blade skills. Most importantly, this class is an opportunity to have fun, make friends, and discover a very cool new sport.

When: Tuesday and Thursday, 18:00 – 19:30

Cost: From August 24th until December 16th

Course Fee 30.000 kr.

Venue: Fencing Sabre Center in Laugardal (National Football Stadium), Reykjavik

[LOCATION](#)

Our Fencing Scheme is a fun and extremely safe way to introduce the exciting Olympic sport of fencing to youth and adults. It is suitable for girls and boys.

If you would like to attend the course please send the following information to

skyldingafelag@gmail.com:

Child: Name, ID number and address

Parent: Name, address and mobile number

---)---- Why Fencing -----

Fencing is suitable for anyone of any age and fitness level. Whether you want to fence for fitness and fun, or reach competition standard, you will soon be addicted to this exciting and dynamic sport which is often referred to as physical chess.

Fencing is a creative sport enabling free development of the personality. It offers no ready recipes. It only provides the notes, while the athlete himself has to compose music.

Courtesy, gallantry, and respect for the opponent characterize the manner of behavior taught and maintained by fencing thanks to its time-honored ritual of conducting bouts. Before each bout fencers salute with their weapons their opponent, the audience, and the referee. A handshake necessarily completes each bout.