

Universidad Nacional de Cuyo

Facultad de Artes y Diseño - Secretaría de Investigación y Posgrado

Proyecto de Investigación

“Combate escénico y su aplicación en el código teatral y audiovisual”

INFORME FINAL

Tipo: Investigadores noveles

Director: Federico Ortega

Co-director: Fabián Castellani

Equipo:

- Mariano Grasso
- Santiago Silva
- Jon Eric Ovando

Colaboradores:

- Victoria Morilla
- Winifred Ana Weaver
- Marcelo Fraile

A menudo los actores, bailarines y performers se encuentran en su trabajo ante la realización de escenas que incluyen violencia física ficcional. Sin embargo, ante la falta de herramientas y conocimiento, tanto de los intérpretes en sí mismos como del equipo que debería guiarlos, los mismos acaban poniendo su integridad física en riesgo. Se suele llegar hasta el punto de usar violencia física real en una escena, donde el intérprete debe controlar su su cuerpo para mantener el nivel de fuerza al mínimo y no lastimar a su compañero. No obstante, en el contexto de nerviosismo y euforia de un espectáculo, ese control se ve dificultado o incluso imposibilitado de suceder. Si sumamos, además, el carácter repetible de un hecho escénico, es innegable tanto la existencia del riesgo físico, como la necesidad de un método que permita reducir el mismo al mínimo. El *combate escénico* es ese método.

Si bien esté método o disciplina ya ha sido ampliamente investigada, es prácticamente nula la bibliografía disponible en español, siendo la misma en inglés muy poco asequible para una gran parte de la población argentina debido al lenguaje especializado que se requiere para poder comprenderla. Por otra parte, tampoco encontramos maestros o talleres de formación práctica especializada que puedan proveernos del conocimiento necesario.

Se nos plantea así la necesidad regional de generar una bibliografía en español lo más abarcativa posible y con un pensamiento teórico sustentado en la práctica.

Nuestra hipótesis se basa en el fundamento de que la correcta aplicación de técnicas de combate escénico permite la realización de escenas de violencia física en códigos teatrales y audiovisuales, con buena calidad artístico-estética, en las que se asegura la salud e integridad física de los ejecutantes, en pos de garantizar su carácter repetible.

Se plantean como objetivos la recuperación y generación de técnicas para realizar escenas de violencia física de forma estética, segura y efectiva. También la búsqueda de la organicidad y la calidad interpretativa, el desarrollo de criterios para la funcionalidad de las escenas respecto al propósito de la obra o material audiovisual a realizar, la diferenciación en las variables técnicas que el método adopta en relación a las estéticas del realismo y la

comedia, y la formación de directores de combate escénico. Además, como una forma de vincular la carrera de Diseño Escenográfico de la Facultad y trabajar de forma multidisciplinaria, proponemos como objetivo, también, elaborar criterios sobre la construcción de armas para combate escénico. Todo esto a fin de generar un material teórico/práctico sobre el tema en idioma español y con contenido audiovisual de soporte.

La metodología consiste la lectura, traducción, experimentación práctica, ampliación y sistematización de las técnicas y conceptos de combate escénico observados en la bibliografía física y virtual, así como en el material audiovisual pertinente. Se busca encontrar una forma de ordenar los materiales leídos, experimentados e investigados, con el fin de facilitar la pedagogía de los mismos en el idioma castellano a los habitantes de Latinoamérica.

Las actividades de transferencia involucrarían la realización de un seminario de combate escénico para la comunidad universitaria y regional, así como la generación de material teórico-práctico en español con soporte audiovisual.

Nota Aclaratoria sobre la Traducción

Una gran parte de este proyecto se basa ampliamente en la traducción, transcripción y resumen de bibliografía en inglés. Las técnicas descritas en estas bibliografías, disponibles en las referencias, eran experimentadas prácticamente de manera previa y, a veces, cotejadas con material audiovisual, a fin de poder realizar una traducción correcta y pedagógicamente útil. Es por esta razón que el proyecto no es simplemente una recopilación y traducción de material en un mismo informe. El mismo se constituye como una visión subjetiva y sustentada en la práctica sobre los materiales teóricos, a partir de los cuales se desarrollaron, además, técnicas, principios y secuencias de combate escénico propias.

Por lo tanto, y ante la gran amplitud de material traducido, sería un despropósito citar cada frase, oración o párrafo, si lo que se requiere es lograr un material útil pedagógicamente.

Es por tanto que en las secciones *Combate desarmado*, *Espada ancha*, *Alfanje*, *Lanza larga*, *Cuchillo / Daga* y *Criterios para la Formación de Directores de Combate Escénico y Actores Combatientes* no será citado el material, ya que prácticamente la totalidad del mismo corresponde a una traducción, a cargo de Mariano Agustín Grasso, de las bibliografías nombradas al principios de dichas secciones, cuyos derechos intelectuales corresponden pura y exclusivamente a los autores de las mismas, y que en este caso han sido usadas con fines meramente académicos.

Definición

El Combate Escénico es la ilusión de conflicto físico para el escenario y la pantalla. Es un sistema de técnicas, sonidos y movimientos que juntos crean una historia violenta. Está basado en la coreografía y la cooperación e incluye ambos combate armado y desarmado. Cada movimiento está planeado cuidadosamente y acordado de manera previa con énfasis en la seguridad del performer y el foco en transmitir la historia que está siendo contada a un tercero. (Traducción de la definición del NSFS Handbook, referenciado en la bibliografía, p.3).

“La historia del combate escénico y el simulacro de combate puede ser trazada hasta la antigüedad con Aristóteles citando que la tragedia es un conflicto entre dos personas”. (Aristotle. *Poetics*. pp. Chpt. 6, Sect. II. Line 16–20).

La historia del combate teatral europeo tiene sus raíces en el teatro medieval y se vuelve tangible en el Drama isabelino. Richard Tarleto, que fue miembro de la compañía de actuación de William Shakespeare y del Gremio de Maestros de la Defensa con armas de Londres está entre los primeros directores de combate en el sentido moderno. (Waggoner, G. R. (1965). "Timon of Athens and the Jacobean Duel". *Shakespeare Quarterly*. 16 (4): 304–306).

Conceptos Generales / Disposiciones Previas

Antes de probar cualquiera de las técnicas prácticas descritas en este informe, recomendamos fervientemente leer los capítulos completos (e incluso sería mejor la lectura del informe completo) antes, ya que poseen recomendaciones de seguridad esenciales para cuidar la integridad física de todos los involucrados. Cualquier uso irresponsable de esta información puede tener serias consecuencias para la salud de los practicantes.

Tomaremos 3 principios del combate cuerpo a cuerpo enunciados por Jonathan Waller de la London Academy of Music and Dramatic Art:

1. *El foco, la concentración, la conciencia espacial:* Estar concentrado en el trabajo, atento a lo que se hace, al compañero y al entorno, sin distraerse.
2. *El equilibrio, control del cuerpo, acción-reacción:* Tener el cuerpo disponible para accionar y reaccionar de la manera adecuada, controlándolo de manera precisa para garantizar la seguridad propia y la de mis compañeros.
3. *La intención:* Tener un objetivo preciso para mis movimientos.

Disposición Corporal y Focalización

Lo expuesto a continuación no tiene el propósito de servir de guía para la realización de una disposición corporal para un entrenamiento de combate escénico. Es, simplemente, una recuperación de ciertas secuencias de ejercicios que nos fueron útiles para preparar el cuerpo y focalizar la atención, sumergiéndonos lentamente en algunos de los conceptos que permearían el trabajo posterior. Este trabajo fue realizado a la par con la experimentación práctica de las técnicas de combate desarmado. Las diferentes órdenes o consignas las solía dar uno de los compañeros actores con quien experimentábamos las mismas, sin embargo, un tercero puede enunciarlas.

Secuencias de Ejercicios:**Uno**

1. Camino por el espacio reconociéndolo, chequeando la seguridad y materialidad del mismo. Me concentro en la respiración (Trabajo la seguridad física).
2. Consignas: Aplauso 1 2 3. Sigo caminando. Reacciono a la orden numérica aplaudiendo en el tiempo predispuesto (1: de inmediato, 2: espero un segundo, 3: espero dos segundos). Realizo vibratorio de labios sin voz entre las consignas (Trabajo el timing/sincronización).
3. Quietos: Toco al compañero en alguna parte del cuerpo (evitando las zonas íntimas o cualquier zona que se consensue como prohibida) y éste permite que todo el cuerpo reaccione a partir de allí. Ambos realizan vibratorio con voz. (Trabajo la involucración del cuerpo completo).
4. Apoyo manos las manos en el pecho u hombros de mi compañero “como para empujar”, sin embargo, el otro es quien las empuja con su cuerpo. Puedo realizar un sonido o largar la voz. (Trabaja la inversión de la energía).

Dos

1. Camino, reacciono con puñetazos al aplauso inmediatamente (“1”) o con *delay* (“2”, “3”, “4” o más segundos de espera antes de tirar el puñetazo). Se pueden decir varios números juntos (“4, 2, 1”) para hacer combos manteniendo la consigna temporal.
2. Realizo “empujones” leves sobre alguna parte del cuerpo de mi compañero. Éste deberá reaccionar buscando la segmentación en la reacción (por ejemplo, hombros, torso, caderas y piernas) y luego la organicidad en el movimiento.

Tres

1. Subo inhalando y bajo exhalando continuamente buscando “entrar” al piso y hacer consciente la respiración, es decir, buscando que la inhalación dure lo que la subida, y la exhalación lo que la bajada. Debo mantener un flujo continuo, sin que haya cortes entre los distintos movimientos.
2. En parejas. Uno intenta tocar al otro en cualquier lado (con excepción de sus zonas íntimas o personales) y el otro debe bloquearlo o desviarlo con la mano. Todo de forma muy relajada y precisa. Se comienza lento y se va aumentando la velocidad. Se puede sumar un vibratorio continuo sin voz (respirando cuando se me termina el aire).
3. En parejas. Se arma un trote, en cualquier momento uno (que será el atacante) puede decir “Combo”, entonces ambos compañeros se juntan y el atacante lanza 4 puñetazos que van sobre el hombro, a los costados de la cabeza (es decir sin riesgo de dar un golpe real), 2 de cada lado. La víctima bloquea desviando 2 hacia dentro, 2 hacia afuera. Siguen trotando.
4. Se suma la orden de “Bombazo”. El atacante entonces espera que el compañero se agache y cruza con el brazo estirado por la cabeza.
5. Se suma la orden de “Paso”. Continuando el trote el atacante apoya las manos con los brazos estirados en los hombros o el pecho de la víctima y cuando el cuerpo sigue su movimiento y se acerca al del compañero, permito que los brazos se flexionen y pasó por un costado.

Cuatro

1. Trote, voy a generar una secuencia con puñetazos a la cara, Bob n' Weave (esquive agachándose hacia un costado), y patada al costado de la cabeza (o estómago) o al

- frente. A cada acción se le agrega un soplido o exhalación fuerte con “sh”. Cuando digo la orden “secuencia” la repito cada vez. Cuando digo “agrego” (o “agrego 1, 2, 3”) sumó una acción (o más).
2. En parejas. Uno intenta tocar al otro en cualquier lado (con excepción de sus zonas íntimas o personales) y el otro debe bloquearlo. Todo de forma muy relajada y precisa. Se va aumentando la velocidad. Se puede sumar un vibratorio continuo sin voz.
 3. En parejas. Se arma un trote, a la orden “Espejo”. Me junto de a dos, el compañero hace la secuencia una vez y yo la copio luego.
 4. A la orden: “Reacción” el compañero realiza su secuencia una vez, sólo. Luego la realiza una segunda vez y yo reacciono (o acciono a sus reacciones). Ej.: él golpea yo reacciono, él esquiva yo atacó. Se puede hacer a la distancia para mayor seguridad, o a distancia de golpe, en cámara lenta y con mucha precaución.
 5. Lo mismo con sonido en cada acción.

Cinco

1. Movimiento articulatorio general.
2. Trote, talones a la cola, rodillas al pecho, lateral, en punta de pie, con el talón, con el costado interno del pie, con el costado externo.
3. A la orden "Pateo", un compañero tira una patada a otro de lejos y este reacciona. Sin técnica, improvisado. Pruebo distintas patadas.
4. "Agregó" y "secuencia" (visto anteriormente). Armó secuencia de 5 patadas.
5. "Espejo y reacción" a esas secuencias.

Seis

1. Calentamiento articulario-propioceptivo. Voy a empezar a calentar de los pies a la cabeza buscando todas las posibilidades de movimiento de esa articulación (flexión y extensión, rotación, libre movimiento). Pasamos de exhalaciones sostenidas, a vibratorio sin voz y luego con voz.
2. Desequilibrio para los lados, busco perder el equilibrio y recuperarlo. (O caer de forma segura si fuera necesario).
3. En parejas: El atacante va a apoyar la mano en cualquier parte del cuerpo del otro (con respeto), la víctima va a agarrarle con las manos el brazo y empujarlo hacia la zona, el atacante intentará retirar la mano (inversión de la energía).
4. Abierto para algún ejercicio que se proponga.

Siete

1. Subir inhalando y bajar exhalando continuamente buscando entrar al piso y hacer consciente la respiración (en el mismo tiempo que el movimiento). Busco redirigir la energía (si estoy cayendo hacia un lado, ir hacia el otro, para distribuirla) y que sea fluido
2. Desequilibrio para los lados, busco perder el equilibrio, caer y recuperarlo.
3. Trote con caídas en movimiento (libre, a decisión personal cuando caer). Busco la caída sin impacto y sin dolor. Sería ideal el acondicionamiento del espacio con colchonetas.
4. El atacante va a apoyar la mano en cualquier parte del cuerpo del compañero (con respeto), la víctima va a agarrarle con las manos el brazo y empujarlo hacia la zona, el atacante intentará retirar la mano (inversión de la energía). El atacante lo lanzará y la víctima caerá. Se puede simplemente “marcar” el empujón, o se puede acordar

el nivel de fuerza (mínimo) que el atacante pondrá en el mismo, dejando el resto al trabajo de reacción de la víctima.

Ocho

1. Cinco saludos al sol con velocidad in-crescendo, realizando 8 - 16 - 24 - 32 - 32 exhalaciones rápidas en la "Posición del perro":
 - 1.1. En silencio, con consciencia de la respiración
 - 1.2. Con vibratorio sin voz suave en exhalaciones
 - 1.3. Con vibratorio con voz en exhalaciones
 - 1.4. Con "s" - "sh" - "f" en exhalaciones, procurando que todo el aire sea expulsado
 - 1.5. Con "dra-dru-dri-dro", "cra-cru-cri-cro" y "sra-sru-sri-sro", intercalándose en las distintas exhalaciones
2. Trote suave por el espacio, con movimientos articulatorios dinámicos, desde la cabeza hasta el torso. Cuando comiencen a involucrarse calentamiento articulatorio de caderas y piernas se detiene el desplazamiento.
3. Quietud absoluta. Comienza a moverse el dedo índice de la mano derecha. El movimiento se trasladará poco a poco, avanzando progresiva y lentamente por cada segmento del cuerpo, hasta que el movimiento inunde todo el cuerpo, de manera que el mismo comience a desplazarse.
 - 3.1. Explorar los diferentes ritmos y calidades de energía
 - 3.2. Prestar atención al foco y la mirada, como parte del cuerpo en movimiento
 - 3.3. Al involucrar todo el cuerpo, procurar generar una ficción que haga que ese movimiento total del cuerpo se convierta en acción (no tiene por qué ser lógica, ilustrativa, ni entendible a un posible espectador).

4. Danza del viento, con acciones de abrir-cerrar, lanzar-recibir, golpear-acariciar, empujar-jalar, hasta generar una pequeña secuencia.
 - 4.1. La danza comienza a reducirse, y se pasa a un desplazamiento por el espacio, con la energía de la danza latente en ese traslado.

Nueve

1. Cinco saludos al sol con velocidad in-crescendo, realizando 8 - 16 - 24 - 32 - 32 exhalaciones rápidas en la "Posición del perro":
 - 1.1 En silencio, con consciencia de la respiración
 - 1.2 Con vibratorio sin voz suave en exhalaciones
 - 1.3 Con vibratorio con voz en exhalaciones
 - 1.4 Con "s" - "sh" - "f" en exhalaciones, procurando que todo el aire sea expulsado
 - 1.5 Con "dra-dru-dri-dro", "cra-cru-cri-cro" y "sra-sru-sri-sro", intercalándose en las distintas exhalaciones
2. Danza del viento, comenzando desde lo sutil, hasta que se llegue a la danza propiamente dicha. En ella, llevamos a cabo con el compañero un juego de acción-reacción a partir de la coreografía de pelea seleccionada.
3. La danza desciende, y comenzamos a desplazarnos por el espacio (manteniendo su energía), ejecutando individualmente la coreografía de combate escénico, evocando los estímulos propios que ofrecería el posible contrincante.
4. Estudiamos la coreografía de combate escénico seleccionada a partir de una continuidad de la energía, teniendo en cuenta los principios propuestos de *Preimpulso - Contraimpulso – Impulso*.

Combate Desarmado

El presente capítulo corresponde a una traducción casi completa del libro: *Stage Combat: Unarmed*, de Roger Bartlett citado propiamente en las referencias.

En él se detallan algunas técnicas y principios básicos para el desarrollo del combate escénico desarmado y la actuación que el mismo requiere.

Dicho material se encuentra atravesado por secciones menores subtituladas *Consideraciones generales y Consideraciones técnicas*. En la primera de se detallan algunas observaciones, consejos, datos de interés o técnicas experimentadas por el equipo de investigación en referencia a lo tratado en la sección general. En la segunda se dan detalles técnicos referidos a las técnicas particulares, con base en la experiencia práctica de la investigación.

También se encuentra intercalado en dos partes (*Cachetadas y Puñetazos*) por material pertinente del libro *Academy of Theatrical Combat Basics Level 1* de Jan Bryant, Dan Speaker y Kim Turney, aclarado debidamente en el desarrollo del capítulo y citado también, propiamente, en las referencias.

Estrangulaciones

Un ataque que parece contraer o apretar la garganta de una víctima para impedir que ésta respire.

Estrangulación de energía inversa

Esta técnica se realiza cuando uno se aproxima desde el frente de la víctima y usa ambas manos para estrangularla.

Procedimiento.

- Pon tus manos como si estuvieras sosteniendo una botella en cada una. Ahora, superpone tus manos de tal manera que las membranas entre tus pulgares y tus dedos índices estén directamente la una por encima de la otra. Debería verse como un collar con forma de “U” que se ajuste cómodamente al cuello de tu compañero. Me refiero a esto como “Collar de seguridad”. También se lo suele llamar la “Paloma de la Paz” y, quizás menos alentador, la “Mariposa de la muerte”.
- Primero que todo, haz contacto visual, para asegurarte que tu compañero está preparado.
- Levanta tus manos a la altura de la garganta mientras te aproximas y mantén tus manos en línea con los hombros de tu compañero para prevenir el riesgo de accidentalmente meterle un dedo en la cara con tus dedos.
- Con brazos y manos relajadas, haz un sonido en el pecho de la víctima dando una palmada con ambas manos contra sus músculos pectorales (los músculos del pecho). Esto es llamado un “knap”. Evita golpear las clavículas – encuentra un lugar donde sea cómodo para la víctima. La acción debería ser justo como aplaudir tus manos entre sí – agradable y relajado sin transferencia de fuerza por debajo de la superficie del pecho. Palmea en su pecho y luego rebota tus manos una distancia corta tan pronto como haga contacto.
- *El propósito de este knap en el pecho es permitirle al atacante tomar la energía de la estrangulación en el ataque sin poner en peligro la garganta de la víctima. Además, el knap produce un sonido agudo que ayuda a convencer a la audiencia de la agresión que está siendo desplegada para ellos.*
- Permite que tus manos formen el "Collar en forma de U" y colócalo alrededor de la garganta de la víctima. La parte superior de tu collar de seguridad debería

descansar directamente por debajo del hueso de su mandíbula y la punta de los dedos debería descansar ligeramente sobre los lados del cuello.

- Aquí es donde la Inversión de la energía y el Control de la Víctima entran en juego.
- La víctima ahora debería ahora agarrar tus brazos (justo por arriba de la muñeca - y evitando agarrar la articulación). Ahora ellos son los responsables de tironear las manos del atacante hacia su propia garganta para mantenerlas en el lugar durante la estrangulación.
- Durante todo el proceso, el atacante continuamente intentará quitar las manos de la garganta de la víctima para asegurarse de que no están ejerciendo ninguna presión sobre el área vulnerable en el frente del cuello.

Qué hacer y qué no.

- Hablar con el otro y chequear que no hay presión en el frente de la garganta de la víctima.
- Chequear que los brazos del atacante no estén siendo apretados de forma excesiva
- No caer en la sacudida estereotipada hacia delante y hacia atrás. No solamente es falsa, sino que también pone a la víctima en peligro.
- No permitir que el atacante sacuda a la víctima de un lado al otro. Recuerda que esto debería tener Control de la Víctima, por lo que la víctima debería estar en control de todos sus movimientos.
- Chequea y asegúrate de estar en control de tu propio peso corporal. No te apoyes en la otra persona para sostenerte o impedir que te caigas.

Dramatizando la estrangulación. Ahora que tenemos los aspectos básicos de la técnica, necesitamos concentrarnos en realizarla de forma excitante y creíble para la audiencia.

Primero que todo, necesitamos crear la imagen física apropiada que cuente la historia clara y efectivamente. Llamamos a esto Pictorización y es un concepto transversal a todo lo que hacemos en combate escénico.

En el relato de la estrangulación, el atacante es la persona que está ganando la pelea en ese momento, por lo que su estatus debería ser superior al de la víctima en ese mismo momento.

- La víctima debería subir sus hombros y bajar su mentón sobre la parte superior de las manos del atacante para ayudar a esconder cualquier espacio que pudiera aparecer y hacer parecer que está tratando de reducir el objetivo de la estrangulación lo máximo posible.
- El atacante debería mantener sus brazos flexionados durante la estrangulación. Esto crea una imagen mucho más fuerte para el público.
- La víctima debería flexionar sus rodillas para verse más pequeños, más vulnerables y débiles que el atacante.
- El atacante debería asegurarse de estar erguido y bien derecho para verse como si estuviera dominando a la víctima.
- La víctima puede inclinarse lejos del atacante levemente como si estuviera intentando escaparse, pero no demasiado, para evitar caerse.
- El atacante debería mantener una postura amplia y balanceada que le ayude a verse fuerte y en control.

Respirar también es importante cuando se intenta convencer al público que estás siendo estrangulado. Intenta evitar la trampa de aguantar la respiración. No solamente es irrealista, sino que también te pone en riesgo de desmayarte.

Sin embargo, la víctima no va a ser capaz de respirar normalmente, así que, ¿de qué forma podemos alterar nuestro patrón de respiración para simular la idea de que estamos teniendo dificultad para entrar aire a nuestros pulmones?

- Como la víctima, tu respiración debería volverse más audible como si la vía respiratoria estuviera siendo apretada.
- Las inhalaciones deberían ser tomadas en intervalos irregulares.
- La inhalación y exhalación, debería volver irregular y más aleatoria. Por ejemplo, no sigas siempre la inhalación con una exhalación (puede haber dos inhalaciones cortas seguidas, por ejemplo).
- La respiración debería ser un poco más fuerte de lo normal para hacerla parecer más desesperada y jadeante. Asegúrate de no hiperventilarte ya que esto puede causar que te desmayes.

Intención. Ahora tienes la técnica y algunas ideas sobre cómo hacerla ver y sonar realista. Pero aún hay un elemento faltante desde el punto de vista de la performance y ese elemento es la intención.

En la actuación, los términos “Intención” y “Objetivo” usualmente pueden ser usados de manera intercambiable.

En combate escénico, la intención de un personaje no es lo mismo que su objetivo. El objetivo es siempre “¿Qué es lo que mi personaje quiere?”. La intención, sin embargo, es el compromiso físico y emocional hacia su objetivo.

Tiendo a hablar con actores y estudiantes sobre diferentes niveles de intención y los incito a usar una escala del 1 al 10, donde 1 representa: “Lo quiero, pero realmente no me pueden molestar para que lo intente y realmente tampoco me importa si tengo éxito o no”. Un nivel de intención 10, sin embargo, significa “Lo quiero tanto que voy a caminar a través de

fuego, con los pies descalzos sobre vidrios rotos y me voy a empalar en mi propia espada para lograrlo – ¡incluso si eso es la última cosa que hago!”

Diferentes personajes y diferentes situaciones van a requerir diferentes niveles de intención. Pero recuerda que, en la realidad, una estrangulación sólo pretende una cosa – asesinar. Por lo tanto, es tu trabajo como actor encontrar el nivel de intención apropiado que le dé suficiente energía a la estrangulación para hacerla ver real para el público y aun así permitir que tú y tu compañero se sientan seguros y confiados en la representación.

Está en ti, como el actor representando la víctima darnos la sensación real del forcejeo que estás atravesando, la progresión del mismo, desde el shock hasta el miedo, a través de la desesperación y la debilidad, mientras la falta de oxígeno pasa factura.

Estrangulación con una mano

No hay razón para que la Estrangulación de energía inversa no pueda ser realizada con una sola mano. La técnica básica funciona exactamente de la misma manera.

- El proceso es prácticamente el mismo: haz contacto visual con tu compañero, eleva tu mano hasta la altura de la garganta mientras te aproximas, palmea el centro del pecho de la víctima (ya que ahora tengo una sola mano que debe cubrir toda la superficie), desliza la mano hasta el cuello y ponla por debajo del hueso de la mandíbula con la membrana entre pulgar e índice al centro. Éste debería ser el mismo collar de seguridad que el descrito arriba en la estrangulación con dos manos.
- La víctima debería entonces agarrar el brazo del atacante con una o dos manos y empezar a tirar de él hacia su propia garganta mientras el atacante ahora puede tirar hacia afuera (por lo tanto, estableciendo el Control de la víctima mediante el uso de

la técnica de la Inversión de la energía, de la misma manera que visto anteriormente).

- La víctima ahora debería bajar su mentón sobre la mano del atacante y subir sus hombros como antes.
- La víctima puede alterar su respiración como antes.
- Ambos, víctima y atacante deberían crear el mismo tipo de imagen física que el descrito más arriba para ayudar a contar un relato que sea fuerte y claro.
- El relato de esta versión usualmente es menos sanguinario que cuando se realiza con dos manos. Esta versión con una mano puede ser usada, habitualmente para expresar cierto poder y control sobre la víctima, o para amenazar y asustar a la misma, más que para realmente matarla. Necesitas encontrar un nivel distinto de intención y una energía física diferente para asegurarse de que el relato es claro para el público.

Estrangulación desde atrás

La dificultad más grande con la estrangulación desde atrás es que no podemos hacer contacto visual antes de comenzar. En vez de eso, debemos crear contacto físico posicionando nuestras manos en los hombros de la víctima mientras nos aproximamos hacia ellas, lo que les avisa que estamos por ejecutar la técnica.

- Acércate desde detrás de la víctima y posiciona tus manos en sus hombros.
- Asegúrate de estar parado levemente hacia un lado para que tu cabeza no este directamente detrás de su cabeza. Párate en el lado opuesto al del brazo con el que vas a estrangular a tu víctima.
- Agarrándolo desde sus hombros, tira de tu víctima hacia ti. Su omóplato debería llegar hasta tu músculo pectoral and tu cabeza debería estar mirando sobre su

hombro. Saca tu brazo por enfrente de tu víctima, por sobre su hombro y crúzalo hasta su hombro opuesto por enfrente de su pecho. Estás básicamente apoyando tu brazo a través de su pecho y sosteniéndolos cerca de ti. Intenta posicionar tu brazo para que el antebrazo este alineado centralmente por debajo de la garganta de la víctima.

- La víctima debería subir sus hombros y agarrarse al brazo del atacante que está apoyado a través de su pecho y bajar el mentón sobre el brazo. Esto debería hacer parecer como que el antebrazo del atacante está a través de su garganta.
- El atacante ahora debería tomar su brazo estrangulador con su otra mano y tirar hacia dentro, hacia él mismo. Sugiero subir dicha mano por debajo para sostener el brazo estrangulador – es la misma acción que un curl de bíceps o levantar algo flexionado el codo. Al mismo tiempo, el brazo estrangulador debe empujarse lejos de la víctima. Esto crea la inversión de la energía y permite que la víctima esté segura y cómoda dentro del marco de los brazos del atacante.

Dramatizando la estrangulación desde atrás. Cuando se realiza esta técnica, debemos recordar pensar en el relato de lo que nos está sucediendo y lo que le estamos haciendo a nuestro compañero. Esto debería ayudarnos a crear una imagen física apropiada, que se parezca a la realidad que intentamos representar.

En la realidad, el atacante estaría apretando su antebrazo contra el frente de la garganta de la víctima, tirándolo hacia atrás y hacia su propio pecho. Para liberar la presión ejercida contra el frente de su garganta, la víctima tendría que moverse hacia atrás y lejos del antebrazo del atacante –esencialmente empujándose hacia el cuerpo del atacante.

Para asegurarse de que la imagen que le presentan al público es tan convincente como es posible, mantengan sus hombros y rostros arriba y no se permitan inclinarse hacia delante y tironear hacia el suelo ya que esto solamente oculta los rostros de ambos del público y pone más presión sobre la garganta de la víctima.

- La víctima aún debería bajar su centro y parecer vulnerable y más débil que el atacante.
- La víctima aún debería alterar su respiración como se discutió anteriormente para hacerle saber al público que su personaje está luchando por respirar.
- El contacto físico entre el atacante y la víctima debería mantenerse en el pecho, tanto como sea posible.
- Aunque ambos actores están en contacto físico, deben asegurarse de estar control de su propio peso corporal. No te apoyes en tu compañero para sostenerte.
- Como con otras estrangulaciones, debes considerar el nivel de intención del atacante, su energía física y el desarrollo del forcejeo de la víctima. Atraviesa los estados de sorpresa, enojo, miedo, desesperación. ¡Sé creativo y diviértete!

Consideraciones Generales

- La *contrafuerza* permite mantener la *seguridad* del trabajo, pero también permite que la actuación sea *orgánica* y cargada de un nivel creíble de *tensión*.
- Es importante cuestionarnos: ¿Cómo manejar la tensión de la voz? La respiración entrecortada y los gemidos de reacción: ¿Pueden secuenciarse o dependerán de la emoción vivida en el aquí y ahora del trabajo?
- ¿Se podría generar una situación en la que el atacante levante a la víctima y la separe del suelo, tomándola del cuello? El agarre de la víctima debería ser muy fuerte y debería tener un base de apoyo extra como puede ser la pared u otra persona sosteniéndolo. Sin embargo, es una técnica arriesgada.

Variantes.

- Cuando se involucran agarres, el atacante puede señalizarle a la víctima, a través de la presión de sus dedos, hacia donde quiere que direcciona su cuerpo en el espacio.
- *Al querer empujar*: Los hombros tienden a levantarse, los codos se van estirando y los pies avanzan..
- Hay que tener constante autoconciencia de las tensiones del cuerpo, para lograr relajarse y no agotarse.
- Siempre ser *generoso* con el compañero y *escuchar* su cuerpo y el cuerpo propio de manera constante.

Sumario

- Asegúrate que la víctima este en control.
- Asegúrate de que no haya presión en la garganta de la víctima.
- Crea la imagen física apropiada.
- Recuerda alterar tu patrón de respiración.
- Trabaja tus niveles de intención.
- Se especificó con tu relato.

Estas técnicas de estrangulación nos introducen a los conceptos de seguridad principales de Control de la Víctima e Inversión de la energía. También los uso para introducir las ideas de compañerismo (prestar atención y respetar a la persona con la que estás trabajando, fisicalizar un relato e intención.

Tirones

Agarrar a un compañero y parecer controlar su movimiento hacia ti o más allá de ti.

Tironear a alguien sobre el escenario es maravillosamente engañoso porque es completamente una técnica de Control de la Víctima, pero es complicado darse cuenta ya que el atacante realmente tira de la víctima.

Tirón de Pelo

<https://drive.google.com/open?id=1VF1c1Ng3NaCINcv8msMDAhNDZ51BR6Eg>

Es técnica es genial porque la única diferencia entre la versión escénica y la real es que tan cerca está tu puño.

- Empieza haciendo contacto visual con tu compañero.
- Mientras te aproximas, levanta tu mano y llévala hacia la cabeza de la víctima, acercándola desde el costado y por sobre el hombro para evitar así pinchar sus ojos con tus dedos.
- Pasa los dedos por su cabello como si estuvieras agarrando un puñado de algo (casi como una garra).
- Enrosca tus dedos sobre la cabeza como si estuvieras cerrando tu puño y deja la parte plana de tus uñas sobre el cráneo de la víctima.
- No cierres realmente tu puño. Deberías, con suerte, tener unos mechones de cabello de la víctima saliendo de entre tus dedos, pero tu puño debería estar relajado y no deberías estar realmente agarrando nada de cabello.
- Ahora, la víctima debería fijar la mano en su cabeza usando su mano del mismo del lado del cuerpo que con la que la estas atacando. Por ejemplo, si el atacante está usando su mano derecha, la víctima debería usar su mano izquierda para asegurar la mano derecha del atacante a su cabeza.

- Con su otra mano, la víctima debería agarrar firmemente tu antebrazo (el mismo brazo con el que estés agarrándola a ella).
- La víctima es ahora responsable de mantener la mano asegurada a su cabeza y de no permitir que se deslice durante el tironeo.
- El trabajo del atacante es mantener a la víctima segura mirando haciendo donde están por tironearlos y chequeando que no haya ningún peligro como trampas, muebles u otros actores.
- El atacante debería mirar sobre el mismo hombro que el brazo que están usando, luego da un paso hacia atrás alejándote de la víctima con la pierna del mismo lado y gira tus caderas para tironear a la víctima a través de su cuerpo. Esta acción va a permitir que los músculos grandes de la espalda y los muslos sean utilizados en el tirón, lo que va a hacer que se vea más fuerte. Solamente asegúrate de seguir mirando hacia dónde vas a tirar a tu víctima

Sé lo que estás a punto de decir. ¿Cómo esto es Control de la Víctima si es atacante realmente tironea a su compañero a través del escenario? Pero recuerda realmente quién se está agarrando a quien.

Es la víctima quien se está sosteniendo del atacante – por lo que, si la víctima decide que ya no quiere ser tironeada, tranquilamente puede soltarse y la mano del atacante debería alejarse de su cabeza de manera segura y sin un puñado de pelo que realmente no está agarrando.

No siempre vas a necesitar que tironear a alguien a través del escenario de una manera tan violenta como ésta. Ésta técnica puede ser realizada como un simple agarre, omitiendo el paso final. Recuerda que esto es Control de la Víctima- el atacante jamás debería controlar los movimientos de la víctima y ciertamente, jamás deberían presionar contra la cabeza de la misma.

Consideraciones Técnicas.

- El hecho de ver hacia dónde voy a empujar a la víctima cuando le tiro del cabello puede no verse muy real.
- La víctima tiene el control a partir de la contraposición de energía. Ella puede decidir abandonar el ejercicio cuando lo vea necesario.
- Es más eficiente que la mano del atacante que toma el pelo de la víctima sea la mano a proscenio para mostrarlo al público y que se vea el ataque. Podría realizarse con la mano a foro, pero no sería tan visible. Puede estar sujeto a decisión del grupo.
- Para un código cómico:
 - Puede ser que el atacante continúe agarrando a la víctima con su mano, a pesar de que ésta se separe. Es decir, que la víctima continúe reaccionando al agarre, aunque la mano ya no la esté agarrando.
 - Que la víctima sea calva y la técnica se produzca de igual manera.

Tirón de Oreja

El tirón de oreja funciona exactamente de la misma manera que el tirón de pelo. La única diferencia es desde donde el atacante aparentemente agarra a la víctima.

- Para el tirón de oreja, sigue los pasos para el tirón de pelo descritos más arriba.
- La mano del atacante debería posicionarse alrededor de la oreja de la víctima con la parte inferior de la palma descansando ligeramente sobre la mejilla y con los dedos enroscándose alrededor y por detrás de la oreja. No debes realmente agarrar la oreja. La parte plana de tus uñas debería estar descansando sobre el hueso duro que se encuentra detrás de la oreja de la víctima

- La víctima aún debería asegurar la mano del atacante a su propia cabeza y agarrarse al brazo del atacante como en el tirón de pelo. El tirón va a sucederse de la misma manera exacta.

Al *dramatizar* el tirón de oreja debe tener en cuenta que el dolor real es mucho.

Cualquiera con hermanos o hermanas sería capaz de decirte eso.

Por lo tanto, el trabajo del actor es expresar ese dolor de manera creíble. Debería haber un “¡Ay!” o momento de dolor cuando eres agarrado por primera vez y luego otro “¡Ay!” o momento de dolor cuando te empiezan a tironear por ahí. El dolor debería ser ligeramente diferente para cada momento y, por tanto, va a requerir sonidos vocales distintos para retratar dicha diferencia. Va a haber una diferencia, ciertamente, en el nivel de dolor entre ambos momentos.

Para mí, este es uno de los momentos más divertidos de la clase, alentando a mis estudiantes a explorar estos momentos y realmente expresar el dolor a través de sus reacciones faciales y vocales.

Consideraciones Técnicas.

- Como se trata de un agarre que podría usarse en un código cómico, la pictorización dada por la diferencia de altura entre actores para marcar la jerarquía puede variar. Mientras más extrema la diferencia de tamaños, mayor efecto cómico puede lograr. Por ejemplo, puede ser más interesante que el atacante sea más bajo o pequeño que la víctima.

Arrastre por el Suelo hacia Delante

Podemos llevar los Tirones de pelo y de oreja un paso más allá y ponernos realmente dramáticos con ellos:

- Comienza con la víctima sentada en el suelo y el atacante parado cerca de ella mirando hacia la dirección opuesta.
- El atacante alcanza con su mano la parte superior de la cabeza de la víctima y gentilmente la desliza hacia su nuca, con los dedos apuntando hacia abajo.
- Todo se sucede de igual manera que con el Tirón de pelo regular. Cierra la mano en un puño, pero sin realmente agarrar el cabello de la víctima. La parte plana de tus uñas debería estar descansando ligeramente sobre el cráneo de la víctima.
- La víctima va a anclar la mano del atacante en su cabeza, manteniendo un agarre fuerte y seguro.
- Con su otra mano, la víctima aún va a sostenerse del antebrazo del atacante, justo por encima de la articulación de la muñeca. La víctima ahora tiene el control sobre la técnica de la misma manera que como fue enunciado anteriormente.
- Como el atacante camina lejos de la víctima, la misma debe estirarse a lo largo del suelo y permitirse ser arrastrada. Recuerda, ella puede soltarse en cualquier momento si quiere que el arrastre se detenga.
- Dependiendo del tamaño relativo de los ejecutantes – e incluso de la fuerza o seguridad del agarre - la víctima puede ayudarse usando sus caderas y sus pies para empujarse del suelo, mientras valientemente actúa como si estuviera forcejeando contra el arrastre.

Quizás te gustaría considerar el vestuario de la víctima y la superficie del suelo antes de elegir probar esto. Las piernas desnudas, los torsos parcialmente expuestos y los escenarios de madera rugosa no son una muy buena combinación.

Consideraciones Técnicas.

- ¿Cómo puede realizarse en un suelo áspero, que dificulte el arrastre? ¿Hay manera posible? Una solución sería que la víctima fuera arrastrada elevándose con las manos y los talones y de esa forma ir “volando” a baja altura.
- Si el atacante se mantiene más erguido se ve más dominante.
- Si el atacante es más grande, la víctima debe orientar las caderas y las piernas en dirección a dónde quiere ir. La víctima debe ayudar más en el desplazamiento con sus piernas y caderas. Debe concentrarse en que el torso no se caiga hacia atrás durante el arrastre.
- La víctima se ve más vulnerable si levanta los hombros.
- La víctima se apoya sobre el costado de la nalga más lejana al atacante, levanta la otra y así parece que quiere alejarse del atacante e irse. El pantalón puede dificultar el arrastre, en ese caso conviene que la víctima levante la cola (y la deslice “flotando”).
- Si el suelo lo permite, a partir de un impulso inicial se puede lograr que la víctima gire en el piso, quizás incluso lograr que siga girando mientras que el atacante se mueve alrededor de la misma, arrastrándola.

Arrastre por el Suelo hacia Atrás

También se pueden realizar la técnica anterior con el atacante mirando hacia la misma dirección que la víctima. La única diferencia es que el atacante deberá caminar de espaldas y por tanto deberá mirar hacia atrás por sobre su hombro para asegurarse de no chocarse con nada.

Empujones

Agarrar o tocar a un compañero y parecer controlar su movimiento lejos de ti.

Los empujones son técnicas que tienden a ser pasadas por alto. La opinión predominante usualmente es: “Bueno, es sólo un empujón. ¿Qué daño puede hacer?”

Francamente, puede llevar el show completo a una paralización total cuando la persona siendo empujada se rompe su clavícula fruto del impacto del empujón. O se tropiezan y golpean su cabeza contra la esquina de una tribuna.

Nunca subestimes ningún momento de violencia sobre el escenario. La seguridad de los actores es lo más importante y debe tener prioridad sobre cualquier otra cosa.

Aquí hay dos formas diferentes de empujar a alguien en el escenario.

Empujón con Energía Cero

<https://stagecombatbook.com/video/stage-combat-chapter-2/> (Contraseña: STAYSAFE).

“The Zero-Energy Push”

https://drive.google.com/open?id=13DLV8svBUjWV3pvM8H_MRE025qXj08eO

https://drive.google.com/open?id=1GXepdk0_kzxvjiJ8Rt9IJpMAi2M10YW5

- Establece contacto visual con tu compañero.
- El atacante da un paso adelante y pone sus manos en el pecho de la víctima.
Negocia con tu compañero el lugar exacto donde poner las manos.
- El atacante se posiciona con su cabeza alineada con el hombro de la víctima para evitar cualquier posibilidad de que sus cabezas se choquen. En esta etapa, los brazos del atacante deberían estar casi estirados.
- El atacante ahora debería mirar detrás de la víctima para asegurarse de que el espacio hacia dónde va a ser empujada es seguro y está libre de cualquier obstáculo.

- El atacante ahora da un paso hacia delante con su pie externo (el pie izquierdo si estoy parado del lado izquierdo de la víctima), alineándolo con los pies de la víctima. Permite que los brazos se flexionen hasta el codo mientras das el paso. Lleva tu peso hacia delante comprometiendo tus caderas y tu pecho para dar la impresión de poder.
- La víctima, ahora, deberá alejarse del atacante. El atacante extiende sus brazos nuevamente, siguiendo el alejamiento de la víctima y por tanto haciendo parecer como si realmente él la hubiera empujado.

Esta versión del empujón asegura que la víctima esté completamente en control de lo que les sucede. Puede verse increíblemente efectivo cuando se hace de manera correcta.

Consideraciones Técnicas.

- El atacante parece “atravesar” el espacio de la víctima con el pie que avanza hacia ella.
- Si no hay el espacio necesario, se puede probar que la reacción inicial del empujón sea hacia atrás, pero que inmediatamente el torso y las manos busquen el piso hacia delante (va a finalizar en un deslizamiento hacia atrás con una posición agachada hacia delante).
- Se puede realizar con una mano, si el personaje lo justifica.
- Con una mano hay más facilidad para apoyar a lo largo de todo el pecho sin apoyar sobre los pechos o las clavículas.

Empujón de Energía Compartida

El Empujón de energía compartida funciona de la misma manera excepto por un elemento. El atacante realmente entrega energía a la víctima para hacer que ésta se mueva.

En otras palabras, el atacante realmente empuja a la víctima. El Control de la Víctima se mantiene porque ambos compañeros *negocian* el uno con el otro durante los ensayos para establecer el nivel de energía que es cómodo para la víctima y que ésta puede controlar.

Deberíamos apuntar a darle la suficiente energía a la víctima para permitirle sentir que fue empujada, mientras mantiene la capacidad para controlar la energía que le fue entregada y su movimiento resultante.

No debe perder control y caerse o chocar contra nada, al menos que sea parte de una acción planeada, por supuesto.

Con esta versión, el uso de las caderas y del pecho por parte del atacante se vuelve más importante – especialmente si la víctima es físicamente más grande que el atacante. Para permitirle al público creer que una persona más pequeña es capaz de empujar a alguien más grande, debe utilizar los músculos grandes de las piernas y de la espalda flexionando las rodillas, rotando las caderas y trasladando su peso corporal a lo largo del ataque.

Consideraciones Generales

- El ejercicio es construido a partir de un mutuo acuerdo y colaboración, donde prima la decisión de la víctima. El atacante debe cuidarla y observar el espacio para que el empujón no tenga resultados desafortunados.
- El atacante debe controlar sus movimientos parásitos. Cuanta más quietud tenga, más seguridad, entrenamiento y control se verá sobre su cuerpo, viéndose dominante (a menos que se trate de un personaje atacante no entrenado).
- Los tirones pelo y de oreja son de un dolor intenso, y en la reacción deben diferenciarse levemente entre un ataque y otro.

- En el agarre de cabello podría generarse una situación dramática en la que el atacante aparente iniciar una caricia en el cabello de la víctima, pero que se convierta luego en un tirón-ataque.
- Es útil que el atacante empiece el tirón o ataque desde su torso y centro, en una especie de imagen en espiral, para que aparente que realmente está involucrando la fuerza de todo su cuerpo
- Observamos que los videos de Stage Combat no siempre se ven reales, porque los actores no siempre involucran *todo el cuerpo*, sino solamente las partes donde concentran la atención (como los brazos).
 - En ataques como patadas, donde la atención está puesta en las piernas, sí suelen involucrar todo el cuerpo
- En el calentamiento probamos también un Tirón con agarre tomando el antebrazo de la víctima
 - Se puede investigar el tomar otras partes del cuerpo (pelos, brazo, pecho, etc.)

Aspectos a Tener en Cuenta en una Escena.

- Jerarquías y relaciones de poder entre personajes.
- Peripetia en coreografía: plantear una acción y hacer otra (ambas con preparación).

Sumario

- Siempre observa hacia donde estás moviendo a la víctima para asegurarte de que sea seguro.
- Usa tus caderas para mayor poder y fuerza.
- La víctima debe mantenerse en control.

- Vocaliza y comparte el dolor con el público.
- Cuida a tu compañero y él te va a cuidar a ti.
- Éstas aún son técnicas de Control de la Víctima, pero es responsabilidad del atacante mantener a la víctima segura, asegurándose que el espacio a donde la están moviendo está libre.

Debería agregar un consejo importante aquí – “La víctima tiene la última palabra”. En otras palabras, si la víctima dice que lo van a hacer es incómodo, entonces tienen razón (sin importar lo que sea que tu pienses). Pero, al mismo tiempo, si ellos dicen que todo está bien, todo está bien (¡sin importar lo que sea que esa voz demoníaca en tu cabeza te esté diciendo!).

Encuentro que estas técnicas son buenas para desarrollar el compañerismo y la narración (física). También demuestran lo importante que son las caderas a la hora de intentar controlar el movimiento de otra persona.

Llaves

Una acción ofensiva que manipula una articulación para forzarla a pasar su rango normal de movimiento – causando dolor y controlando el movimiento de la víctima. Si la manipulación continúa puede provocar la ruptura de la articulación.

Esta sección no trata sobre cómo aplicar llaves de manera real. Ocasionalmente lo exploramos en clase con instructores calificados, en condiciones controladas, pero este libro es sobre violencia sobre el escenario.

Por lo tanto, me voy a focalizar en la apariencia de aplicar una llave y en cómo dos actores pueden contar un relato convincente al público de manera segura.

Hay muchos, muchos diferentes tipos de llave que pueden ser aplicados. Aquí sólo hay unos cuantos que podrían ser útiles en situaciones teatrales.

La llave de muñeca

<https://drive.google.com/open?id=1Z4pDGmFr8eEzlikKvjzVzPISLmIT3ybHt>

La llave de muñeca es una buena técnica de control, simple y muy efectiva. Se puede aplicar desde diferentes posiciones iniciales, pero voy a asumir que el atacante ha agarrado a la víctima de la camisa o la chaqueta.

- Establece contacto visual con tu compañero.
- El atacante ahora toma la mano de la víctima, poniendo su pulgar contra el dorso de la mano de la víctima y con sus dedos envolviéndose en la palma de la mano.
- La víctima ahora toma el control y simplemente flexiona su muñeca, llevando la palma de su mano hacia su antebrazo y rotando la mano para formar una imagen retorcida y dolorosa.
- Mientras la víctima flexiona su muñeca el atacante puede dar un paso hacia atrás, alejándose de ella.
- La víctima también debería permitir que su brazo se doble ligeramente a la altura del codo.
- Asegúrate de rotar o flexionar tanto como te sea cómodo a ti. ¡Recuerda que esto es Control de la Víctima, así que si te lastimas será culpa tuya!
- El atacante debe mantener un agarre seguro y relajado de la mano de la víctima y seguir el movimiento de la víctima para verse como si fuera la persona que lo está realizando.
- Si quiere, el atacante puede añadir su otra mano para dar la impresión de mayor fuerza y control.

Para *dramatizar la llave de muñeca* no debemos olvidar que, como con todo lo demás, es esencial actuar la técnica. O, más precisamente, actuar el relato de lo que está pasando en ese momento preciso.

Recuerda que las llaves están diseñadas para causar dolor, así que la víctima debería mostrar ese dolor al público.

- Sé específico sobre dónde duele.
- Ten claro en tu mente qué tipo de dolor es y qué tanto duele
- Expresa ese dolor vocalmente, así como a través de su fisicalidad, su expresión facial y lenguaje corporal.
- Mantén la imagen física tan grande como puedas – para que el público vea lo que está pasando con mayor claridad. – manteniendo el brazo estirado con cierta distancia entre la víctima y el atacante.
- La víctima debe recordar mantener su cara abierta al público para que éste puede ver su dolor y sus emociones. No lo excluyan escondiendo su cara o mirando hacia el suelo todo el tiempo. Compártanlo con ellos.

Esta técnica es sobre la sincronización y el relato. Debido a la que la víctima hace todo el trabajo, el atacante necesita sincronizar sus movimientos con los de la víctima y ambos lados deben interpretar sus objetivos y sus niveles de intención.

La Llave de Brazo

<https://drive.google.com/open?id=13jN5HUC8ci9dV80BnaCQGvLInC70SXej>

La Llave de Brazo es bastante similar a la Llave de Muñeca, pero es aplicada a las articulaciones mayores del brazo – codo y hombro – más que sólo a la muñeca. Genera un impacto mayor y puede ser muy dramática.

- Empieza de la misma forma que en la Llave de Muñeca con contacto visual y el atacante tomando la mano de la víctima, con su pulgar en el dorso de la mano y sus dedos envolviendo la palma. Usa las manos del mismo lado –mano derecha para el lado derecho o mano izquierda para lado izquierdo.

- El atacante pone la palma de su otra mano en el tríceps/parte superior del brazo, más o menos a la mitad entre el codo y el hombro. Mantén la mano abierta y asegúrate de no aplicar ningún tipo de presión.
- La víctima nuevamente debe tomar el control y ser responsable de su propio movimiento.
- La víctima estira su brazo y lo rota hacia delante desde el hombro.
- La víctima también puede inclinarse hacia adelante desde la cintura, bajar su centro y flexionar levemente las rodillas, pero debería mantener su cabeza y hombros justo por encima del nivel de las caderas.
- El atacante debería dar un paso hacia adelante, hacia al lado de la víctima y asegurarse de estar mirando en la misma dirección que la víctima, preferiblemente hacia el público.
- El atacante debería mantenerse lo más erguido y equilibrado posible para ayudar a crear la imagen de dominancia y control.

Esta técnica puede ser un poco irritante para la gente que está entrenada para aplicar llaves de forma real. Un amigo me recuerda que si esta técnica fuese aplicada correctamente (realmente) entonces la víctima terminaría con la cara en el piso bastante rápido. No tengo ninguna razón para dudar esto o discutirlo. Sí quiero creer, sin embargo, en el lado teatral de las cosas, así como en la realidad marcial y lo encuentro teatralmente más interesante para la víctima si es capaz de mantenerse de pie. Por supuesto, si la situación lo ameritara, entonces no hay razón alguna para que esta técnica no pueda tirar a la víctima directo al piso – es una decisión que debe ser tomada por los actores, su director y su director de combate.

El punto focal de esta llave y localización primaria del dolor sería en la articulación del hombro, así que, cuando pienses en cómo dramatizar esta técnica, recuerda ser específico acerca de donde está centrado el dolor, qué tan lejos se esparce por el brazo hacia las otras articulaciones y que serías capaz de hacer como víctima para reducir el dolor.

El Martillo Trasero (o Medio Nelson)

<https://drive.google.com/open?id=1Ca7J7rFvddEYyRNHmlE6ph3NfmcTEi0M>

El Martillo Trasero es otra buena técnica de control. Puede ser usada en muchas situaciones, como un policía arrestando un criminal, sometiendo a un ciudadano rebelde o un villano poniéndose sucio con el héroe. Una vez más, todo es Control de la Víctima – y el atacante simplemente sigue el juego y se muestra duro.

- Dependiendo de tu posición en el escenario quizás no sea posible hacer contacto visual con tu compañero; por ejemplo, si estas parado detrás de él.
- Si no puedes hacer contacto visual entonces simplemente pon tu mano en el hombro de la víctima mientras te acercas a ella (de la misma manera que hiciste en la Estrangulación desde atrás).
- Si puedes hacer contacto visual, hazlo.
- Con la otra mano, el atacante agarra el brazo de la víctima justo por encima de la articulación de la muñeca y prepara a la víctima moviendo su brazo levemente hacia el lado de afuera de su cuerpo.
- La víctima ahora toma el control y mueve su propio brazo hacia detrás de su espalda tanto como le sea cómodo, mientras el atacante sigue agarrándolo.
- Al mismo tiempo, el atacante debe dar un paso adelante, poniéndose cerca de la víctima y, si aún no lo han hecho, poner su mano libre en el hombro de la víctima – la opuesta al brazo que están agarrando.

El Nelson Completo

https://drive.google.com/open?id=11jnhhxD2ERdY9ozUCov2rLVdXCxJZe_A

El Nelson Completo es muy divertido, pero necesita un poco de cuidado. Asegúrate de estar usando el concepto de Inversión de la Energía para mantener a la víctima segura y cómoda.

- El atacante debe aproximarse a la víctima desde atrás.
- Los brazos del atacante pasan por debajo de los brazos de la víctima hacia el frente de su cuerpo.
- Los brazos del atacante se extienden hacia la cabeza de la víctima flexionando los codos.
- El atacante coloca sus manos gentilmente en la nuca de la víctima. No aplica ningún tipo de presión.
- Asegúrate de colocar una mano directamente por encima de la otra – no entrecruces los dedos.
- El atacante ahora puede crear la Inversión de la Energía empujando sus manos entre sí, con un método similar al usado en la Estrangulación desde atrás.
- La víctima entonces inclina su cabeza hacia delante, llevando su mentón hacia su pecho, haciendo ver como si el atacante estuviera forzando su cabeza hacia abajo.
- El atacante debería mantener su cuerpo erguido y su cabeza y espaldas bien derechas para evitar cualquier choque innecesario.
- Debería haber contacto corporal constante entre el atacante y la víctima, a través del pecho del atacante y la espalda de la víctima. Esto ayuda a mantener las cosas seguras y estables, así como a asegurarse de que los brazos del atacante puedan llegar lo suficientemente lejos a lo largo de la cabeza de la víctima.

Sumario

- Piensa el lugar exacto donde se localiza el dolor.
- La sincronización entre ambos compañeros es vital para crear la ilusión.
- Crea una imagen fuerte y clara para el público.
- Permite al público ver la imagen.
- Sé tan específico como puedas con lo que estás haciendo.

Recuerda que estas técnicas aún utilizan o el Control de la Víctima o la Inversión de la Energía. Por tanto, el atacante y la víctima deben trabajar juntos y sincronizar sus movimientos para hacer notar como si el atacante estuviera haciendo el trabajo. Si estás atacando, asegúrate de comprometer tu cuerpo para verte fuerte y agresivo, justo como te verías si lo estuvieras haciendo de verdad.

Así como con los Tirones y el Empujón de Energía Compartido, la víctima tiene la palabra final. Así que diviértete, mantente seguro y, sobre todo, escucha lo que tu compañero tiene para decirte.

Consideraciones Generales

- Es una acción ofensiva que lleva al cuerpo del contrincante más allá de sus posibilidades articulatorias.
- *De muñeca.* Supone agarre por remera por parte de la víctima, es decir, un ataque previo, aunque no es necesario.
- *De brazo.* La víctima controla, pero debe mantener el brazo estirado y la cara a la vista del público
- *Martillo o Medio Nelson:* El agarre debe ser por *encima de la articulación de la muñeca*, en el antebrazo.

- *Full Nelson*: La inversión de fuerzas es dada por el empuje entre las manos del atacante.
- En un código cómico o clown puede funcionar que el atacante quite el agarre-estímulo sobre la víctima, pero que ésta siga sufriendo ese ataque.
- Las llaves pueden servir análogamente al trabajo del titiritero (como si se tirara de hilos de la víctima a la distancia).

Caídas

Una forma de colapsar hacia el suelo de manera controlada.

El acto de caer usualmente es pasado por alto, pero es bastante sencillo y puede ahorrarte un montón de dolor e incomodidad. Incluso gente con experiencia puede cometer errores.

Recuerdo claramente interpretar a Danceney en una producción de *Les Liaisons Dangereuses* y caer fuertemente sobre mi cadera derecha durante la pelea con espadas grandes del final. No podía caminar correctamente el día siguiente y el director tuvo que citarnos más temprano para reponer varias de mis escenas debido a la lesión.

Con todas las técnicas de caída el objetivo es bastante simple. Necesitas ir desde una posición de pie erguido hasta estar acostado en el piso sin lastimarte. Y necesitas ser capaz de hacerlo noche tras noches por el tiempo que dure el espectáculo, así como numerosas veces en los ensayos.

Los conceptos principales que se usan al caer son *Contrabalance* y *Aterrizaje en grupos musculares* – o “usar tu acolchado natural” como usualmente lo llamamos.

El Contrabalance nos permite controlar nuestro centro de gravedad el mayor tiempo posible y acercarnos al suelo tanto como podamos antes de que la “caída” ocurra.

Debido que generalmente no podemos usar colchonetas en el escenario necesitamos usar el acolchado que la naturaleza nos ha dotado – nuestros grupos musculares mayores. Aterrizando en estas áreas suaves y evitando tus partes huesudas reducirás la posibilidad de lastimarte.

Todos estamos hechos de forma diferente y, por tanto, estas técnicas son adaptables. Lo que funciona bien para una persona no necesariamente funcionará tan bien para la persona siguiente. Toma estos conceptos y principios y adáptalos donde lo necesites para acomodarlos y hacerlos funcionar en *tu* cuerpo. Llega tan cerca del suelo como te sea posible antes de soltar el control y dejarte caer. Encuentra donde están tus acolchados naturales y aterriza en ellos.

Al comenzar, siéntete libre para usar colchonetas para ayudar a amortiguar la caída. Muchos profesores que conozco sólo enseñarán caídas si tienen colchonetas disponibles para que usen sus estudiantes. También conozco muchos profesores que no usan colchonetas porque finalmente tú tendrás que hacerlo en el suelo sin colchonetas, así que deberías acostumbrarte a hacerlo de esa forma desde el inicio. Tú decides.

Descenso con Paso Grande - Caída hacia Atrás

<https://drive.google.com/open?id=1c82t9g0Rc1XY2nRfNMyX3k9Ezw01ol7u>

Un colapso controlado hacia el suelo ejecutado tomando un paso grande hacia atrás para permitir que el peso corporal esté balanceado por el mayor tiempo posible antes de encomendarse al suelo.

La Caída hacia atrás es el primer tipo de caída que enseñé a mis estudiantes. Les ayuda a entender los conceptos del trabajo y les da un nivel de confianza que pueden trasladar a las otras caídas que aprendemos. Aquí está como funciona.

- Da un paso grande hacia atrás (de más o menos el largo de tu pierna), manteniendo tus pies en el ancho de las caderas.

- Estírate hacia adelante con tus manos, como si te estuvieras agarrando a algo para impedir caerte.
- Dóblate hacia adelante desde la cintura para contrabalancear el paso hacia atrás. Esto mantiene tu centro de balance entre tus pies por tanto tiempo como es posible.
- Empieza a flexionar la rodilla de atrás.
- Mantén la pierna de adelante estirada.
- Tus caderas deberían estar desplazándose hacia atrás en una diagonal descendente, apuntando a sentarse en el suelo justo por detrás de tu pie posterior. Mantente estirándote e inclinándote hacia adelante para mantener el control sobre tu centro de balance.
- Siéntate en la nalga de tu pierna derecha (es decir, la pierna con la que no diste el paso hacia atrás).
- Desenróllate gradualmente a lo largo del piso, rodando sobre tus músculos justo al lado de la columna.
- Mantén tus brazos hacia adelante y tus hombros redondeados para evitar golpear tus omóplatos contra el suelo.
- Mantén tu mentón metido para evitar golpear tu nuca contra el suelo cuando te desenrollas.

Siempre es una buena idea exhalar mientras bajas hacia el suelo. Esto te va a ayudar a mantenerte relajado y flexible. Aguantar la respiración te vuelve un objeto rígido y duro que tendrá flexibilidad ni cederá cuando golpee el piso rígido y duro.

Intenta visualizarte tendido en el suelo, distribuyendo tu energía más que soltándote al piso. Usualmente encuentro que ayuda visualizarse tendido en una cama cómoda y agradable.

Consideraciones Técnicas.

- El paso hacia atrás debe tener un largo aproximado de “Inside leg” (o el lado interior de la pierna, es decir desde la ingle hasta los tobillos)
- Al retroceder con este paso, la mollera logra una diagonal recta con el talón
- Al caer no se debe descender sobre la línea de la columna, sino sobre los músculos mayores que están a sus lados
- El atacante adopta una imagen de mayor poder (y por lo tanto se ve mejor en la escena) cuando pictoriza una postura de jerarquía y superioridad de poder.
- La caída no es creíble cuando es exagerada

Caída de Frente

<https://drive.google.com/open?id=1Vmp3yv07uVobKAB0VsEQyqdBnq48ySSY>

Caer de frente sigue las mismas ideas básicas que el Descenso con paso grande. Pero ahora necesitas dar el paso grande en una diagonal hacia delante para tener un lugar donde poner tu cuerpo y necesitas asegurarte de no permitir que tus rodillas caigan al suelo porque va a doler.

Recuerda exhalar mientras descienes al suelo. Va a ayudar a mantenerte relajado y flexible.

- Da un paso grande hacia la línea diagonal delantera en relación con tu línea de movimiento.
- Permite que la rodilla delantera se flexione para ayudarte a llegar tan cerca del suelo como sea posible.
- Inclínate hacia delante desde la cintura y estírate con las manos hacia la diagonal delantera opuesta.

- Pon tus manos cuidadosamente en el suelo – no te sueltes con todo tu peso sobre las manos. Mantenlas lo suficientemente separadas como para que tu cuerpo pueda entrar fácilmente entre ellas.
- Tira tus caderas y tu estómago hacia delante y, poniendo el músculo del muslo de la pierna de atrás, los abdominales y luego el pecho, acuéstate en el suelo.
- Gira tu cadera hacia un lado para que tu rostro no golpee con el suelo.
- Mantén la pierna de atrás estirada y la rodilla del frente arriba para prevenir que golpee el suelo.
- Una vez que estés completamente en el suelo los brazos pueden dispararse hacia los costados para que no parezcan atrapados o antinaturales.

Usa el paso largo y los músculos grandes del muslo para absorber tu energía y reducir la velocidad de descenso. La inclinación hacia delante va a asegurar que puedas colocar tus manos en el suelo en vez de caer fuertemente sobre ellas. Intento imaginar este gran paso funcionando como mi freno – el largo de mi paso junto con los músculos de mi muslo va a ayudar a controlar y absorber la energía para que pueda controlar mi aterrizaje.

Consideraciones Técnicas.

- Esta caída no se ve tan orgánica por el bloqueo de las manos, por lo que proponemos:
 - Deslizar los dedos de las manos hacia adelante en el momento en el que el pecho va a aterrizar (propuesta compleja quizás en un suelo áspero); o
 - Luego de apoyar las manos, rotar sobre el lado del antebrazo, bíceps y omóplato de la pierna de atrás, y que sean éstos los músculos que amortigüen la caída
- También se puede acompañar esta caída con empujes desde atrás

Descubrimos que puede verse más orgánico que quien es empujado haga unos pasos hacia adelante, como si intentara mantener el equilibrio antes de caer al suelo. Esto obviamente dependerá de la situación ficcional en la que los personajes se encuentren

Caída de Desmayo

<https://drive.google.com/open?id=1ZVCWYi6XDeldWSvoGrrK7z37Ov6fqaRw>

<https://drive.google.com/open?id=1tHp0oV5RHRFqysN21iFRFXNjLodWGbMf>

Desmayarse es una técnica notablemente efectiva sobre el escenario. Cuando se realiza bien puede realmente producir algunos suspiros de la audiencia. Y, como un director que conozco lo pone: "Que suspiren está bueno".

- Empieza con tus pies juntos, bien parado y derecho.
- Flexiona tus rodillas llegando tan bajo como te sea posible. Mantén el cuerpo erguido en esta instancia.
- Empieza a empujar tus caderas hacia el lado que vas a caer mientras gentilmente giras el cuerpo y levantas el brazo del mismo lado, sacándolo del camino.
- Siéntate sobre la nalga justo al lado de tus pies.
- Extiéndete en el suelo hacia el lado manteniendo tu brazo arriba, estirándose por encima de la cabeza hacia el lado opuesto.
- Acuéstate en el suelo con tu brazo actuando como un entre tu cabeza y el suelo.
- Debería parecer un colapso elegante hacia el piso. Es el desvanecimiento arquetípico si quieres, así que, exhala todo el camino hacia el suelo para mantenerte relajado y ameno.
- Usa tus muslos y los músculos del centro (abdominales, lumbares y glúteos) para controlar el descenso inicial hasta que estés sentado en el suelo y luego acuéstate sobre tu lado.

- Puedes ir sobre tu espalda en vez sobre tu lado si lo prefieres. Una vez que tu nalga está en el suelo, sólo necesitas mantener tu cuerpo girando un poco más hasta que puedas acostarte sobre los músculos de la espalda. Asegúrate de mantener tu cabeza metida hacia adentro para evitar que golpee contra el suelo.

Consideraciones Técnicas.

- Es necesario que los talones se separen levemente del suelo (aunque seguramente dependerá de las posibilidades de cada cuerpo).

Consideraciones Generales

- Probamos que el torso se mantenga proyectado hacia el cielo y todo el cuerpo caiga en un mismo bloque.
 - El momento de caída debe llegar cuando sea estrictamente necesario, es decir, en el momento en que la caída al suelo es inevitable. Este punto debe ser el más cercano al suelo posible. Proyectarse al cielo permite acercarse más al suelo antes de caer.
 - La mollera y el torso se deben proyectar hacia el lugar opuesto hacia el que se cae, para que la caída sea más liviana
- Probamos que las caídas sean a partir de imaginar empujes desde diferentes puntos del cuerpo. Es importante que se investiguen las distintas posibilidades:
 - ¿Qué pasa con un empuje curvo? ¿Y con un empuje directo? ¿Más fuerte? ¿Menos fuerte? ¿En la pierna? ¿En el pecho? ¿En el pecho directo? ¿En el pecho más curvo? Etc.
- El paso hacia atrás en la caída debe ser bastante largo.
- Cada persona debe *adaptar la técnica a su propio cuerpo y posibilidades.*

Investigamos una entrada al piso de danza contemporánea, por ejemplo, frente a un empujón de atrás. La entrada consiste en: Dar un paso al frente muy largo, luego el torso rota lo más posible hacia la pierna que avanza. Las manos se apoyan cerca del pie que avanzó, dejando que la torsión continúe y permita que la pierna de atrás se apoye en sus músculos mayores (laterales del muslo) y se deslice brevemente. Luego el cuerpo se hace una “bolita”, continúa el giro sobre las nalgas y el muslo de la pierna de atrás, las manos pasan por encima del torso para apoyarse en dirección a la trayectoria hacia la que se avanza. La pierna que queda arriba avanza en esa trayectoria, y las manos y el pie ayudan a ponerse de pie. Esta entrada el piso puede hacerse sin manos (cuando la técnica está muy adquirida).

En estas caídas se ha aplicado principalmente el principio de “Aterrizaje en grupos musculares” buscando llegar lo más cerca del piso como sea posible antes de “soltarse” y dejar caer el cuerpo. Se buscan deslizamiento, torsiones, rotaciones y giros para “desviar” la energía con las extremidades, es decir, redirigirla en otra dirección distinta (usualmente contraria) a la que está teniendo la masa del cuerpo en la caída. No se le ha prestado tanta atención al principio de “Contrabalance”, por lo que estas caídas podrían ser investigadas y mejoradas a partir del mismo. En cualquier caso, se debe buscar el “no-dolor”, la suavidad, la fluidez, y la organicidad como último punto.

- Entrada al piso de danza contemporánea con rotación: Doy un paso muy largo hacia delante, levemente abierto, y flexiono bien la rodilla para bajar cerca del piso, acompañando la torsión con los brazos, mientras mantengo la pierna de atrás estirada. Al llegar cerca del piso apoyo la mano contraria a la pierna de adelante, el lateral de la nalga de atrás, junto con la otra mano, paso la pierna de adelante por arriba de la otra (que quedará ahora apoyando el lateral), me ayudó con las manos para girar, la pierna de atrás apoya el pie a 90°, mientras la otra queda con la rodilla apoyada, y me levanto con fuerza de piernas. Todo esto se hace fluido.

<https://drive.google.com/open?id=1U36BfY6AdMy0f69H6DqXbAzTznZZ0TJU>

Compilado de las demás variaciones:

https://drive.google.com/open?id=1b_WMccHEEcjO_9FnekF6SMoAr7xV0rSL

1. Variante de entrada al piso de danza contemporánea con rotación: Se realiza igual que la técnica original (descrita arriba), con la única variación de que, al llegar cerca del piso apoya ambas manos a la vez y antes de tocar el piso, la pierna de atrás se flexiona y se mete debajo del cuerpo, achicándose, y logrando un aspecto menos profesional.
2. Deslizamiento Frontal (dos manos): Empiezo nuevamente con un paso largo. Al llegar cerca del piso apoyo las dos manos soliviándoles de cierto peso y las deslizo para adelante. Para evitar el impacto levemente del lado de la pierna de atrás, así, recibo el suelo con el muslo frontal de atrás (y no la rodilla) y el aductor/muslo de adelante.
3. Deslizamiento Frontal (Una mano): Empiezo dando un paso largo. Al llegar cerca del piso apoyo la mano de la pierna de adelante para soliviar el peso y deslizo adelante la palma de la mano de la pierna de atrás, mientras la de adelante se retira hacia atrás siguiendo el impulso del cuerpo. Recibo el suelo con el muslo de atrás, manteniendo la otra pierna arriba hasta estar pegado al piso, y en ese momento apoyo el aductor de adelante.
4. Deslizamiento Lateral (Una mano): Empiezo dando un paso largo. Al llegar cerca del piso apoyo la mano de la pierna de adelante para soliviar el peso y deslizo adelante el dorso de la mano de la pierna de atrás (girándome lateralmente). De esa forma recibo el suelo con todo el dorso del cuerpo (antebrazo, omóplato, costillas y muslo) de la pierna de atrás, acolchonando además, la cabeza con el brazo. El estirar la pierna de adelante luego de la rotación puede ayudar a la desviación de la energía (en dirección contraria al piso).

5. Entrada lateral con giro: Empiezo dando un paso largo, pero en este caso la pierna de atrás ya se va flexionando hacia delante. Al llegar cerca del piso apoyo ambas manos adelante, de lado de la pierna de atrás. La mano de la pierna de adelante sirve de apoyo mientras la de la de atrás desliza el dorso hacia delante. Aprovecho el deslizamiento para girar sobre la espalda y sobre el muslo de la pierna de atrás (que se flexionó para llegar al piso rápidamente). Dejo que el brazo y la pierna de adelante pasen por arriba al girar, apoyando el dorso del muslo en el suelo. La otra mano (la que no se estiró) se mete en el cuerpo. Por la otra parte, la última pierna en llegar (que queda arriba) puede estirarse para desviar la energía.
6. (Variación) Entrada lateral con giro continuado: Justo antes de entrar al piso con el dorso de la mano, la pierna de atrás (estirada) se flexiona aún más y busca el suelo con la nalga y el muslo izquierdo, es decir todo el lado izquierdo se achica hacia una “bolita” para rodar sobre la espalda, estirarse y así sucesivamente en una serie de ruedos laterales que podrían terminar con nosotros boca arriba, con los brazos y piernas estirados para desviar la energía. Si se quiere hacer más de un giro, se debe volver a la “bolita” cuando se está boca arriba y estirarse cuando se está boca debajo, de manera energética, para mantener el impulso.
 - Sería sumamente estético y funcional para un teatro físico o danza teatro el cruce de disciplinas combate escénico con danza contemporánea- contact- fly low, acrobacia, etc.
 - Hay ocasiones en que un ejercicio particular y aislado puede no resultar orgánico, pero si la situación ficcional lo amerita hace que se instale un código en la escena y se vuelva orgánico. Es decir, por ejemplo, una patada que no es técnicamente bien hecha puede no verse orgánica, pero en medio de una escena de pelea, entre dos personajes no entrenados o que actúan un gran nivel de furia, puede verse aún más orgánica que una patada “técnicamente bien hecha”

Sumario

- Practica lento para desarrollar el control.
- Usa colchonetas si quieres, cuando estás comenzando.
- Llega tan cerca del suelo como puedas antes de caer.
- Aterrizas sobre tus músculos.
- Exhala durante todo el camino hasta el suelo.

Usualmente me preguntan “¿Qué tan rápidas deberían ser estas caídas en la función?” Bueno, la única respuesta que puedo dar es ésta: La caída debe ser lo suficientemente rápida para verse creíble dentro del contexto de lo que ha causado que te caigas en primer lugar, pero no tan rápida como para que no puedas controlarla.

Te recomendaría mantenerlas lentas mientras estás practicando y ganando confianza. Asegúrate de entender cómo mantener el control físico y cómo encontrar el grupo de músculos suaves al aterrizar, antes de acelerarlas.

Cachetadas (Academy of Teatrical Combat. Basics Level 1)

Ejercicios Previos

- Movimiento básico para el mano a mano - ejercicio de giro

Girar o pivotar sobre tus pies mientras te mantienes centrado es una parte vital de prácticamente todo lo que se realiza en el mano a mano. Empieza parándote con tus pies separados mirando hacia adelante. Gira de un lado al otro manteniendo el peso 50/50 en ambos pies, permitiendo que el talón de atrás se levante del suelo. Permite que los brazos se balanceen libremente con el tren superior relajado y derecho. Este movimiento es la base de reacciones para golpes a la cara y para la impresión de poder detrás de un golpe.

- Reacción para cachetadas

Imagina un golpe a la cara. Pon tu mano en tu mejilla y empuja con un movimiento corto y enérgico, permitiendo que tu cabeza chasquee hacia un costado con tu cuello relajado. Esto debería darte una sensación de cómo tu cabeza reacciona a una cachetada. Asegúrate de calentar bien tu cuello antes de hacer esto, para no causarte dolor o tirón en un músculo.

Nota de seguridad: El contacto con la cara es hecho con la mano sólo para practicar. No hagas contacto con la cara cuando realmente realices una cachetada.

Cachetada

Nota de seguridad: ¡Cachetadas! La cachetada es uno de los movimientos más peligrosos del combate teatral, por la simple razón de que nadie piense que la cachetada es peligrosa.

La verdad es que la fuerza de una cachetada puede dislocar una mandíbula o desprender la retina del ojo. Si la cachetada hace contacto con el cuello puede romper los ganglios linfáticos. Si la cachetada hace contacto con un oído, puede romper el tímpano. Si las uñas rajan un ojo podría causar daños permanentes. La lista de heridas posibles continúa. Ser capaz de manejar el dolor de una cachetada una o dos veces no es lo mismo que tener que hacerlo una y otra vez en una situación de representación, donde la adrenalina de la actuación usualmente hace que los golpes sean impredecibles. No hace falta decir que si estás recibiendo una cachetada para una película, nunca serán sólo una o dos tomas. Si lo estás haciendo en teatro, esta acción tiene que ser realizada en ensayos tantas veces como el número representaciones la producción lo requiera. Es muy importante practicar un golpe a la cara para que parezca real sin tener que generar contacto.

Para contrarrestar el peligro de una cachetada hay *factores de seguridad* que deben ser observados desde los primeros momentos del aprendizaje de este tema.

- Encontrar una distancia segura: Para encontrar una distancia segura para las cachetadas, empieza encuadrándote con tu compañero. Para encuadrarte, párate frente a tu compañero con sus centros alineados, ambos deberían tener sus pies separados con su peso balanceado de forma pareja.

La persona que lanza la cachetada alcanza a su compañero poniendo la punta de sus dedos en el frente de los hombros de su compañero, parándose a la distancia de su brazo extendido. Esto es llamado medir la distancia segura.

- Asumir la postura de combate: El atacante da un paso hacia atrás con el lado del cuerpo que realiza la cachetada. Esta es la postura básica del combate.
- Probar la distancia: Puedes probar la distancia segura extendiendo la mano que realiza la cachetada y moviéndola de un lado al otro a través y por delante del objetivo. En cuanto ninguno de los dos se incline hacia adelante, no hay forma de que la cachetada haga contacto realmente, y permite que puedas usar energía real cuando mueves la mano a través de ese espacio vacío.
- La señal de tres partes:

Empieza en postura de combate con ambos brazos relajados a los lados, listo para hacer la señal de tres partes.

- Señal de toque: Alcanza el hombro de tu compañero con tu mano delantera.
- Señal de mirada: Hacer contacto visual con tu compañero.
- Señal visual: Levantar la mano que dará la cachetada.

Estas tres señales se realizan simultáneamente con el primer momento de la técnica de la cachetada.

Nota: Hay que mantener la mano que cachetea en visión periférica y en línea con tu hombro.

En el segundo momento de la técnica de la cachetada, la mano que cachetea pasa en frente de la cara al nivel de la mandíbula, el brazo de la señal de toque contrarresta el movimiento recogiendo y el receptor reacciona chasqueando la cabeza cuando la mano pasa frente al punto imaginario. El atacante continúa la trayectoria de la mano girando su cuerpo en dirección de la cachetada, y permitiendo que el brazo caiga naturalmente. Puedes practicar la sensación relajada de una cachetada cacheteando tu otra mano en frente de ti, cepillándola en un arco. Nota cómo la mano reacciona al impacto para que puedas simular esta reacción cuando cacheteas el aire.

Nota de seguridad: Los dedos de la mano que cachetea apuntan hacia arriba por seguridad, mientras dicha mano pasa en frente de la cara del compañero.

Cachetadas (Stage Combat: Unarmed)

Una *cachetada* es un golpe con la palma de la mano abierta y relajada, usualmente lanzado hacia la cara. También puede ser lanzado con el dorso de la mano. Esto es llamado un revés.

Todas las técnicas de esta sección y de la siguiente son golpes sin contacto.

Sin contacto: “Cualquier movimiento o acción que no requiere ningún tipo de contacto entre los combatientes”

Golpe sin contacto: “Un golpe lanzado con ilusión de contacto, apropiadamente enmascarado del público, con un *knap* bien cronometrado”.

Antes de ver varias técnicas necesitamos entender unas cuantas cosas. Esto va a ayudarnos no sólo a mantenernos seguros, sino también a asegurarnos de que el relato que estamos contando es tan claro y preciso como sea posible.

Mantenerse Seguro

Por sobre todo lo demás, dos cosas van a ayudarte a mantenerte seguro cuando realizas combate escénico y especialmente golpes sin contacto: *Contacto visual y Distancia*.

Es bastante simple, si estás muy lejos como para golpear a alguien, entonces no puedes lastimarlos. Esto es conocido como trabajar “fuera de distancia”. Obviamente hay un límite en que tan lejos podemos estar y aun así hacer que la técnica se vea real, pero siempre es mejor estar muy lejos, que estar muy cerca. Al menos vas a estar seguro.

Los Cinco Elementos Esenciales

Cada golpe sin contacto necesita tener 5 elementos para que el público pueda creerlo:

- *La Acción.*
- *La Reacción.*
- *El Knap.*
- *La Ilusión de Contacto.*
- *Sincronía.*

La *Acción* es el ataque en sí mismo, que usualmente dividido en 3 partes.

1. La preparación (mostrarle a tu compañero y al público lo que está por suceder).
2. El movimiento del golpe (o el ataque en sí mismo).
3. La imagen posterior (mostrar al público lo que acaba de suceder).

La *Reacción* es el movimiento físico de la víctima causado por la acción.

El *Knap* es el sonido que creamos para simular el sonido del contacto.

La *Ilusión de Contacto* es cómo hacemos que el público crea que el contacto se ha producido cuando realmente no lo ha hecho. Esto es, en parte, sobre cómo asegurarse que tú y tu compañero están posicionados correctamente en el escenario para esconder todos los trucos y espacios, pero también involucra la idea conocida como “cruzar la línea”.

Imagina una línea invisible que viaja desde el ojo del espectador hasta el objetivo y por detrás. Es una línea recta y es mágica, así que viaja a través de cualquier objeto que pueda estar en su camino sin desviarse. El objeto golpeador (tu mano, tu puño, una bandeja, un bate de béisbol) *debe* cruzar esta “línea mágica” para que el público crea que el contacto ha sido producido con el objetivo.

También deberíamos entender que cuando trabajamos en el plano a foro/a proscenio, el público carece de percepción de profundidad. En otras palabras, ellos no pueden decir que tan lejos están dos personas (o dos objetos) al menos que ellos tengan algún tipo de guía externa como una tabla cercana, o al menos que le mostremos que tan separados estamos. Entonces, si hacemos la acción o el ataque exactamente como lo haríamos si realmente estuviéramos lo suficientemente cerca como para hacerlo de verdad y, si estamos posicionado correctamente en el escenario para esconder los espacios y, si cruzamos la línea - el público creerá que realmente hemos hecho contacto con el objetivo.

La *Sincronía* es esencial. Necesitamos tiempo para sincronizar todos los elementos cuidadosamente para que parezca que la acción ha causado la reacción física de la víctima y el sonido.

Ahora que hemos hablado sobre la teoría, echemos un vistazo a cómo podemos poner estas técnicas en práctica con algunas técnicas comunes.

Cachetada a foro/a proscenio

www.stagecombatbook.com (slaps)

<https://drive.google.com/open?id=1Mgxd6BIFSxrT3Xk5qz0ox12wdxv-GQ9>

<https://drive.google.com/open?id=1uyEAM6jup6sAqPCsdg5pZ1rIMj4i2zwN>

Éste es un buen ataque para comenzar, ya que realmente ayuda a entender de lo que hemos estado hablando respecto a los cinco elementos esenciales de los golpes sin contacto.

Esta cachetada es un ataque con la palma de la mano abierta, generalmente lanzado hacia la cara y que funciona en un formato de proscenio donde el atacante está parado a foro y la víctima a proscenio con su espalda hacia el público.

Primero que todo, asegúrate de estar en una distancia segura parándote lo suficientemente lejos de tu compañero como para que no puedas tocarlo con tu brazo completamente extendido y establece contacto visual para asegurarte de que ambos están listos.

La Acción.

La acción es el movimiento del atacante.

- Haz la preparación del ataque elevando tu mano abierta cerca de tu rostro. Extiende tu otro brazo y apuntalo a tu compañero para reasegurarle y reasegurarle de que realmente estás muy lejos para realmente golpearlo.
- La preparación es muy importante en todos nuestros ataques porque ayuda a nuestro compañero y al público a ver lo que está por suceder y les permite seguir el relato. Hablamos sobre la pictorización con la estrangulación y es un concepto que continua a través de todos estos ataques, de igual manera. Haciendo una preparación buena y clara a la altura que quieres realizar el ataque, creas una imagen clara que el público puede ver y entender. Ayuda a apoyar el relato que estás intentando contar.
- Mantén tu brazo atacante flexionado mientras barres con tu mano horizontalmente, más allá de la cara de tu compañero, con los dedos apuntando hacia el techo. Intenta liderar este barrido con la palma de tu mano, como si la palma estuviera viajando hacia la mejilla de tu compañero.

- Cuando tu mano pase por su rostro permite que la palma gire levemente para enfrentarlo. Esto ayuda a señalar el momento de contacto aparente y ayuda a construir la ilusión de que lo acabas de golpear.
- Continúa el barrido de tu mano todo el camino hasta el otro lado de tu cuerpo.
- Termina con la mano abierta a la altura de tu propia cara, para dar una imagen posterior clara, mostrándole al público lo que acabas de hacer. Mantén esta posición por un momento breve – no más de un pulso o dos.
- Finalmente, permite que el brazo y la mano se relajen nuevamente en una posición natural listos para lo que sea que se requiera a continuación.

La Reacción.

La reacción lo que la víctima hace.

- Asegúrate de hacer contacto visual para que tu compañero sepa que listo para que el ataque comience.
- Mira su mano mientras viaja hacia ti y aguarda hasta que pase por tu cara.
- Mientras pasa por tu cara, gira tu cabeza en la misma dirección.
- Intenta asegurarte de girar tu cabeza antes que cualquier otra parte de tu cuerpo empiece a moverse. Como ésta es la parte que está siendo golpeada, debe ser la parte que se mueva primero en la reacción.
- Asegúrate de girar tu cabeza horizontalmente e intenta mantener erguido el resto de tu cuerpo. No colapses.
- Una vez que la cabeza haya girado tanto como puede, siéntete libre para permitir que los hombros empiecen a girar también.
- Puedes, también, añadir un sonido vocal al relato –algún tipo de jadeo o sonido de dolor agudo que ayude a vender la ilusión de que has sido golpeado en el rostro.

El Knap de Aplauso.

Hay muchas formas de crear el knap. La forma más fácil es que la víctima cree el sonido simplemente aplaudiendo sus manos entre sí. Curiosamente, esto es llamado un Knap de Aplauso.

- Empieza con tus manos en una posición natural, relajadas al costado del cuerpo.
- Cuando veas que la mano del atacante pasa por tu nariz, simplemente junta las manos rápidamente para realizar el aplauso. Esto debería ocurrir a la misma vez que la reacción.
- Mantén los brazos y las manos relajadas y mantén el movimiento pequeño para que permanezca escondido del público.
- Puedes, si quieres, llevar una mano hacia tu mejilla que ha sido aparentemente golpeada, en un gesto de calmar el dolor de haber sido cacheteado o de chequear cualquier daño

La Ilusión de Contacto.

Crear la ilusión de contacto es realmente una cosa bastante simple de hacer, pero cómo hacerlo puede variar de un tipo de ataque a otro. Depende de en qué posición estés en el escenario y en que formato teatral estés trabajando (formato de proscenio, transversal, circular). Con esta técnica particular deberías estar parado en una posición a foro/a proscenio. Si estás en un formato de proscenio, entonces la víctima debería tener su espalda hacia el público para que el knap se esconda fácilmente. Este tipo de cachetada también puede funcionar en un formato transversal.

Recuerda que en esta posición el público carece de percepción de profundidad. Si cacheteas como si realmente estuvieras lo suficientemente cerca para golpear a tu compañero,

entonces ellos creerán que estás lo suficientemente cerca para golpearlo. No necesitas estar *realmente* cerca.

Recuerda asegurarte de que tu mano cruce la línea viajando de un lado de tu cuerpo hacia el otro. Se consciente de dónde está el público y que tan ancha es la sala. ¡Asegúrate que cruces la línea para todos!

Sincronía.

Esto es lo que une todo. La reacción y el knap deben suceder cuando la mano del atacante pasa por la nariz de la víctima. Esto va a hacer parecer que la acción ha causado la reacción y el sonido. Aquí hay un pequeño consejo extra para ti – siempre es mejor reaccionar un poquito tarde que muy temprano.

La Cachetada de Revés

La Cachetada de Revés funciona exactamente de la misma manera que la Cachetada a foro/a proscenio. La diferencia más obvia es que usas el dorso de la mano abierta para hacer el ataque.

- Como con la primera cachetada, asegúrate de estar muy lejos como para hacer contacto real con tu compañero.
- Haz contacto visual para asegurarse de que ambos están listos.
- El atacante levanta su mano hasta la altura de su cara del lado contrario de su cuerpo (es decir, del lado izquierdo si está atacando con la mano derecha y viceversa).
- Mantén el codo flexionado como antes y los dedos apuntando hacia arriba. El dorso de la mano debería apuntar hacia tu compañero.

- Barre tu mano alrededor de la cara de la víctima manteniendo el brazo levemente flexionado con los dedos apuntando hacia arriba. Asegúrate de acelerar el ataque hasta el final.
- La víctima va a reaccionar como antes, girando su cabeza cuando ven que la mano del atacante pasa por su nariz.
- La víctima va a hacer el mismo Knap de Aplauso como antes, en el mismo momento que antes.
- El atacante termina con su mano a la altura de la cara, del lado del cuerpo opuesto al que comenzó. Esta imagen posterior es sólo una espera momentánea antes de dejar caer la mano y relajar el brazo nuevamente.

Ambas de estas técnicas funcionan bien cuando estás enfrentando a tu compañero en la posición a foro/a proscenio.

Usualmente es más deseable, sin embargo, tener a los actores enfrentados a través del escenario (o de perfil al público). Así que, ¿Cómo podemos hacer para cachetear a alguien en esta posición?

La Cachetada de Perfil

https://drive.google.com/open?id=1VzTW9KnRGjXgwsSop_5-qqqr0egS33U8

<https://drive.google.com/open?id=1PDuwjoC1nJDrd9XiXqxDHFMQqmh0Z4Xv>

https://drive.google.com/open?id=1_6vBtwDuTsoLcUf4iU_sDGmQlrVldc7D

Hay muchas formas diferentes de realizar una cachetada cuando estas parado de perfil al público, y he visto varias de ellas a lo largo de los años. Así es como actualmente enseño a mis estudiantes y actores cómo hacerlo. Creo que el movimiento tiene una sensación natural, es relativamente simple de realizar y aún adhiere a nuestros cinco elementos esenciales para los golpes sin contacto.

Primero que todo, necesitamos resolver dónde está, exactamente, la línea que nuestro objeto golpeador necesita cruzar para que podamos crear la ilusión de contacto.

Cuando estas enfrentando a tu compañero a través del escenario, tu línea de visión corre directamente de izquierda a derecha del escenario (o viceversa, dependiendo de qué lado te encuentres). La línea de visión del público, por tanto, es exactamente perpendicular a ti y, por eso, la “línea mágica” corre directamente hacia foro desde la cara de tu compañero.

Esto significa que, para cruzar la línea debemos estar parados lo suficientemente cerca como para golpear realmente a nuestro compañero con el brazo flexionado. Como estamos “en distancia” necesitamos ajustar nuestra puntería y la dirección en que nuestra mano viaja para mantener a nuestro compañero seguro, cada vez. Mover el objetivo de esta forma es un concepto que llamamos *Desplazamiento del objetivo*.

Me gusta imaginar que un loro de peluche esponjoso está sentado en la punta del hombro a foro de mi compañero. No lo tiene muy cerca de su oreja, imagínalo justo en la punta de su hombro porque este loro esponjoso se vuelve el objetivo ahora.

- Haz contacto visual con tu compañero, luego mueve tu foco para mirar al loro imaginario en su hombro a foro.
- Estírate hacia delante con tu mano a foro, directamente hacia el loro. Tu palma debería estar mirando hacia ti, mayormente, con los dedos apuntando hacia arriba en un leve ángulo. Esta debería ser una posición bastante natural, por lo que evita hacerla incómoda. Mantén el brazo ligeramente flexionado.
- Ahora, tu mano debería estar escondida de la visión del público por la cabeza de tu compañero. Ésta es tu preparación.

La preparación debería ser bastante relajada y sin apurarse. El énfasis del ataque estará en el próximo movimiento.

- Brusca y rápidamente tira tu mano hacia atrás, hacia tu hombro a proscenio.

- Mantén tu mano a la altura de tu rostro durante todo el trayecto.
- Mientras la mano vuelve pasando por la cara de la víctima puedes permitir que la palma de tu mano gire un poco como si estuviera pasando por su cara. Este es un movimiento muy similar al giro de la Cachetada a foro / a proscenio, simulando el momento de contacto.
- Éste es, también, el momento para que la víctima reaccione girando su cabeza hacia el público mientras hace el knap.
- Deja la mano atacante a la altura del rostro por un momento para crear la imagen posterior y permitirle al público ver lo que acabas de hacer.

La reacción de la víctima debería ser similar a la de la Cachetada a foro/a proscenio, pero quizás sólo un poco más pequeña. Intenta aislar la reacción en la cabeza tanto como puedas.

La víctima puede incluso usar el mismo knap que antes. Mientras se mantenga pequeño y a baja altura debería ser fácil que pasara desapercibido por el público. Puedes, si quieres, hacer el knap en tu muslo a foro, pero el sonido que hace es muy diferente y dependiendo de qué vestuario estés usando podría no ser una opción muy realista para ti.

La sincronía de la reacción y el knap son importantes. Cuando veas a tu compañero comenzar el ataque, verás su mano desaparecer de tu visión cuando se estira hacia el foro en tu hombro. Cuando veas que su mano reaparece en tu visión periférica, es el momento de reaccionar y de hacer el knap. Asegúrate de que la reacción sea realizada a la misma velocidad que el ataque.

Puede ser un poco difícil acostumbrarse al momento cuando lo pruebas por primera vez, por eso sugiero que empieces despacio. Realiza todo el ataque lenta y suavemente y permite que tu compañero aprenda el momento correcto para reaccionar y hacer el knap. A

medida que ganen confianza con sincronizarlo correctamente, puedes subir gradualmente la velocidad del ataque, pero sé paciente.

Dramatizando las Cachetadas.

Cuando estas ensayando o ejecutando una cachetada debes pensar en la respiración y en cuando tu personaje toma la decisión de dar la cachetada.

La decisión de cachetear a alguien debe suceder justo antes de levantar tu brazo. Ésta es la razón por la que lo levantas. Mientras levantas tu brazo en la preparación, inhala bruscamente a través de tu nariz. Esto debería ayudar a arrugar tu rostro levemente y hacerlo ver enojado y agresivo. Debería también hinchar tu pecho haciéndolo sentir más grande y más poderoso. Exhala mientras haces el ataque para mantenerte relajado y libre en el movimiento.

Como la víctima, puedes intentar hacer un sonido de algún tipo cuando eres golpeado. Qué sonido hagas depende enteramente de tu personaje y la situación, pero podría ser algún tipo de ruido de shock, sorpresa, quizás dolor – o quizás la cachetada te impide de hacer ruido (por ejemplo, si has estado llorando un montón y alguien está intentando devolverte la calma y detenerte, o si has estado histérico). Juega con un par de opciones antes de elegir una que funcione mejor para ese momento.

Con todos los golpes sin contacto es importante ensayar la reacción. Sé realmente específico con qué parte del cuerpo se mueve primero, cuánto se mueve y a qué velocidad. La reacción debería tener la misma velocidad y energía que el ataque que ha hecho girar tu cabeza.

Presta atención a la sincronía de la reacción. Espera a ver la mano del atacante pasar por tu cara antes de girar la cabeza. Recuerda que siempre es mejor hacerlo un poco más tarde que hacerlo muy temprano.

Dramatizar la cachetada también es sobre tener una actitud hacia lo que estás haciendo (o saber por qué lo estás haciendo y cómo te sientes respecto a ello) y crucialmente, es sobre ambos personajes teniendo una reacción emocional a lo que acaba de suceder. ¿Disfrutaste golpeándolo/siendo golpeado? ¿Estás sorprendido? ¿Te arrepientes o quieres hacerlo de nuevo? ¿Quieres correr y esconderte de él o quieres golpearlo de vuelta o exigir una disculpa?

Cuenta el relato de lo que estos personajes están atravesando y el público te seguirá. Si sólo te parás ahí y haces una técnica y no tienes ninguna conexión emocional hacia ello, probablemente se dirijan al bar.

Sumario

- Ponte fuera de distancia para técnicas a foro/a proscenio.
- Desplaza el objetivo si estas de perfil al público.
- Muestra el momento en que el atacante decide dar la cachetada.
- Asegúrate de que tu cabeza se mueva primera en la reacción.
- Ten una respuesta emocional a lo que sucede.

Consideraciones Generales:

- Para realizar la *cachetada a foro/a proscenio* hay que estudiar con precisión la línea invisible de visión del espectador

Puñetazos (Academy of Teatrical Combat. Basics Level 1)

Un *puñetazo* es un golpe dado con el puño. Un puño correctamente armado se realiza cerrando los dedos hacia la palma y posicionando el pulgar sobre la segunda falange del índice y del dedo mayor. El antebrazo, la muñeca y los primeros dos nudillos deberían estar alineados.

Ejercicios Previos:

- **Reacción para puñetazos**

Imagina un golpe a la cara. Pon tu mano en tu mejilla y empuja con un movimiento corto y enérgico, permitiendo que tu cabeza chasquee hacia un costado con tu cuello relajado. Usa esta energía para imaginar un golpe más fuerte, como un puñetazo, y permite que los hombros y las caderas sigan la energía de tu cabeza, girando sobre tus pies como en el ejercicio básico de giro. Las reacciones necesitan reflejar la cantidad de energía puesta en el golpe, por lo la reacción a una cachetada va a tener menos movimiento que la reacción a un puñetazo o a una patada en la cara.

Puñetazo Cruzado:

El *puñetazo cruzado* tiene ese nombre porque cruza el plano de la cara de un lado al otro, golpeando la cara hacia el costado. Empieza *encuadrándote* y midiendo la distancia con la punta de los dedos y encontrando tu postura de combate.

Luego haz la *señal de tres partes* similar a la cachetada, exceptuando que la señal visual debería ser un puño con el lado interior de la mano mirando hacia tu mejilla. Asegúrate de que tu brazo está relajado con el codo bajo.

Nota: Mantén la mano que da el puñetazo en tu visión periférica.

Realiza el puñetazo cruzando la cara de tu compañero al nivel de la mandíbula de un lado al otro de su cara, apuntando los primeros dos o tres nudillos, a través del objetivo de forma vertical y relajando el brazo que da el puñetazo, para que pueda caer naturalmente luego del "impacto". Puedes crear la ilusión de impacto usando la *inversión de la tensión*, como hacemos en el combate con espadas. El brazo que realiza la señal de toque contrarresta el movimiento recogándose.

Es de ayuda practicar cómo la energía se siente cuando es redirigida en el impacto dando un puñetazo a un objeto acolchado (como las almohadillas de enfoque para artes marciales o entrenamiento de boxeo). Ten cuidado con lo duro que golpeas especialmente al principio, para no lastimarte.

Puñetazos (Stage Combat: Unarmed)

Los puñetazos son ataques más grandes y fuertes que las cachetadas. Son hechos con un puño cerrado. La intención es golpear el objetivo con los nudillos o la parte plana del frente del puño. Cuando haces tu puño, enrolla los dedos dentro de la palma de la mano y pliega el pulgar por sobre ellos (directamente bajo palma). No pongas el pulgar por dentro de los dedos.

Debido a que el puñetazo está destinado a ser más grande y fuerte que la cachetada, necesitamos comprometer más nuestro cuerpo en el ataque. Usa tus caderas para ayudarte a rotar el torso cuando lanzas el puñetazo para darle una impresión de verdadero poder. Mantén tus hombros relajados y sobre tus caderas para ayudarte a mantener el balance.

Hay tantos tipos diferentes de puñetazos que requeriría un libro entero para describirlos a todos, por tanto, voy a limitar esta selección a unos cuantos puñetazos que te van a servir bien – algunos que funciona en la posición a foro/a proscenio y uno para cuando estás de perfil al público.

Debido a que el ataque es ahora un puñetazo y no una cachetada, esperaríamos un sonido un tanto diferente cuando el puño parece golpear la cara, por esto, deberíamos hacer el knap de forma distinta.

Knap de Pecho

Esta vez, a diferencia de la cachetada, vamos a permitir que el atacante haga el knap. Él debería usar su mano que no da el puñetazo (la que apunta a su compañero para chequear la distancia en la preparación).

- Permite que el brazo que no da el puñetazo se flexione y lleva la mano abierta de vuelta hasta el pecho.
- Mantén la mano ahuecada y relajada, bastante parecido a como lo hiciste en la estrangulación.
- La mano debería golpear el músculo pectoral del lado opuesto y alejarse de la superficie del pecho tan pronto como hace contacto.
- Mantén tu codo metido y relajado al costado para prevenir sacarlo y que se vea incómodo y obvio.
- Evita llevar grandes cantidades de energía directo a tu pecho golpeándote muy duro con una mano tensa y plana.
- Ésta no es la única forma de ejecutar un knap de pecho, pero es confiable y relativamente fácil de ejecutar.

El Puñetazo Cruzado

<https://drive.google.com/open?id=1fsXeExWVJws0f3j1sgrcj38XPA533yqK>

<https://drive.google.com/open?id=1subhF-txgA4BZyL7kNCHFGq6zUbzTD6D>

“Un puñetazo que viaja horizontalmente en línea recta a través del objetivo, permitiendo que el brazo se estire”.

El Puñetazo Cruzado es un puñetazo versátil y terrorífico. Puede adaptarse a muchos personajes y situaciones diferentes.

Funciona en el plano a foro/a proscenio, pero puedes tener al atacante o la víctima mirando al público – tú decides. De cualquier forma, el cuerpo del propio atacante o de la víctima ayudará a esconder el knap de la visión del público.

- Está lo suficientemente lejos de tu compañero como para que no puedas alcanzarlo y luego establece contacto visual para asegurarte que está listo.
- Levanta tu mano golpeadora, llevando el puño cerca de tu cabeza con el brazo flexionado y el puño horizontal (con el dorso del puño mirando hacia el techo).
- Mientras levantas tu puño, da un paso hacia afuera con el pie del mismo lado y gira tus caderas para que miren en esa dirección.
- Levanta tu mano no golpeadora enfrente de ti y apúntala hacia tu compañero (este es el chequeo de la distancia).
- Para lanzar el puñetazo empieza rotando tus caderas para mirar hacia el otro lado. Mientras giran deberías estirar tu brazo y extenderlo totalmente para que el puño cruce la línea del objetivo.
- Mientras el puño cruza la línea, haz el knap de pecho como se describió anteriormente.
- El nivel del objetivo es en los ojos/el puente de la nariz a través del centro de su cabeza – la máscara del Zorro, si quieres. Es importante que tu puño viaje pasando por la cabeza de la víctima a este nivel, para que todos en el público crean que la has golpeado en la cabeza.
- La víctima debería reaccionar cuando el puño pasa por su nariz. Gira la cabeza bruscamente en la misma dirección en la que el puño está viajando, luego, permite que los hombros y quizá las caderas la sigan. Quizás permite, incluso un pequeño paso tambaleante.

- La reacción debería ser mayor que para la cachetada ya que el puño debería ser un ataque más grande y fuerte. Sólo asegúrate de liderar el movimiento con el giro de cabeza, porque esta es la parte que está siendo golpeada y, por lo tanto, sería la primera parte en girar.
- Una vez que el puño del atacante ha cruzado la línea, continúa estirando el brazo hasta que esté completamente extendido hacia el lado del cuerpo opuesto a desde donde comenzó.
- Continúa rotando a través de las caderas tanto como puedas para mantener la ilusión de poder del puñetazo.
- Permite que el puño y el brazo terminen derechos a la altura de la cabeza, creando la imagen posterior por un momento, antes de permitir que el brazo se relaje.

El Puñetazo Jab

<https://drive.google.com/open?id=10LOMKYjk4WVreDRNsPojiN7e66makdai>

“Un puñetazo directo lanzado con un movimiento de “tirar y sacar”, corto y brusco, desde el frente de la víctima, donde el puñetazo viaja en línea recta hacia el objetivo”.

Muchos estilos de pelea usan el Jab, desde el boxeo hasta el karate. Los estilos de pelea que he encontrado usan la mano del frente o la mano que encabeza la postura para ejecutar el Jab. Esto permite que la mano dominante de atrás sea usada para puñetazos más fuertes. En el escenario, sin embargo, vamos a querer usar la mano de atrás para realizar el Jab y que así sea un poco más seguro y se vuelva más visible para el público.

El Jab no es el tipo de puñetazo que noquearía a alguien hasta el suelo. En vez de eso, piénsalo como un golpe suave o un movimiento de distracción – algo que prepara el gran puñetazo noqueador (el puñetazo cruzado, por ejemplo).

Este puñetazo también funciona cuando estamos en una posición a foro/a proscenio, pero en vez de *cruzar* la línea para crear la ilusión de contacto, el puñetazo viaja a la línea. La víctima necesita estar mirando al público y el atacante debería estar parado enfrentado al foro, mirando a la víctima.

Como el atacante, deberías pararte ligeramente desplazado de la víctima. Tu hombro del lado golpeador debería estar alineado con la línea vertical del centro de tu víctima. Adopta una postura amplia y balanceada con tu pie del lado golpeador un poco más atrás que tu otro pie.

El objetivo está a mitad de camino de la cara de la víctima, a la altura del puente de su nariz. En otras palabras, el objetivo es la “línea mágica” que corre desde la nariz de la víctima hasta el público (más o menos a mitad de camino entre tú y ella). Usualmente imagino que ella tiene una larga nariz de Pinocho, de goma, y que yo estoy golpeando la punta de ella.

Ahora que sabes dónde pararte y a dónde apuntar el puñetazo, descubramos como realizarlo.

- Establece contacto visual con tu compañero.
- Prepara el puñetazo levantando el puño cerca de tu cabeza y girando las caderas, llevando la cadera trasera hacia atrás, lejos de tu compañero.
- Ahora, empuja la misma cadera hacia adelante nuevamente, llevando tu puño levantado en línea recta hacia tu objetivo. Permite que el brazo golpeador se extienda, pero no dejes que se estire completamente.
- En el momento que tu puño se alinea con tu objetivo, deberías rebotarlo lejos de él, como si el puño hubiese rebotado de la punta de la nariz de goma de Pinocho. Asegúrate de hacerlo rebotar hacia atrás en la misma línea recta que viajó hacia delante. El puñetazo debería estar horizontal en este momento, con el dorso de la mano mirando hacia arriba.

- Al mismo tiempo necesitas hacer un knap de pecho con tu mano no golpeadora. Mantén la mano levemente ahuecada y haz el knap en el músculo pectoral del lado opuesto, rebotando de la superficie del pecho tan pronto como hace contacto. Luego cierra tu mano en el puño nuevamente.

Como la víctima, éste es el momento en el que tienes que reaccionar – cuando el puño del atacante se alinea con el objetivo y hacen el knap.

La reacción debe llevar tu cabeza hacia atrás en línea recta porque el puñetazo debería estar viajando en línea recta hacia ti. Pero, por favor, no tires tu cabeza hacia atrás como si nada, ya que esto puede causar dolor serio e incomodidad en el cuello – incluso puede generar un latigazo cervical. Lo que quieres es mantener la parte de atrás del cuello tan estirada y larga como sea posible para evitar pinzar las vértebras cervicales (las vértebras inmediatamente por debajo del cráneo) y causar una lesión.

- Mantén tu cabeza erguida mientras la tiras derecho hacia atrás y lleva el mentón hacia el cuello.
- Luego estírate hacia arriba y atrás con la coronilla de la cabeza intentando mantener la parte de atrás de tu cuello estirada.
- Da un pequeño paso hacia atrás como si te estuvieras tambaleando levemente, mientras sueltas tu cabeza y permites que se establezca hacia delante nuevamente, dejando que el mentón regrese a su posición natural de una manera simple.
- Puedes subir tus hombros levemente en el momento que empiezas a levantar la cabeza. Esto créate un pequeño rollo de músculo en la base del cuello que va a funcionar como un pequeño almohadón. Asegúrate de relajar los hombros nuevamente cuando reestableces la cabeza.

Debería sentirse casi como un gesto brusco y repentino cuando llevas el mentón a tu cuello, lo que produce inmediatamente una elevación de la cabeza hacia arriba y atrás antes de regresarla y establecerla en su posición natural.

La reacción debería ser bastante rápida y pequeña, por tanto, no la exageres. Recuerda que el puñetazo no es un gran puñetazo de noqueo. Así que reacciona y regresa hasta donde puedas hacer contacto visual nuevamente, listo para lo que sea que vaya a suceder a continuación.

Esta reacción es un poco difícil y no me sorprendería si estás teniendo dificultades para entender cómo debería verse, sólo leyendo esta descripción. Sugiero enérgicamente que eches un vistazo a la filmación de video para verla en acción. Estúdiala bien y practica porque una buena reacción, bien ejecutada y bien sincronizada, realmente va a ayudar a convencer al público de que has sido golpeado

El Puñetazo de Perfil

https://drive.google.com/open?id=1h948JSPRA_jhjJcur_YHWVbCtOw5Vkf3

<https://drive.google.com/open?id=1mn-JTjL287E-IgOfw-lv6QjV5IGJ07BX>

<https://drive.google.com/open?id=1O7B24IHCdlha05DhsE2L0pfcmiErYZ0S>

El Puñetazo de perfil usa ideas similares a las de la Cachetada de Perfil. Necesitamos estar lo suficientemente cerca de nuestro compañero para que nuestro puño pueda alcanzar hasta pasando su cabeza y usamos el mismo concepto de Desplazamiento del objetivo para ayudarnos a mantenernos seguros. Nuestro posicionamiento respecto a nuestro compañero es importante, así que echémosle un vistazo primero.

- Párate lo suficientemente cerca de tu compañero como para que puedas alcanzar hasta pasando su cabeza, por sobre su hombro, manteniendo el brazo levemente flexionado.

- Deberías estar de perfil al público nuevamente, enfrentados el uno con el otro, el lado izquierdo con el lado derecho del escenario.
- El atacante debería estar parado levemente más a foro que la víctima. Sólo lo suficiente para que su línea vertical del centro esté alineada con el hombro a foro de la víctima. Puedes incrementar esto un poco, si quieres, y alinear el hombro a proscenio del atacante con el hombro a foro de la víctima.
- Ahora echemos un vistazo a cómo hacer que este puñetazo funcione. No olvides los cinco elementos de los golpes sin contacto y especialmente la necesidad de cruzar la línea y crear la ilusión de contacto.
- Establece contacto visual con tu compañero para hacerle saber que estás listo y asegúrate de que él también está listo.
- El atacante ahora debería mirar al objetivo, que es el loro de peluche imaginario parado en la punta del hombro a foro de la víctima.
- Mientras desplazas tu foco hacia el loro, prepara el puñetazo levantando tu puño cerca de tu propia cabeza. Deberías estar golpeando con tu brazo a proscenio.
- Permite que se comprometan las caderas girándolas un poco hacia el público. Mantén tus rodillas levemente flexionadas para balance y fuerza. Te incentivaría a mantener tu puño vertical, con el lado de tu dedo pequeño más cerca del suelo, la palma mirando hacia delante de ti.
- Mantén el codo del brazo golpeador abajo, cerca de tu cuerpo y apuntando detrás de ti.
- El atacante, ahora gira sus caderas hacia la víctima y estira su brazo golpeador.
- Asegúrate de que el puño viaja en una línea completamente recta hacia el loro el hombro a foro de la víctima.

- Cuando el puño pasa por sobre su hombro y “golpea” al loro, deberías hacer el knap. Podrías usar el knap de pecho o usar el knap de muslo descrito más abajo.
- La víctima debería mirar al puño golpeador cuando éste se eleva en la preparación.
- Mientras el puño pasa más allá de su cara y desaparece de su visión, la víctima debería reaccionar girando su cabeza para mirar por sobre su hombro a foro. Es importante esperar hasta que veas que pasa más allá de ti antes de reaccionar, de otra manera, podrías estar girando tu cara en el camino del puño que viaja hacia ti. Permitiendo que el puño pase más allá de tu cabeza antes de reaccionar le permitimos cruzar la línea mágica y crear la ilusión requerida.
- El atacante debería dejar que su brazo se relaje y regrese a una posición natural o prepararse para moverse y hacer lo que sea que se requiera a continuación en la secuencia de combate.

El Knap de Muslo

El Knap de Muslo es otra forma de hacer el sonido de contacto en un golpe. Puede ser usado como alternativa al Knap de Pecho cuando das un puñetazo o incluso en vez de un Knap de Aplauso cuando das una cachetada (No creo que el sonido sea adecuado para esto, pero si no hay forma de aplaudir entonces debemos hacer lo que podemos).

- Usa la mano a foro para hacer el knap en el lado exterior de tu muslo a foro y que así quede escondido del público.
- Mantén la mano levemente ahuecada y relajada.
- Intenta mantener el movimiento pequeño y sutil.
- Golpea firmemente contra el muslo e inmediatamente quita la mano, justo como hiciste con el Knap de Pecho.

- Quizás quieras incorporar el knap en un movimiento natural del brazo, dependiendo de dónde comience el brazo y lo que quiera hacer naturalmente tu cuerpo.

El Puñetazo al Estómago

<https://drive.google.com/open?id=1B-fNuAkW7PrYn5XA9NJgGQksJaLKvE8B>

<https://drive.google.com/open?id=10bRPWN21CKBI4zLS82noyyfONKveqKJ>

No todos los puñetazos en un combate serán lanzados hacia la cabeza o la cara, así que, por el bien de la variedad, aquí está cómo lanzar un puñetazo sin contacto al estómago.

Funciona exactamente de la misma manera que el Jab, descrito más arriba. Empieza parándote ligeramente fuera de la línea, con tu hombro del lado golpeador alineado con la línea vertical del centro de la víctima, justo fuera de distancia, luego golpea *hacia* la línea mágica que se extiende desde su estómago.

Para ayudar a esconder el knap y permitirle al público ver el momento aparente de contacto, sugiero que la víctima mira hacia el público y que el atacante tenga su espalda hacia el público también (justo como en el Jab).

- Haz contacto visual y luego mira al objetivo (el estómago de la víctima).
- Prepara el puñetazo tirando la cadera hacia atrás y sosteniendo el puño a la altura del estómago. Mantén el puño vertical como haces con el Puñetazo de Perfil.
- Compromete tus caderas llevando la cadera del lado golpeador hacia delante para darle la ilusión de poder al puñetazo, luego, extiende el brazo levemente permitiendo que el puño viaje hacia el objetivo.
- Cuando tu puño se encuentra con la línea mágica y antes que llegue al estómago de la víctima, rebótalo ligeramente hacia atrás, lejos de ella.

- Mientras rebotas el puño hacia atrás deberías hacer el knap. Puedes usar el Knap de Muslo de manera bastante fácil aquí, pero sugiero que hagas el knap en el frente de tu muslo esta vez, para mantenerlo escondido.
- La víctima necesita reaccionar en el momento supuesto del contacto, que es cuando el atacante hace el knap y rebota su puño lejos del objetivo.
- Tira el estómago hacia atrás rápidamente, deja que tu columna se cure y empújala levemente hacia atrás.
- Tira tus hombros hacia arriba y hacia delante para enfatizar el arco en tu espalda.
- Mantén tu cabeza y hombros sobre el nivel de tus caderas.
- Mantén tu cabeza arriba y abierta al público para que puedan ver tus reacciones faciales.
- Haz un sonido vocal fuerte, como si el aire estuviera siendo forzado fuera de tu cuerpo y tus pulmones. Esto va a incrementar el knap hecho por el ataque y va a ayudar a convencer al público que realmente has sido golpeado.

Sólo como una capa extra de seguridad, cuando reaccionas, sugeriría que lleves la cabeza hacia el espacio vacío al costado de tu compañero. En otras palabras, reacciona en un diagonal muy leve lejos de su brazo y hombro golpeador. Con suerte, esto te ayudará a evitar cualquier choque innecesario.

Dramatizando los Puñetazos

Vender un puñetazo sobre el escenario involucra el mismo estilo de proceso que vender una cachetada. Es importante mantener los hombros relajados a lo largo de todo el puñetazo para que puedas moverte rápida y efectivamente – pero ambos tipos de ataque confían en la víctima para producir una reacción convincente. Sin la reacción el ataque es nada. Así que asegúrate de practicar y refinar tus reacciones físicas.

Como vimos con la cachetada, el público realmente quiere ver una historia y la relación cambiante entre dos personajes que están peleando. Eso es lo que pagan para ver. Por tanto, asegúrate de saber *por qué* estás golpeando a la otra persona. Toma una decisión sobre cómo te sientes sobre golpearlo/ser golpeado. ¿Cuáles son las consecuencias de tus acciones?

Asegúrate de que los niveles de intención de tu personaje coincidan con las elecciones que has tomado anteriormente. Energiza tu cuerpo y lanza el ataque a una velocidad que le permita al público ver claramente qué tan comprometido está tu personaje con ese ataque o ese momento de la historia. Siéntete libre de experimentar con distintos niveles de intención y de energía hasta que encuentres el que mejor cuente la historia correcta.

Sumario

- Está fuera de distancia o desplaza el objetivo.
- Cruza la línea con el ataque.
- Usa tus caderas y tu centro para guiar los ataques.
- Los grandes ataques no son nada sin grandes reacciones.
- Trabaja tu respuesta emocional hacia lo que sucede.
- Siempre es mejor reaccionar un poco más tarde que muy temprano.

Recuerda de asegurarte de estar en la posición correcta en el escenario para la técnica que estás realizando. No hay nada peor que ver un Puñetazo Cruzado o una Cachetada a foro/a proscenio hecha por dos actores que están de perfil a través del escenario. Es horrible e innecesario.

Ahora, como puedes saber, no todo puñetazo realmente llega a su objetivo propuesto, así que esto es lo que vamos a ver a continuación.

Consideraciones Generales:

- *El knap* debe hacerse con la mano en el nivel justo de tensión. Puede ser:
 - De pecho (por ejemplo, en golpe al estómago)
 - De pierna - muslo (en el golpe de perfil. El ángulo de la pierna en que se golpea puede variar según el ángulo de visión del espectador)
- Puñetazo cruzado: Debemos profundizar en la reacción en espiral de la víctima.
- Puñetazo jab: El puño debe viajar *horizontal al suelo*. La reacción es pequeña, pero con acompañamiento de hombros puede verse muy creíble.
- Puñetazo con salto: Sigue el mismo procedimiento que el puñetazo cruzado, pero saltando en la preparación del mismo. El knap puede hacerlo el atacante escondiéndolo en su movimiento, pero probablemente es mejor que lo realice la víctima. La reacción de la víctima debe ser mucho más brutal debido a la fuerza de la técnica.

<https://drive.google.com/open?id=1xPwIFU0AkSqkSm5HbkZcpRysirh6dyLh>

Puñetazo de Perfil.

- Debe imaginarse que hay un loro encima del hombro de la víctima de su lado a foro, es decir, al que el atacante va a golpear.
- El Knap se realiza sobre el lado exterior (a foro) del muslo.
- Si la víctima sigue con su mirada al puño del atacante y afloja el cuerpo al recibir el ataque, permite que la reacción sea más orgánica.
- El atacante debe estar más a foro (levemente fuera de la línea de la víctima).
- El knap se escucha mejor en la filmación, porque el sonido retumba más en el micrófono, que en el espacio real.

Puñetazo al Estómago.

- El Knap se realiza sobre el frente del muslo.
- El Knap en vivo se escucha mejor cuando es en el pecho. Ante cámara se escucha mejor el knap de muslo.
- La reacción de la víctima se ve más orgánica cuando se suben y adelantan un poco los hombros y la cabeza rebota levemente.
- Golpe con palo al estómago.
 - Sigue los mismos principios que el puñetazo al estómago
 - El knap lo hace la víctima sobre sus propios muslos. Gracias a la falta de percepción de profundidad del espectador, se puede hacer el knap en la zona donde la mano que hace el knap se ubicaría como parte de la reacción, ocultándolo como parte de la misma.
- Lanzamiento de objeto al estómago:
 - Como alternativa técnica, se puede lanzar cualquier objeto al estómago utilizando el mismo procedimiento. Es primordial que el objeto lanzado cruce la línea mágica de los espectadores.
 - Mientras más bizarra o extrema sea la naturaleza del objeto en relación con la reacción, más cómico será su efecto.

Bloqueos

Sería una pelea corta y poco interesante si cada puñetazo o cachetada hiciera contacto con su objetivo. La realidad de lo que sucede cuando te golpean en la cabeza (el daño, el efecto en el cerebro) lo hace algo increíble. Por eso, aquí hay algunas formas de detener ese gran puñetazo en seco o evitarlo completamente.

El Sistema de Señalización

Los ataques que están destinados a ser esquivados o bloqueados, siguen una secuencia de eventos específicos. Básicamente, la víctima prevista debe empezar a hacer su esquite antes de que el puñetazo sea lanzado para mantenerse seguro. El sistema de señalización funciona así:

- Haz contacto visual con tu compañero.
- El atacante entonces mira al objetivo mientras prepara el ataque, dándole por tanto una señal clara a la víctima.
- La víctima comienza a hacer su esquite.
- El atacante puede realizar el ataque de forma segura.
- Si un bloqueo es requerido por la víctima, entonces es la última cosa que va a suceder.

Normalmente se denomina a este sistema como *Señal – Reacción – Acción* o *Luz roja/Luz Verde*. Si la víctima no hace su esquite entonces la luz de tráfico está *roja* para el atacante. El atacante *debe* esperar por la luz *verde* que es dada cuando la víctima hace su esquite.

Veamos esto en acción.

El Puñetazo Alrededor de la Casa.

https://drive.google.com/open?id=1ddH22owDpaTFKYu_WVCqO8P_nXzFG-5W

“Un puñetazo apuntado a la cabeza, con el brazo estirado oscilando alrededor de manera circular, diseñado para ser esquivado agachándose”.

El Puñetazo Alrededor de la Casa es un puñetazo realmente amplio y grande. Es considerado, generalmente, un estilo de puñetazo muy inexperto. En otras palabras, alguien que no ha tenido entrenamiento formal en cómo lanzar un puñetazo tiraría uno como éste.

Algunas veces lo denominan “Campesino” y es una oscilación del brazo salvaje y grande, También puede ser usada por personajes cómicos o borrachos para un gran efecto.

Como el puño va a ser esquivado, no hay ilusión de contacto de la cual preocuparse y ciertamente no hay necesidad de hacer un knap. Por lo tanto, para que esto funcione, puedes posicionarte prácticamente en cualquier lugar del escenario, dependiendo de lo que va a suceder inmediatamente a continuación, por supuesto. Solamente ten conciencia de que si estás de perfil al público es posible estar muy fuera de distancia y hacerlo complicado de creer para ellos.

La Preparación o Señal.

- Párate justo fuera de distancia, para que el atacante no pueda alcanzarte con su brazo estirado.
- Establece contacto visual.
- El atacante debería desplazar su foco para mirar en la línea del cabello de la víctima.
- Mientras miras en la línea del cabello, da un paso hacia el costado como hiciste con el Puñetazo Cruzado. No olvides girar la cadera también.
- Levanta el brazo golpeador hacia arriba para que el puño esté a la altura de la cabeza y el brazo esté hacia el costado, casi estirado. Ésta es la señal de la víctima, así que necesita ser clara.
- Puedes tener el puño vertical u horizontal, depende de ti.
- Puedes incluir, también, el chequeo de la distancia con la mano no golpeadora.

El Esquive (o agache).

Una agachada, agachamiento o agache es un cuando esquivamos un ataque flexionando las rodillas y permitiendo que el ataque pase por sobre nuestras cabezas. El tiempo del esquive es crucial. Muy temprano y tu personaje parecerá ser psíquico; muy tarde y el atacante tendrá que esperarte y esto hará que todo se vea falso.

- Cuando la víctima ve tu señal (la preparación), debería agacharse flexionando sus rodillas y bajando su cabeza derecho hacia abajo.
- Mantén la espalda tan derecha como puedas.
- Mantén tu foco adelante, mirando las caderas/el centro de tu atacante.
- Mirando a las caderas del atacante serás capaz de ver cuando el ataque haya finalizado y sabrás cuando es seguro levantarse otra vez.

Para que sea suave y fluyan juntos, la víctima necesita empezar a hacer su esquive cuando ve que el brazo del atacante lleva dos tercios de la preparación hechos. De esta forma, cuando el brazo del atacante está en posición y está listo para lanzar el puñetazo, pueden ver que la víctima ya está esquivando, por tanto, saben que es seguro y pueden liberar el puñetazo. Esto también significa que el atacante no está esperando a que la víctima se salga del camino haciendo todo mucho más creíble.

Sólo cuando ves que la víctima se empieza a agachar fuera del camino, el atacante debería liberar su puñetazo. ¡Si la víctima no se agacha, no lances el puñetazo!

- Una vez que la víctima empezó a agachar el atacante puede comenzar a lanzar el puñetazo.
- Mantén tu foco arriba, donde estaba la cabeza de la víctima antes de que se agacharan.
- Rota las caderas y tira el puño hacia atrás mientras oscilas el brazo en un movimiento circular hacia el lado opuesto de tu cuerpo.

- El puñetazo debería viajar horizontalmente.
- Mantén tus rodillas levemente flexionadas para ayudarte a mantener el balance.
- No olvides mostrar al público esa imagen posterior momentánea antes de dejar que tu brazo se relaje.

Éste puñetazo debería ser una oscilación del brazo libre y abierta, con el puño siendo tirado hacia atrás por la rotación de las caderas y los hombros. Se siente como si te prepararas para tirar el puñetazo, luego alguien te sostiene del brazo cuando estás por lanzarlo, entonces tus caderas y el cuerpo empiezan a girar, pero el puño/brazo no se mueve. Y luego de repente el brazo se suelta y el puño se arroja violentamente hacia el otro lado de tu cuerpo. Esto, además, ayuda a conseguir esa aceleración a lo largo del ataque que es tan importante, haciéndolo ver como si hubieras querido sacarle la cabeza a la víctima,

El Esquive Bob 'n' Weave

<https://drive.google.com/open?id=14m31Y5IXSGQT7kH2Vs1DzTSozqxUjLPR>

El agache descrito arriba es una forma muy efectiva de esquivar el Puñetazo Alrededor de la Casa. ¿Pero qué sucede si necesita algo con un poco más de estilo? ¿Qué sucede si tu personaje es un luchador entrenado o al menos alguien con experiencia? Entonces quizás quieras hacer un esquive con un estilo levemente diferente. Aquí está la forma para que la víctima haga un Bob 'n' Weave en el escenario.

- Cuando ves la preparación, inclina tu cabeza lejos del puñetazo y desplaza tu peso a esa pierna. Por lo tanto, si el atacante está golpeando con su mano derecha, inclínate hacia tu lado derecho y lleva el peso a tu pierna derecha. Si están golpeando con su mano izquierda, entonces ve hacia el lado izquierdo.

- Sea cual sea la pierna a la que has transferido tu peso, flexiona esa rodilla para bajar tu cabeza lo suficiente como para llevarla por debajo del nivel del puñetazo. Sugeriría que la lleves debajo de la altura del hombro por lo menos.
- Levanta el pie que no tiene peso y da un paso hacia el costado. Mientras pones el pie en el piso nuevamente, desplaza tu peso hasta ese pie, manteniendo tus rodillas flexionadas y la cabeza abajo, por lo que habrás desplazado tu peso de un lado hasta el otro.
- Completa el paso trayendo el otro pie al lado y parándote nuevamente.

Imagine que hay una cuerda estirada a la altura del hombro a un lado de ti. El Bob 'n' Weave debería ser como dar un paso por debajo de la cuerda y salir del otro lado. Deberías mantenerte mirando hacia el atacante todo el tiempo.

Mientras haces este esquivar deberías recordar que es algo que un luchador entrenador haría. Por eso, siempre deberías mantener un buen balance con los pies separados. Mantén tus hombros y tu cabeza por arriba del nivel de tus caderas y mantente mirando hacia el centro de tu compañero para que puedas ver cuando el puñetazo haya terminado. Tus manos deberían estar en una posición de combate en algún lado al frente de tu cuerpo.

Puñetazo al Loro

https://drive.google.com/open?id=1b90xXuiHgtDNDV08CglG4Pvmo_b79To9

“Un puñetazo que viaja en línea recta sobre el hombro de tu compañero. Este puñetazo está diseñado para ser bloqueado”.

El Puñetazo al Loro es un ataque muy útil para conocer, ya que puede ser usado para varios tipos de bloqueos, algunos de los cuales están descriptos abajo. Pero por ahora vamos a descubrir cómo funciona el ataque.

Hay en funcionamiento, dos conceptos muy importantes aquí. El primero que ya hemos mencionado – Desplazamiento del objetivo. Esto significa que el atacante cambia el lugar donde está el objetivo para mantener a la víctima a salvo. En este puñetazo, el objetivo se desplaza del rostro de la víctima al loro de peluche sentado en la punta de su hombro (justo como hicimos en el Puñetazo de Perfil). La diferencia principal es que este puñetazo no está destinado a verse como que impacta a la víctima, por tanto, no *tenemos* que apuntar al loro a foro. Puedes, pero no tienes que.

Con el Puñetazo al Loro, me gusta empezar mucho más lejos de mi compañero. Lo suficientemente lejos como para que tenga que dar un paso hacia delante para alcanzarlo con mi puñetazo. Esto va a ayudar que la acción se vea mucho más grande y fuerte para el público, y va a ayudar a que te comprometas con la acción mientras se mantiene, aún, una gran sensación de libertad y seguridad.

- Haz contacto visual con tu compañero.
- Ahora, el atacante debería desplazar su foco para mirar al loro imaginario en el hombro de la víctima.
- Prepara el puñetazo levantando tu puño cerca de tu cara, girando las caderas y dando un leve paso hacia atrás con el pie del mismo lado que la mano con la que estás golpeando.
- Cuando la víctima ve el puño más o menos a dos tercios de su camino hacia arriba, pueden empezar a hacer su esquite – por ahora hagamos esto como un simple paso hacia atrás, lejos del atacante.
- Una vez que el puño del atacante está en posición y el atacante puede ver que la víctima está haciendo su esquite, entonces pueden empezar a golpear girando sus caderas y extendiendo su brazo golpeador directo hacia delante y hacia el loro.
- El puñetazo debería viajar en línea recta.

- Una vez que el puño se está moviendo hacia delante y hacia el loro, el atacante puede dar un paso hacia delante con la pierna del mismo lado (así que si estas golpeando con la mano derecha, da el paso con la pierna derecha).
- El pie debería aterrizar en el mismo momento que el brazo alcanza su extensión máxima.
- El puño golpeador debería ser presentado en posición vertical, como si el atacante estuviera sosteniendo un puñado de flores. Esto va a presentar la parte plana y suave del antebrazo para que la víctima bloquee contra ella y evite los bordes huesudos del antebrazo.
- El puño del atacante *debe* terminar al menos en el nivel en el que el loro de la víctima estaba al comienzo del ataque, de otra forma nadie va a creer que ese puñetazo hubiese golpeado a la víctima si él no se hubiera movido del camino.

El Puñetazo al Loro descrito aquí, puede ser apuntado a cualquiera de los lados del cuerpo. Por tanto, podría viajar en línea recta hacia el loro en el mismo lado del cuerpo de la víctima o podría cruzar la línea del centro viajar hacia el loro en el hombro opuesto.

Simplemente necesitas decidir de antemano y asegurarte que ambos sepan lo que está pasando.

De manera similar, el bloqueo puede ser hecho con cualquiera de las manos. Si usas la mano del mismo lado al que está apuntando el ataque, entonces lo llamaremos Bloqueo del Mismo Lado. Si usas la mano del lado opuesto a donde estás atacando, como era de esperarse, se llama Bloqueo del Lado Opuesto.

El otro concepto involucrado ahora es *Suave en Suave*. Esto significa que usamos los grupos musculares suaves del antebrazo o la mano haciendo el bloqueo para conectar con los grupos musculares suaves del brazo del atacante, al bloquear el puñetazo. Es realmente importante cuando tienes que repetir la pelea una y otra vez durante los ensayos y en la

función. Ayuda a asegurarse que no te lastimes, moretees tus brazos o te rompas los huesos de tus antebrazos.

La cosa más importante para recordar cuando bloqueamos un ataque es *¡muévete!* Sal del camino. No sólo te partes aquí y esperes que tu bloqueo del ataque sea exitoso, sino realmente remueve el objetivo del ataque. Entonces si el bloqueo no funcionara por alguna razón, aun así, no te golpearán en la cabeza.

Todos los bloqueos descritos abajo son usados contra el mismo Puñetazo al Loro que acabas de aprender.

Bloqueo del Mismo Lado

<https://drive.google.com/open?id=1lwSrLrV8s5cXxy5ERCwVV8LyzN36TdUP>

Si el puñetazo es apuntado al loro en tu hombro izquierdo, entonces usar tu mano izquierda para bloquear el puñetazo es conocido como Bloqueo del Mismo Lado. Si el puñetazo es apuntado a tu hombro derecho, entonces deberías usar tu mano derecha para realizar el Bloqueo del Mismo Lado.

Mantén en mente el principio de Suave en Suave. El puño atacante debería estar vertical para que o el lado interno o el lado externo del antebrazo sea presentado (dependiendo a qué lado se apunta el puñetazo). Por tanto, cuando bloqueas deberías usar o el lado externo de tu propio antebrazo o la palma de tu mano o incluso el dorso de tu mano. Evita usar los bordes de la mano o el brazo, ya que ahí es donde están los huesos y ahí es donde puedes lastimarte a ti o a tu compañero.

También deberías mantener el pulgar y los dedos juntos. Si tus pulgares están saliendo del resto de tu mano horizontalmente (como una H mayúscula) y fallas el tiempo del bloqueo, te puedes lastimar seriamente. Así que mantenlos juntos.

Hay un viejo dicho en combate escénico para ayudarte a recordar esto: “¡Hospital! ¡No Hospital!”

Antes de que puedas bloquear el puñetazo necesitas decidir si vas a bloquear con la mano o el dorso del antebrazo. No importa que elijas, pero cada una va a contar algo levemente diferente sobre tu personaje y qué tan experimentado es o qué entrenamiento han tenido.

Debajo, hay una descripción sobre cómo hacer el bloqueo. Recuerda que el bloqueo ocurre al final de la secuencia. Empieza con contacto visual; el atacante hace la preparación y da la señal a la víctima. Entonces...

- Cuando ves que el puño del atacante está más o menos a dos tercios de su camino hacia arriba en la preparación, empieza a hacer el esquivo. Éste necesita ser, simplemente, lejos de a dónde va dirigido el puñetazo. Puede ir al costado, derecho hacia atrás o incluso en diagonal, sólo asegúrate de sacar tu cabeza de adonde se dirige el puñetazo. (Por lo que, si el puñetazo va apuntando a tu loro en el hombro izquierdo, muévete hacia atrás o levemente a tu derecha).
- Cuando el atacante da el paso hacia delante con el puñetazo, puedes comenzar a levantar la mano con la que vas a bloquear.
- Cuando el puñetazo llega a su objetivo final y el brazo del atacante está totalmente extendido, simplemente pon gentilmente la parte de tu brazo con la que estás bloqueando contra el antebrazo del atacante. Recuerda mantener el pulgar metido (“No Hospital”).
- Tu bloqueo debe mantenerse cerca de ti y tu brazo debería estar con el codo flexionado. Asegúrate de que termine en línea con tu loro (al nivel de tu hombro). Tu bloqueo simplemente debería encontrarse con el brazo atacante y no empujarlo o

golpear contra él de ninguna manera. No debería haber sensación de impacto en el bloqueo.

- Tan pronto como el puñetazo es bloqueado, el atacante debería removerlo permitiendo al brazo relajarse y volver a su posición central, listo para lo que sea que suceda a continuación.
- Mantén tu bloqueo en posición hasta que el atacante haya retirado su brazo.

El combate escénico es sobre mantenerse a salvo y sobre ser capaz de repetir el combate cada noche. Entonces debería ser un ejercicio “Sin Dolor”. Si descubres que el bloqueo te está causando dolor, entonces algo no está funcionando correctamente. Para asegurarte, chequea que el atacante esté golpeando con su puño en vertical y presentando los músculos suaves del antebrazo. Para asegurarte, verifica que la víctima también esté usando las partes blandas del brazo para bloquear. Chequea que el bloqueo no esté viajando a través del brazo atacante y “golpeándolo”, sino que el bloqueo simplemente sea posicionado contra los músculos suaves del antebrazo del atacante.

Bloqueo del Lado Opuesto

https://drive.google.com/open?id=1y3rdemizPZhi_DWSLjI6ioP-nd3y1DnO

El Bloqueo del Lado Opuesto funciona de la misma manera que el Bloqueo del Mismo lado, pero, como el nombre implica, para hacer el bloqueo simplemente usas la mano del opuesto del cuerpo a donde se está dirigiendo el ataque.

Debes seguir la misma secuencia de momentos, y aún debes adherirte al concepto de Suave en Suave. Debido a que vas a estar usando la mano del lado opuesto, deberías realizar el bloqueo usando la palma de la mano. Recuerda mantener el pulgar metido junto a los otros dedos (“No Hospital”).

Como la víctima, con suerte encontrarás que tu cuerpo naturalmente quiere girar un poco mientras atraviesas la mano para hacer el bloqueo. Deja que esto suceda. Va a hacer que bloqueo más fácil y cómodo para ti, sin mencionar que ayudará a que te veas como un mejor luchador. En parte debido a este leve giro, la mano va a viajar levemente hacia atrás y “cepillará” a lo largo del antebrazo del atacante desde cerca del codo hacia el puño. En efecto, estás guiando el puño del atacante más allá de tu hombro, más que desviándolo hacia el costado.

Nuevamente, deberías recordar que el bloqueo sucede al *final* de la secuencia. Empieza con contacto visual; el atacante hace la preparación y da la señal a la víctima. Entonces...

- Comienza a hacer tu esquivar como antes (cuando el puño del atacante lleva dos tercios del camino hacia arriba recorrido). Esto puede ser simplemente un paso caminado hacia atrás, moviendo el pie del mismo lado del cuerpo que a donde está yendo el ataque (es decir, el pie derecho si el puñetazo es apuntado al hombro derecho).
- Cuando el atacante comienza a extender su brazo y dar un paso hacia ti y mientras aún estás dando el paso hacia atrás. Deberías empezar a levantar tu mano bloqueadora (asegúrate de que el pulgar esté metido de forma segura).
- Cuando el puño llega a su objetivo y el brazo del atacante alcanza su extensión máxima, lleva tu mano bloqueadora a través de tu cuerpo permitiendo que los hombros y el torso roten levemente y, mientras terminas de dar tu paso, la mano bloqueadora debería hacer contacto con la parte suave del antebrazo del atacante y gentilmente cepillar a lo largo de éste, hacia el puño.
- Deja de cepillar a lo largo del antebrazo del atacante cuando llegues a la muñeca y deja tu mano bloqueadora en posición hasta que el atacante retire su brazo.

- Tan pronto como el puñetazo haya sido bloqueado, el atacante debería retirarlo, permitiendo al brazo relajarse y volver a una posición central, listo para lo que sea que suceda a continuación.

Bloqueo de Choque

<https://drive.google.com/open?id=1PTUAyxDxaw-qbiBxn4yKZRhNE9ymasjf>

“Un tipo de bloqueo hecho dando un paso dentro del alcance de un ataque y usando ambos brazos para proteger el objetivo”.

El Bloqueo de Choque puede ser usado para ayudarte a entrar a una distancia cercana y a moverte hacia un momento de agarre en una pelea, o puede ser simplemente un momento de desesperación.

Necesitas usar el suave lado externo de tus antebrazos cuando haces este bloqueo. Ambos brazos se levantan juntos y se encuentran con el ataque entrante en el mismo momento – no uno después del otro. Las manos pueden dejarse abiertas, con pulgares y dedos derechos y juntos, o puedes cerrar tus puños.

Asegúrate de empezar este bloqueo desde afuera de la distancia normal, porque no solo el atacante va a dar un paso adelante con el puñetazo, sino que la víctima también va a dar otro paso adelante hacia el atacante mientras hace el bloqueo. Tengan cuidado de no pisarse entre sí y enredarse en los dedos de los pies del otro o chocar las rodillas.

- Establece contacto visual con tu compañero.
- Cuando el atacante hace su preparación, empieza a hacer tu esquivo.
- Da un paso hacia delante con el pie del lado *opuesto* del cuerpo hacia dónde va dirigido el ataque (por tanto, da un paso hacia delante con el pie derecho si el puñetazo va dirigido al loro en tu hombro izquierdo).

- Comienza a levantar ambos brazos en frente de tu cuerpo. Mantelos cerca de ti con las manos por arriba de los codos.
- Cuando el ataque termina su paso hacia delante y completa su puñetazo, deberías girarte para mirar su brazo y poner el lado externo de ambos antebrazos contra su brazo. Asegúrate de colocar un brazo a cada lado de la articulación del codo para ayudar a mantenerlo seguro.
- Mantén tus brazos cerca de ti y recuerda no correrle el brazo. Está hecho para que se vea como si hubieras detenido el ataque en su camino.
- Los brazos bloqueadores deberían estar verticales del codo hasta la mano y los antebrazos deberían estar paralelos el uno con el otro.
- Una vez que el bloqueo ha sido realizado, el atacante puede nuevamente relajar su brazo y devolverlo a una posición de combate o simplemente seguir con lo que sea que siga a continuación.

Recuerda que la cosa más importante sobre bloquear un puñetazo es salirte del camino. Ayuda a contar la historia de que no querías ser golpeado en la cabeza, pero el mismo movimiento de tu cabeza lejos del puñetazo, también ayuda a desdibujar la imagen para que el público no pueda decir si el puñetazo realmente iba apuntado al loro en tu hombro y no a tu cabeza.

Narración a Través del Lenguaje Corporal

A menudo uso el Puñetazo al Loro y los bloqueos como una forma de hacer pensar a mis estudiantes sobre la narración y sobre cómo el uso del lenguaje corporal puede realmente ayudar. Siempre hablamos sobre la pictorización y sobre incorporar pensamientos del personaje y elecciones dentro de las técnicas que están aprendiendo, pero éste es un momento dónde específicamente miramos las diferencias y similitudes entre luchadores

entrenados y luchadores *no entrenados*, qué personaje es el mejor luchador o cuál está ganando en un momento preciso.

Vamos a empezar haciendo el Puñetazo al Loro y el Bloqueo del Mismo Lado. Cuando ambos personajes se mueven más o menos la misma distancia que el otro y ambos se mantienen razonablemente erguidos y balanceados y ninguno de ellos están mostrando una fuerza o debilidad mayor que el otro, entonces podemos decir que ambos personajes están bastante equilibrados. Ambos son tan buenos como el otro en términos de cómo pelean. Llamo a esto *neutral* – ningún personaje es mejor que el otro en este momento de la historia.

Ahora pensemos sobre luchadores *no entrenados*. Si tu personaje no sabe cómo pelear o tiene muy poca experiencia peleando, entonces las posibilidades son que no vean venir el puñetazo hasta que esté casi sobre ellos. En ese caso, ellos van a tener muy poco tiempo disponible para hacer cualquier cosa y sólo se van a mover una pequeña distancia. Quizás sólo tengan tiempo para estremecerse o sacudir su cabeza y levantar un brazo.

Los luchadores entrenados o los personajes que tienen mucha experiencia peleando usualmente van a ver venir el puñetazo desde mucho antes en su camino y van a tener mucho más tiempo para reaccionar a él. ¿Esto significa que se van a mover más? No necesariamente. Un luchador entrenador – un buen luchador – sólo se va a mover tanto como sea necesario para lograr lo que sea que están intentando hacer.

Como ven venir el puñetazo desde antes, tienen tiempo de decidir cómo responder y luego tiempo para hacerlo. Su entrenamiento les va a ayudar a actuar mucho más rápido y por eso, algunas veces, las cosas van a parecer suceder casi en cámara lenta.

Por eso, es posible que el buen luchador entrenado decida dar un paso lejos de su atacante luego de hacer el bloqueo cómo una señal de que no quieren involucrarse en la violencia.

Quizás decidan dar un paso adelante levemente en diagonal para acercarse al atacante e intimidarlo. Quizás quieran acercarse lo suficiente para poder devolverle el golpe. Pueden

decidir de qué lado hacer el paso cuando esquivan el puñetazo dependiendo de qué quieran hacer a continuación. (Si decides esta opción, por favor recuerda que para nosotros no es real, por tanto, asegúrate de que el Puñetazo al Loro sea apuntado al loro del lado del cual el defensor se está alejando).

Un buen luchador entrenado siempre va esforzarse en mantener su equilibrio manteniendo sus rodillas flexionado y asegurándose de que sus hombros estén sobre sus caderas. El momento en el que te inclinas hacia delante (o hacia atrás) de tu cintura estarás desequilibrado y vulnerable.

Ésta es una breve introducción de las cosas que debes tener en cuenta y en las que necesitas pensar cuando creas una pelea en el escenario. Lo que decides hacer cuando tu personaje es un luchador entrenado es muy diferente de lo que puedas decidir si nunca entrenó.

Vuelve las decisiones importantes para tu personaje. ¿Saben cómo pelear? ¿Quiere pelear? ¿Cómo comunican eso al público en la acción que realizan?

Sumario

- Asegúrate de mover tu cabeza lejos del ataque.
- Sigue el sistema de señalización: Luz Roja/Luz Verde.
- Mantén los pulgares metidos cuando bloqueas con tus manos (“Hospital/No Hospital”).
- Suave en Suave cuando bloqueas un puñetazo.
- Comprométete con el ataque.

Es bastante fácil que estos puñetazos se sientan falsos cuando los estás aprendiendo y las primeras veces que los practicas. Hay una forma fácil de prevenir esto: Asegúrate de saber lo que estás intentado lograr y comprométete con tu acción.

Siempre que sigas el sistema de señalización (Luz Roja/Luz Verde) tú y tu compañero van a estar seguros. Una vez que te vuelvas más familiar y cómodo con la técnica y el orden en que suceden las cosas, date un objetivo y un nivel alto de intención. Trabaja tu conexión emocional con la acción y el puñetazo pronto se sentirá mucho más real.

Consideraciones Generales

- Los esquives y bloqueos permiten que la pelea tenga continuidad, dándole credibilidad.
- El atacante debe anticipar su ataque a la víctima al preparar el ataque.
- Principios:
 - Señal: Anticipo. Preparación del ataque
 - Reacción: La víctima se escapa del ataque. Debe comenzar a hacerlo cuando el atacante está a $\frac{3}{4}$ partes de completar la “SEÑAL”
 - Acción: Ejecución del ataque. El torso, el brazo y las caderas rotan en un mismo bloque.

Puñetazo alrededor de la casa.

- Ideal para representar a un personaje que no tiene experiencia de pelea

Bob n' Weave (otro esquite del puñetazo alrededor de la casa).

- Esta vez, sirve para representar a un personaje con más experiencia de pelea
- La fuerza del ataque debe salir desde las caderas para no tensionar el brazo y no hacernos daño.

Patadas

Tu personaje no necesita ser un experto en artes marciales para incluir unas cuentas patadas en su combate. Personajes no entrenados a menudo usarán una patada de algún tipo

por la simple razón que la pierna es más larga que el brazo, por lo que no necesitas acercarte tanto para intentar y lograr patear a alguien. Si miras cualquiera de las peleas en las películas de *Bridget Jones* vas a ver lo bien que pueden ser usadas las patadas en una pelea entre dos personajes no entrenados.

Hay esencialmente tres formas distintas de patear a alguien.

Patada de Chasquido

Levanta la rodilla y apuntala hacia el objetivo, luego da un golpecito/chasquido con el pie hacia el objetivo desde la rodilla, tan rápido como te sea posible y sácalo instantáneamente antes de devolver el pie al suelo. El ataque se hace usando la palanca corta de la parte inferior de la pierna (por debajo de la rodilla), por tanto, reduciendo la cantidad de energía en el miembro atacante y haciéndolo más fácil de controlar.

Patada de Empuje

Levanta la rodilla y apúntala hacia el objetivo, luego empuja el pie hacia afuera extendiendo completamente la pierna. A menudo uso la imagen de poner mi pie contra una puerta cerrada y empujar para abrirla para ayudar a tener la apariencia y sensación correctas.

Patada de Oscilación

Esta vez el ataque se hace oscilando la pierna completa desde la articulación de la cadera para maximizar la energía del ataque. Es, de alguna forma, como patear una pelota. La pierna debería permanecer relativamente estirada a lo largo del ataque ya que el movimiento viene de la cadera.

Hay, por supuesto, diferentes tipos de patada dentro de cada categoría. Vamos a echar un vistazo a algunas de ellas, empezando con patadas que son esquivadas por la víctima.

Patada de Talón

<https://drive.google.com/open?id=1te01SPkf6bheV-PdUlahRRIGmQibHQLv>

La Patada de Talón es un tipo de Patada de Empuje. Imagina que tienes tus brazos ocupados (cargando algo quizás) y necesitas usar tu pie para abrir una puerta y dar un paso a través de ella cuando se abre.

El relato de este ataque es que estás llevando el talón de tu pie hacia delante en un intento de aplastar la articulación de la cadera de tu víctima, pero ellos la ven venir justo a tiempo y son capaces de salirse del camino de tu ataque.

Esta patada viaja en una línea recta hacia el objetivo y sigue la misma secuencia de Señal – Reacción - Acción o Luz Roja/Luz Verde, como el Puñetazo al Loro descrito más arriba. En otras palabras, el atacante empieza mostrando su ataque a la víctima, la víctima comienza a hacer su esquivo y luego el atacante ejecuta el resto del ataque.

También vamos a utilizar el concepto de Desplazamiento del objetivo nuevamente, exactamente de la misma manera que como hicimos en el Puñetazo al Loro.

- Empieza bien fuera de distancia el uno del otro.
- Haz contacto visual con tu compañero.
- El atacante entonces mira el objetivo (justo fuera del cuerpo, al nivel de la cadera de la víctima).
- Prepara el ataque entrando en distancia y levantando tu pie subiendo la rodilla hacia tu pecho, tanto como puedas. Mantén el pie tan cerca de ti como puedas y muéstrale a tu compañero la planta del pie.
- Como la víctima, cuando veas el pie levantándose deberías empezar a hacer tu esquivo.
- Esquiva dando un paso hacia el estado, lejos de hacia dónde va dirigido el ataque. Realmente no importa como das el paso o mueves tus pies, siempre que estés

llevando el objetivo previsto fuera de la línea del ataque. Asegúrate de mantener el equilibrio mientras te mueves.

- Una vez que veas que la víctima comienza a hacer su esquite, puedes realizar el ataque estirando la pierna y empujando el pie directo hacia el objetivo delante – como empujando para abrir una puerta.
- El pie debería viajar en línea recta y tan horizontal como lo puedas manejar. Evita llevar el pie directo al piso, en vez de eso, empuja derecho para abrir la puerta.
- Una vez que tu pierna esté completamente extendida en el ataque, la gravedad va a llevar el pie de vuelta al suelo. No hay necesidad de pisar muy fuerte o de pensar en llevar el pie de vuelta hacia ti. Sólo deja que se extienda la pierna y la gravedad hará el resto por ti.
- Deberías terminar el ataque en una posición bastante abierta, con la pierna que pateas flexionada por la rodilla, con el pie apuntando derecho hacia delante y con la pierna de atrás estirada. Mantén tu cuerpo erguido para mantener el equilibrio y tu peso balanceado entre ambos pies. Esto es conocido como estocada.

A medida que te pongas más cómodo y ganes confianza con las técnicas naturalmente querrás poner más energía en el ataque. Siempre recuerda que debes levantar tu rodilla y tu pie *antes* de lanzar el pie hacia el objetivo. Este aumento de la energía mientras levantas el pie va a crear un pequeño saltito en tu pierna de apoyo que puede ayudar a comunicar lo comprometido que está tu personaje con la acción.

Si no puedes levantar el pie lo suficiente para atacar la cadera de tu compañero, entonces siéntete libre de apuntar al nivel de su rodilla, en su lugar. Funciona exactamente de la misma manera. Sólo recuerda que el objetivo es *afuera* de la rodilla

Puedes, por supuesto, apuntar esta patada a la cadera o a la rodilla del lado opuesto del cuerpo – justo como hiciste con el Puñetazo al Loro. Dile a tu compañero a dónde vas a apuntar antes de empezar, para que puedan moverse lejos de a dónde va dirigida la patada.

La víctima se ve más vulnerable cuando reacciona al ataque bajando su centro y subiendo los hombros, como si todo su cuerpo quisiera escaparse del ataque

Variante Victimización:

<https://drive.google.com/open?id=1jGEnJSxwUZvSVogxWe3AbcpobjpZbQNU>

Patada de Oscilación Horizontal

https://drive.google.com/open?id=1en9jJTyDJGJSazNTZD1JBdxUCVN9b_nc

<https://drive.google.com/open?id=1sTjWHPINZX6v-3hrkwm5TmVOvuaTnSrP>

Patada de Oscilación Horizontal suena un poco como movimiento de baile – algo de una rutina de swing quizás. Pero es solo otra forma de intentar atacar a tu compañero desde un lugar de relativa seguridad para tu personaje (es decir, muy lejos para ser golpeado en la cabeza).

Este ataque hace exactamente lo que dice en la lata. Viaja en un plano horizontal y es una Patada de Oscilación, por tanto, la pierna se mantiene relativamente estirada y la pierna completa se mueve desde la articulación de la cadera.

Seguimos el mismo sistema de Luz Roja/Luz Verde para ayudar a mantenernos seguros y aun así podemos accionar fuera de distancia.

Este ataque puede ser realizado hacia muchos objetivos distintos. Depende de dónde estés, dónde esté la víctima propuesta, qué tan alto puedas levantar la pierna, qué requiera la historia y así. Por el bien de describir cómo hacerlo, simplemente voy a imaginar que el atacante y la víctima están enfrentados y que el ataque va dirigido a la altura de la cintura de la víctima – en otras palabras, estás intentado patear su estómago o las costillas flotantes.

- Comienza fuera de distancia – lo suficientemente lejos como para que no puedas patear a tu compañero.
- Haz contacto visual con ellos y asegúrate de que estén listos y de decirles que estás listo.
- Mira al objetivo que en esta instancia va a ser el área de su estómago o cintura.
- Haz tu preparación dando un paso adelante con el pie que no pateador y plantándolo firmemente para darte estabilidad. Mantenlo levemente girado para permitirte girar las caderas en el ataque y oscilar tu pie pateador todo el camino.
- Termina la preparación levantando la pierna pateadora levemente hacia un costado de ti. La rodilla debe estar ligeramente flexionada y el pie debería estar apuntado como si estuvieras intentado patear con la parte superior de tu pie o la sección de los cordones de tu zapato.
- Tan pronto como la víctima ve que la pierna del atacante se está levantando en la preparación del ataque, deberías comenzar tu esquite.
- Salta hacia atrás lejos del atacante y tira tus caderas y tu estómago hacia atrás fuera del camino de la patada. Levanta tus manos por arriba de tu cabeza para mantenerlas fuera de la línea del pie del atacante – ¡no tiene sentido no ser golpeado en el estómago si igualmente eres golpeado en los brazos!
- Tan pronto como el atacante ve que la víctima empieza a hacer su esquite deberías completar la patada.
- Oscila desde la cadera, manteniendo la pierna tan derecha como puedas (o tan derecha como quieras).
- Continúa levantando el pie hasta que esté a altura del estómago/cintura de la víctima, entonces oscílalo horizontalmente todo el camino hasta el otro lado del cuerpo.

- Intenta llevar el pie pateador hasta la altura correcta, antes de que cruce enfrente del cuerpo, para que el ataque sea claro y horizontal cuando pase por el área del objetivo propuesto. Esto también ayuda a tu compañero a esquivarlo correctamente, a contar el relato correcto y a hacer que ambos luzcan bien en el escenario.
- Cuando el pie atacante oscila más allá del objetivo y pierde impulso, la gravedad naturalmente lo va a llevar de vuelta al suelo.

Como la Patada de Talón, si no puedes llevar tu pierna lo suficientemente alto como para atacar a la altura del estómago/cintura, entonces no hay razón alguna por la que no puedas hacer este ataque a la rodilla en cambio. Funcionaría de la misma manera – podrías hacer incluso el mismo tipo de esquite o, en cambio, podrías simplemente sacar la pierna relevante fuera del camino.

Hay muchas posibilidades con esto. Todo lo que tienes que hacer es comunicarte con tu compañero y decidir entre ustedes lo que va a pasar. Entonces, una vez que ambos sean claros sobre lo que están haciendo, pueden averiguar cuál es la mejor forma de contar la historia al público.

El paso que da el atacante para acercarse a la víctima, debe ser lo suficientemente cercana a la misma como para crear la ilusión de riesgo.

El atacante realiza una secuencia rítmica 1 (dar el paso), 2 (levantar la rodilla), 3 (patear).

La víctima puede verse con más vulnerabilidad si levanta los hombros y da pasos cortos y rápidos.

Patadas Sin Contacto

Recuerda que un golpe sin contacto es definido como “un golpe lanzado con la ilusión de contacto, propiamente enmascarado del público, con un knap bien sincronizado”. Por lo

tanto, para las próximas técnicas necesitamos ser conscientes de dónde estamos en el escenario para poder crear la ilusión apropiada para el público.

Cuando realizamos patadas sin contacto necesitamos estar fuera de distancia, nuevamente. Sólo recuerda que tus piernas son más largas que tus brazos, así que necesitas estar más lejos que lo que estarías para un puñetazo sin contacto. Cuando practiques estas patadas siéntete libre de empezar midiendo la distancia correcta. Mis piernas quizás sean más largas que las tuyas, por lo que la distancia correcta para ti quizás sea muy cercana para mí. Chequéala simplemente extendiendo tu pierna hacia el objetivo y asegurándote de que realmente no puedes alcanzarlo. Luego, mientras ensayas, tú y tu compañero van a empezar ver y calibrar la distancia correcta para ustedes. Esto solo lleva un poco de práctica y paciencia.

Patada al Estómago

<https://drive.google.com/open?id=1lyYELxitkDFSSu40EG5eavgbHHo1Uu5g>

<https://drive.google.com/open?id=1n30SqD5D1YIbBH1IPrZOGWtIzh8ImvFa>

Para una Patada al Estómago necesitamos que la víctima esté a proscenio con su espalda hacia el público. El atacante va a estar a foro de ella y acercándose en una leve diagonal para que pueda ser visto.

De qué lado viene el atacante depende de y determina con qué pierna va a patear.

Si quieres patear con tu pierna derecha entonces deberías acercarte desde el lado derecho de la víctima – en otras palabras, desde el foro izquierdo de la víctima.

Si te estás acercando desde el ángulo del foro derecho, entonces deberías patear con tu pierna izquierda.

Como siempre, empieza haciendo contacto visual con tu compañero, luego mira al objetivo. Como con el Puñetazo al Estómago descrito anteriormente, el objetivo de esta

patada es la línea mágica que viaja directamente desde el foro del estómago de la víctima hasta aproximadamente entre 30 y 45 centímetros lejos del cuerpo.

Esta patada, en particular, es una Patada de Chasquido por lo que deberías patear con el metatarso del pie. Por tanto, extiende tu pie e intenta levantar los dedos de los pies poniéndolos en la misma posición que estarían si estuvieras parado sobre la punta de los dedos de los pies.

- Entra en distancia de la misma forma que hiciste en la Patada de Talón y planta tu pie de apoyo firmemente en el suelo.
- Levanta la rodilla de tu pierna atacante y apúntala hacia el objetivo.
- Dando un golpe rápido desde la rodilla, lanza el pie pateador directamente hacia el objetivo, asegurándote de alcanzar la línea mágica. Muestra el metatarso del pie tanto como puedas (siempre que el calzado lo permita), ya que ésta es la parte del pie con la que se supone que golpees.
- Asegúrate de que el pie da el golpecito/chasquido a la altura del estómago para encontrarse con la línea mágica. Si tu pie no está lo suficientemente alto, va a verse como si hubieras pateado un lugar diferente.
- Tan pronto como el pie alcanza la línea mágica, rebótalo inmediatamente lejos del estómago de la víctima y ponlo en el suelo enfrente de ti.
- En el momento en el que el pie alcanza la línea puedes hacer el knap en tu muslo a foro. Intenta mantener el movimiento completo de la mano que hace el knap pequeño y natural para esconderlo del público.

Como la víctima deberías reaccionar en el momento que el pie del atacante se alinea con tu estómago. Éste va a ser el momento en que golpea la línea Mágica y con suerte será el mismo en que se hace el knap.

Tu reacción será la misma que para el Puñetazo al Estómago descrito anteriormente, pero querrás hacer una reacción ligeramente más grande esta vez, ya que esta patada es un ataque más fuerte que el puñetazo.

- Tira el estómago hacia atrás rápidamente y permite que tu columna se curve y empuje hacia atrás.
- Tira tus hombros hacia arriba y hacia delante para enfatizar el arco de la espalda.
- Mantén tu cabeza y tus hombros por sobre el nivel de las caderas.
- Haz un sonido vocal fuerte como si el aire fuera forzado fuera de tus pulmones y de tu cuerpo. Esto va a aumentar el knap realizado por el atacante y va a ayudar a convencer al público de que realmente has sido golpeado.

Podrías incluso querer llevar tus manos hacia al estómago en la reacción, pero asegúrate que esto sólo sucede *luego* de que el ataque ha sido realizado.

La reacción debe ser más bien estática, no debe tener tanto desplazamiento, porque se verá falso.

Puede funcionar, también, que el knap lo haga sólo la víctima, con la mano a foro (es decir, la opuesta al atacante) sobre la parte frontal del muslo, solamente si el cuerpo está en diagonal frente al atacante.

Patada a la Cabeza (con Víctima Arrodillada)

<https://drive.google.com/open?id=1aiqk80su5jEbR-9oGEIvtDvCyZ-ai8pW>

Hay muchas formas distintas de hacer la Patada a la Cabeza. La podrías ejecutar como una Patada de Chasquido (que es como la veremos en un momento) o podrías hacerla como una Patada de Oscilación. Si eres particularmente flexible y puedes llevar tu pie lo suficientemente alto, entonces tu víctima puede permanecer parada. O, simplemente pueden

estar de rodillas como si algo hubiera ocurrido en la escena o el combate para bajarlos a esa posición. Así sugiero que comiencen.

Por lo tanto, vamos a posicionar a nuestra víctima en una posición a proscenio como con la Patada al Estómago, pero arrodillada más bien que de pie. Cuando te arrodillas es importante que lo hagas con tus hombros, caderas y rodillas alineadas la una sobre la otra, más que aflojándose para arrodillarse en tus tobillos.

Como el atacante, empieza a un lado de la víctima, acercándote desde el mismo lado que el pie con el que vas a patear (es decir, acércate desde el lado derecho de la víctima si vas a patear con el pie derecho o desde el lado izquierdo si vas a patear con el pie izquierdo). Debería patear con tu pierna a foro.

Asegúrate de que estás en ángulo recto a la víctima cuando te acercas. Como están mirando directamente a foro, deberías estar mirando directamente a través del escenario.

También debes asegurarte de que tu distancia es correcta. Si te paras muy a foro de la víctima, entonces el público no va a creer la ilusión. Párate muy cerca y los resultados podrían ser catastróficos.

Idealmente, deberías estar a una distancia en la que puedas caminar por al lado de la víctima sin tocarla. Mientras pasas por al lado debería haber sólo unos cuantos centímetros entre tu brazo a proscenio y su cuerpo. Recuerda que vas a patear con la pierna a foro –que es la pierna más lejana a la víctima, por lo que este espacio va a mantener las cosas seguras.

Una última cosa antes de que describa la técnica. Sugeriría que *no* intenten tomar contacto visual con su compañero antes de realizar esta técnica por dos razones.

Primero, como la víctima, necesitas estar mirando directamente al frente de ti para esto funcione. Si miras al atacante, entonces vuélvete a girar para mirar derecho adelante, puede verse un poco raro y distraer.

Segundo, como el atacante, mientras más contacto visual tomes con la víctima, más probable es que permitas que tu pie pateador se desvíe hacia su cara, lo que va a hacer aterrador y peligroso.

Sin embargo, sí queremos darle al atacante algún tipo de señal para que sepa que la víctima está lista. Por eso, simplemente voy a sugerir que una vez que la víctima está lista para realizar su reacción y que saben lo que está por suceder, entonces ese es el momento para que ella se arrodille en la posición requerida y mire hacia delante.

Por ejemplo, quizás algo ocurrió que te hizo caer (un tropezón, un puñetazo). Actúa ese momento hasta que estés listo para hacer tu reacción a ser pateado en la cabeza, entonces arrodíllate para mostrarle al atacante que estás listo. Entonces – y sólo entonces – él va a ejecutar el ataque.

Cuando ambos estén listos, en las posiciones correctas y la distancia correcta, entonces puedes proceder con la Patada a la Cabeza.

La Acción.

La acción es el movimiento del atacante.

- Mira al objetivo. Este es el lugar en la línea mágica desde el rostro de la víctima que también está frente a ti.
- Camina hacia la víctima y planta tu pie a proscenio firmemente para darte estabilidad.
- Levanta la rodilla de tu pierna pateadora (la pierna a foro) tan alto como puedas. Realmente intenta llevarla hacia tu pecho. Mientras más alto levantes la rodilla, más alto llegará la patada.
- Apunta tu pie. En esta patada supuestamente pateas con la parte superior de tu pie (el área de los cordones de tu zapato). Esto es simplemente para ayudar a que el

pie esté lo más largo que sea posible, para que pueda cruzar la línea más efectivamente y por tanto crear la ilusión de contacto.

- Da un golpe rápido desde la rodilla y lanza el pie hacia afuera y hacia arriba hasta que cruce la línea en el punto del objetivo.
- Asegúrate de seguir mirando al espacio en frente de la cabeza de la víctima (el objetivo) cuando pateas. Esto va a ayudar a mantener tus caderas y tu torso encuadrados y perpendiculares a la víctima, para asegurarte de que tu pie pateador no se desvíe hacia su cara. Esto es más que un poco importante.
- Cuando el pie cruza la línea, deberías hacer el knap con la mano a foro en tu muslo o nalga a foro.
- Rebota el pie hacia atrás y ponlo en el piso como si acabaras de dar un paso hacia adelante.

Podrías hacer que la víctima haga el knap como una alternativa – un Knap de Pecho podría funcionar bien.

La Reacción.

Como con todas las reacciones, la sincronía es importante. Por eso, como la víctima, asegúrate de estar mirando enfrente de ti para que puedas ver cruzar la línea al pie del atacante. Cuando lo veas pasar tu cara, entonces puedes reaccionar.

- Empieza en la posición descrita arriba, arrodillándote con tus hombros, caderas y rodillas alineadas verticalmente la una sobre la otra.
- Inclina tu cabeza hacia arriba y atrás como si estuvieras mirando a algo que sube por la pared enfrente de ti y hasta el techo. Esto debería ayudar a mantener la parte de atrás de tu cuello tan larga como puedas para evitar una lesión.

- Sube tus hombros para proveer un cojín en la base de tu cuello para mayor protección.
- Quizás quieras llevar tus manos a tu cara para ayudar a contar el relato del dolor y la herida.
- Empieza a mirar sobre tu hombro, lejos del atacante. Esto naturalmente va a girar tu cabeza y la parte superior de tu cuerpo lejos de él como si hubieras sido pateado.
- Quizás también quieras caer al suelo, así que piensa de nuevo en las caídas y recuérdate cómo aterrizar. Encuentra tus partes suaves y acolchadas, evita aterrizar sobre pedazos de hueso y definitivamente no uses las manos para sostenerte.

Esta caída será muy similar a la Caída de Desmayo que vimos antes, la diferencia principal es que empiezas de rodillas.

- Mientras miras sobre tu hombro lejos del atacante, chequea para asegurarte de que el área en la que vas a caer está libre y es segura.
- Empuja tus caderas hacia el costado mientras comienzas a apoyar tu nalga para aterrizar.
- Acuéstate en el suelo, manteniendo el brazo extendido para proveer un cojín suave para tu cabeza.
- Quieres terminar acostado en el suelo en una línea diagonal, de espaldas a donde fuiste pateado.
- Como la víctima se acuesta a lo largo del suelo y el atacante da un paso hacia abajo luego de realizar la patada, el atacante debería terminar parado sobre la víctima, mirando hacia ella.

Algunos aspectos técnicos a tener en cuenta:

- Estirar los empeines ayuda a cruzar la línea imaginaria de visión del espectador

Patada a la Cabeza (con Víctima acostada)

<https://drive.google.com/open?id=1C-kgtCau3cwl2DMjg7QtHcCUzttVkVcl>

Si la víctima ya está tendida en el suelo, entonces hay algunas diferencias en cómo hacer esta técnica.

Primero que todo, vas a patear con la pierna que está más cerca de la víctima – tu pierna a proscenio.

Segundo, deberías hacer una Patada de Oscilación en vez de una Patada de Chasquido. Por lo que realmente se vuelve como patear una pelota.

Posicionarse en el escenario es importante nuevamente. La víctima va a estar acostada en el suelo, pero con su cabeza y hombros levantados levemente. Usa el antebrazo para apoyarte y empujarte hacia arriba un poco.

Asegúrate de que tu cuerpo está en una línea relativamente recta para que tus rodillas y brazos no se metan en el camino del pie del atacante cuando patea. E intenta mantener tu cabeza en línea con tu cuerpo más que sacarla hacia delante facilitando que el atacante te patee accidentalmente.

La dirección en la que estás acostado dicta qué pie va a usar el atacante para patearte. Por ejemplo, estamos mirando a la víctima desde una posición a foro (su espalda está mirando al público). Esto significa que su cabeza está apuntando hacia el costado izquierdo del escenario y sus pies hacia el costado derecho. Con la víctima en esta posición el atacante *debe* acercarse desde el costado derecho del escenario y patear con su pie derecho. Si el atacante necesita o quiere patear con su pie izquierdo, entonces la víctima debe acostarse con su cabeza hacia el otro costado del escenario, pero aun manteniendo su espalda hacia el público.

Puedes – y de hecho deberías – establecer contacto visual con tu compañero antes de ejecutar esta técnica. Por tanto, una vez que ambos estén en las posiciones correctas y que hayan establecido contacto visual, puedes proceder.

La Acción.

- El atacante se acerca a la víctima desde sus pies. Realiza tu acercamiento en un ángulo leve más que absolutamente paralelo a la víctima.
- Mira al objetivo – que es nuevamente es línea mágica corriendo directamente hacia foro desde la cara de la víctima. Elige un lugar sobre la línea más o menos a 30cm a foro de su cabeza.
- Planta tu pierna a foro firmemente para darte la estabilidad que necesitas y prepara esta patada haciendo la pierna hacia atrás. Recuerda que ésta va a ser una Patada de Oscilación (como patear una pelota), así que mantén la pierna relativamente estirada y haz el movimiento desde la articulación de la cadera.
- Ahora oscila desde la cadera y propulsa el pie pateador hacia delante más allá de la cara de la víctima para asegurarte de que cruzas la línea.
- El pie debería viajar en un arco leve o una trayectoria curva. Cuando el pie está cruzando la línea debería estar empezando a curvarse y viajar lejos de la víctima.
- Mientras oscilas la pierna, mantén el pie con los dedos apuntando levemente hacia dentro para que así estés casi mostrando el lado exterior del pie.
- Cuando el pie pasa por la cara de la víctima deberías hacer el knap usando tu mano a foro en tu muslo a foro. Éste puede ser un movimiento levemente más grande que antes porque la patada es una acción mucho más grande en general y el knap será escondido en la oscilación y movimiento natural de tu brazo cuando das la patada.
- Cuando tu pierna alcanza el final natural de su oscilación (manteniéndola en el arco de la cara de la víctima), sólo asienta el pie para terminar el ataque. Quizás encuentres que tu pierna de apoyo da un saltito o rebota un poco mientras oscilas la patada. Esto es normal y se debe simplemente a la energía que pones en el ataque.

La Reacción.

La Patada a la Cabeza, con la víctima acostada en el suelo, es probablemente el ataque más grande y agresivo que hayamos visto en este libro. Y es casi seguro que tu personaje va a terminar inconsciente (¡por lo menos!) por una patada a la cabeza de esta naturaleza – por lo que vas a terminar desperdigado en el piso.

Las buenas noticias son que ya estás acostado en el suelo así que va a ser bastante fácil. Sólo recuerda evitar golpear los codos y otras partes de tu cuerpo contra el piso y proteger tu cabeza.

- Luego de que hayas establecido contacto visual con tu atacante, desplaza tu foco y mira a tu pie mientras se prepara y luego viaja a lo largo del ataque.
- Cuando veas su pie pasar por tu cara, levanta tu cabeza hacia arriba estirándote hacia atrás desde la coronilla de tu cabeza. Intenta mantener el cuello alineado con la parte superior de tu columna.
- Tira tus caderas hacia delante y tus hombros hacia atrás para arquear la espalda. Esto va a ayudar a incrementar el tamaño de tu reacción sin poner tensión innecesaria en el cuello.
- Lleva tu cadera y tu cuerpo hacia atrás a un alineamiento neutral, una vez más, mientras llevas tus manos a tu rostro y giras sobre tu espalda.
- Asegúrate de rotar lo suficiente como para aterrizar en los grupos musculares alrededor del área de los omóplatos, en vez de aterrizar fuertemente en la punta del hombro.

Hay una reacción alternativa para esta técnica que involucra rotar el cuerpo sobre eje horizontal y llevar el hombro de arriba hacia delante y debajo de ti. Éste tiene la ventaja de dejar a la víctima mirando al público.

Algunas consideraciones técnicas:

En el video descubrimos que el actor víctima prepara el centro momentos previos antes de recibir el ataque. Ante esto consideramos que:

- El centro debe estar comprometido todo el tiempo (En una situación en que la víctima está en tensión, preparada para el combate) o;
- Puede estar relajado en situaciones que requieran estar desprevenido (Es decir, que el ataque realmente parezca sorpresivo).
- Para la víctima sirve marcar dos focos, el pie que pasa y el punto hasta donde llega la cabeza.
- Reaccionar llegando a posición fetal no funciona.
- La reacción se ve más orgánica cuando hay un breve rebote después del impacto del ataque.
- El brazo de la víctima que está encima de su cuerpo no debe abrirse tanto por encima de su cabeza; quizás es más eficiente cuando se queda cerca de su torso

Dramatizando las Patadas

Cuando pensamos en la ejecución de estas patadas, debemos recordar que la pierna es un miembro mucho más grande y fuerte que el brazo y que el pie es más grande que el puño. Por lo tanto, la patada es un ataque mucho más grande y fuerte que debe ser representado cuando dramatizas las patadas – haciendo que tus personajes reconozcan el gran nivel de violencia, riesgo o daño al que se enfrentan.

Incluso con las patadas evitadas, lo que el público quiere ver es el peligro muy real en el que la víctima está y su miedo de ser golpeado por este ataque. ¿Cuáles son las consecuencias para tu personaje si la Patada de Talón efectivamente “golpea” el objetivo previsto? ¿Significará eso que perdiste la pelea? ¿Qué pasa si pierdes la pelea?

Si eres el personaje realizando el ataque, ¿por qué eliges patear en vez de dar un puñetazo? ¿Es porque estás muy lejos de tu víctima prevista y no puedes alcanzarla con tu puño? ¿O es por qué es una situación a lo Bridget Jones donde no sabes cómo pelear, estás asustado de lo que pueda pasar y por tanto te mantienes tan lejos como es posible?

Hemos hablado antes de niveles de intención y te animo nuevamente a usar la escala del 1 al 10 cuando intentes encontrar el nivel de intención correcto para cada ataque. No todo va a tener un nivel de intención 8 o 9. Especialmente si estás incrementando el factor de miedo y disminuyendo la habilidad de combate de tu personaje, entonces el nivel de intención de cada ataque puede atenuado de alguna forma por ese miedo. Quizás.

Éstas son decisiones que tienes que tomar. Así que ve adelante y tómalas temprano en el período de ensayos para que puedas darle tiempo para evolucionar y desarrollarse – y quizás cambiar si empiezan a sentirse equivocadas. Entonces realmente puedes empezar a actuar la pelea más que sólo mostrarla.

Sumario

- Aumenta tu distancia para darle espacio al largo extra de tu pierna.
- Ten claro qué tipo de patada estás usando (Oscilación, Empuje o Chasquido).
- Recuerda con que parte del pie vas a patear.
- Mantén un pensamiento muy fuerte en tu cabeza respecto de qué estas intentando hacerle a la víctima.
- Las reacciones deben ser más grandes para las patadas que para los puñetazos.

Las patadas son una gran forma de añadir un poco de variedad e interés a una pelea, pero recuerda que algunos personajes están entrenados en artes marciales, por lo que elije tus patadas cuidadosamente.

También necesitas decidir cuándo y cómo incluirlas. Pueden ser una gran manera de acercarte a tu compañero para poder golpearlo. O, como alternativa, para mantener a alguien lejos de ti. Pero si aciertan, usualmente terminarán la pelea. *Especialmente* si es una patada a la cabeza.

Consideraciones Generales:

- Patada escondida: La víctima está detrás de un biombo u obstáculo y reacciona de igual manera a la patada, cayendo fuera del biombo. El impacto queda enmascarado.
- Patada de capoeira: <https://drive.google.com/open?id=1EywZS4ire4qiB-s6FF3zz2oEW5juT2OY>
- En una secuencia de patadas en reacción (durante el calentamiento), se puede generar una secuencia de respuesta al ataque (es decir, una secuencia de defensa), una vez que se repita este procedimiento muchas veces
- Levantar la rodilla es lo que anticipa el ataque a la víctima.

Actuando el dolor

Nadie sale de una pelea sin haber sido herido de alguna manera. Cada momento de violencia causa algún tipo de dolor a alguien. Cualquier pelea en el escenario donde los actores no nos muestren que han sido heridos es irrealista y menos interesante para el público. Enfrentémoslo, incluso Superman muestra dolor.

Para captar al público y ayudarles a que crean las ilusiones que estás creando, tus personajes deben acusar recibo del dolor y responder a las heridas que pueden haber sufrido y al dolor que sienten como resultado de ellas.

Este capítulo es sobre ayudarte a encontrar una forma de expresar esa herida y ese dolor para que el público pueda reconocerlo y entenderlo. Te proporcionará una manera, por así decirlo. No tiene la intención de ser un libro de reglas exhaustivo y definitivo, es meramente un medio para empezar a hacerte pensar sobre algunas cosas que necesitas que estén funcionando para poder retratar la historia de tu personaje tan completa y verdadera como seas capaz.

Si *tú* (no tu personaje, sino el tú real) estuvieras en una pelea o fueras lastimado de alguna manera, podrías responder las siguientes preguntas:

- ¿Dónde duele?
- ¿Cuánto duele?
- ¿Qué tipo de dolor es?
- ¿Qué daño te ha hecho?
- ¿Tiene algún tipo de efecto físico en cómo te mueves o hablas?

Si *tú* pudieras responder estas preguntas, entonces necesitas responder cada una de ellas también para tu personaje.

¿Dónde Duele?

Obviamente, duele en el lugar donde tu personaje fue golpeado, pero también podría incluir otras áreas. Por ejemplo, si te dan un puñetazo en la cabeza, entonces el punto de impacto dolería, pero así también podría doler tu cuello, debido al repentino estrés violento al que es sometido cuando tu cabeza es forzada a moverse.

Responde a esta pregunta, lo más específico y detallado como sea posible. Si has sido golpeado en la cara, la respuesta a esta pregunta no es “Mi cara”, sino más precisamente: “El pómulos del lado derecho de mi cara justo por debajo de la esquina de la cavidad de mi ojo”. O

quizás, “Mi maxilar inferior del lado izquierdo de mi rostro y los dientes dentro de mi boca y dentro de mi mejilla”.

Mientras más específica y detallada puedas hacer la respuesta, más detallada e interesante se volverá la historia – y más realista y creíble será para el público.

También deberías descubrir que mientras más detalle pones en tu respuesta a esta pregunta, más te ayudará a proveer detalles para las otras preguntas y viceversa.

¿Cuánto Duele?

Hay varios factores que te van ayudar a responder esta pregunta. ¿Qué tan joven y fuerte es tu personaje? ¿Qué tan fuerte es el personaje que acaba de golpearte? ¿Tu personaje es físicamente más grande que el otro personaje o eres mucho más pequeño? ¿Fue un impacto sólido o un golpe oblicuo? ¿Tiene entrenamiento o experiencia en combate? ¿Lo tienes tú? ¿Has sido golpeado antes? ¿En qué parte de tu persona fuiste golpeado? ¿Con qué fuiste golpeado? ¿Ya tenías una herida en el lugar en que acabas de ser golpeado?

También deberías tener en cuenta que cada tipo de ataque puede ser graduado. Me gusta pensar los ataques asentados en diferentes peldaños de una escalera. Mientras más alto vas en la escalera, más grande y poderoso es el ataque. Entonces, por ejemplo, una Cachetada de Perfil podría ser colocada en un peldaño bastante bajo de la escalera. Una patada sin contacto a la cabeza estaría significativamente más arriba en la escalera. Un Puñetazo Jab quizás estaría más arriba que una Cachetada a foro / a proscenio, pero más bajo que un Puñetazo Cruzado.

Cuando pensamos sobre qué tanto duele, incentivo a los actores a usar una escala del 1 al 10, donde 1 representa: “Apenas lo sentí” y 10 representa el peor y más intenso dolor que puedas imaginar. Ésta es una idea similar a las escalas usadas para determinar el nivel de intención que vimos anteriormente.

- Punzante
- Ardiente
- Palpitante
- Cortante
- Cegador
- Fugaz
- Súbito
- Repentino
- Penetrante
- Agudo
- Amortiguado
- Constante
- Persistente
- Intermitente
- Acalambrante
- Adormecedor
- Paralizante
- Molesto
- Intenso
- Inmenso
- Desgarrante
- Abrumador
- Arrollador
- Aplastante
- Agobiante
- Irresistible
- Incontenible
- Estridente
- Resonante
- Repugnante
- Impresionante
- Constrictivo
- Restrictivo.

Tu trabajo es decidir en qué peldaño de la escalera está el ataque y hacer coincidir el nivel de dolor hacia ese ataque, teniendo en mente las otras circunstancias mencionadas arriba y el nivel de intención del atacante.

¿Qué Tipo de Dolor es?

Éste es exactamente el tipo de pregunta que tu doctor te preguntaría. Tú respuesta debería ser una palabra descriptiva. Aquí hay algunos ejemplos que mis propios estudiantes han encontrado en las clases a lo largo de los años:

Diferentes tipos de herida van a sugerir diferentes tipos de dolor. Toma la decisión más honesta y apropiada que puedas. Recuerda cualquier herida que hayas recibido en el pasado y mira si puede tener alguna semejanza con la herida que tu personaje está recibiendo ahora. Si alguna vez te has pegado en tu pulgar con un martillo, quizás puedas recordar esa sensación y usarla para determinar cómo se siente para tu personaje recibir un puñetazo en el costado de

la cabeza. Para ayudarte a responder esta pregunta tan importante y a elegir tu propio adjetivo para describir el dolor, te ayudará saber que daño ha sido hecho y que tipo de lesión ha sufrido tu personaje.

¿Qué Daño te ha Hecho?

Si te dan un puñetazo en el estómago, quizás no sufras ninguna herida significativa más que quedarte sin aliento (lo que sabrías debido a tu falta de aire y a la dificultad para meter más aire en tus pulmones) – y quizás un moretón en desarrollo.

Si recibes un Puñetazo Jab a la cara, las consecuencias pueden ser más severas. ¿Se rompió tu nariz? ¿La sientes y escuchas crujir? ¿Se te llenan los ojos de lágrimas? ¿Tienes momentáneamente una luz blanca brillante que llena tu visión y te impide ver? ¿Empieza a sangrar tu nariz?

Tú eres el actor así que tú tienes que hacer el esfuerzo en responder estas preguntas para tu personaje. Aquí tienes algunos tipos diferentes de lesiones que podrías sufrir en una pelea desarmada, junto con ideas de qué tipo de acción podría causarlas.

- Contusión (un moretón) – fuerza contundente de algún tipo como un puñetazo o una patada.
- Abrasión (un rasguño) – caerse y despellejarse las rodillas o las manos.
- Fractura (de un hueso) – muchas causas posibles, incluyendo caerse, una llave de muñeca, una patada o un puñetazo. Las fracturas pueden ser abiertas o cerradas. Una fractura abierta es cuando el hueso sale a través de la piel, una fractura cerrada es donde la piel no se rompe.
- Asfixia (respiración dificultosa) o hipoxia (falta de oxígeno) – por una estrangulación.
- Lesiones por aplastamiento – pueden llevar a fracturas y heridas internas. Posible por estrangulación, cuando la tráquea es aplastada.

- Conmoción cerebral - por cualquier golpe a la cabeza que causa que el cerebro se sacuda dentro del cráneo.
- Laceración (desgarramiento de la piel) – posible por una cachetada o puñetazo, especialmente si el atacante llevaba un anillo. Podría ser interna (la mejilla se abre contra los dientes).

¿Tiene Algún Efecto Físico en Cómo te Mueves o Hablas?

Ahora que has descubierto qué ataque fue hecho, dónde te ha lastimado, qué daño te ha hecho, qué tipo de dolor es y el nivel de dolor que experimentas, necesitas pensar sobre cómo te afecta.

Una patada al estómago puede quitarte el aire y posiblemente causar algún daño interno. Casi seguramente te tenga doblado al menos por un rato. Quizás estés agarrando tu abdomen para intentar aliviar el dolor. Esto va a tener un impacto directo en cuánto puedes moverte. Ciertamente no vas a ser capaz de caminar normalmente manteniéndote derecho. Al menos no por un rato. Por tanto, ese escape rápido que habías planeado quizás deba ser repensado para permitirte ser honesto sobre el dolor que tu personaje lleva consigo en ese momento. También tendrías dificultad para hablar porque te falta el aliento, así que ese encantador monólogo de cuarenta líneas que tienes justo después de recibir la patada repentinamente necesita ser dicho distinto y con una energía y ritmo diferentes.

¿Cuánto dolor representar?

¿Realmente necesitas transmitir todo este dolor en medio de una pelea? Esta es una pregunta muy buena. ¿Tienes tiempo entre ser golpeado en la nariz y luego ser tirado al suelo y estrangulado para interpretar el dolor y los efectos del puñetazo? Bueno, la respuesta es no... y sí.

Claramente el tiempo que transcurre entre cada acción de la pelea es limitado, así que no puedes pasar mucho tiempo mostrando cuánto dolor sientes cuando esa persona desagradable te rompió el pómulo justo debajo de tu ojo izquierdo.

Pero en una pelea real – una situación altamente estresante – el cuerpo produce adrenalina y otras hormonas que preparan al cuerpo para la respuesta de “pelea o huye”. La adrenalina también actúa como un analgésico natural. Básicamente nos previene de sentir los efectos de cualquier herida hasta que estemos fuera de la situación estresante del combate. Por tanto, podríamos recibir un puñetazo en la cabeza y realmente no sentir los efectos hasta mucho después.

Esto se puede volver un poco aburrido sobre el escenario, sin embargo, necesitamos encontrar ese medio feliz que ayuda a contar la historia al público mientras mantiene la realidad de lo que le está pasando a tu personaje. Debes mostrarle al público el momento del impacto y mostrarles que has sido lastimado, pero luego necesitamos verte poner ese dolor de lado mientras continúas lidiando con la situación presente hasta que haya acabado y tu cerebro tenga un momento para recordarte que cualquier herida duele y que ¡así es cómo se siente el dolor! Entonces realmente puedes poner en acción todo el trabajo que has hecho en qué tipo de lesión has sufrido y qué nivel de dolor experimentas.

La adrenalina también aumenta nuestra consciencia de lo que está sucediendo. Nuestro cerebro parece funcionar mucho más rápido de lo normal y las cosas parecen estar sucediendo en cámara lenta. Así que, aunque las cosas pueden suceder en un abrir y cerrar de ojos, en nuestra cabeza puede parecer como un par de minutos. Esto nos permite darnos cuentas de lo que ha pasado y cómo se siente antes de que la próxima cosa ocurra.

Cuando estas peleando en el escenario necesitas mostrarnos el momento en el que eres herido, luego focalizarte en lo que viene a continuación e interpretar esa parte de la historia. Cuando la pelea termine o cuando haya una pausa, puedes volver a las heridas que recibiste y recordarnos que estás sufriendo. El dolor no sólo aparece y desaparece. Va a volver

– a veces con una venganza. Mientras más puedas remitirte al dolor y dejar que el público vea cuánto te ha afectado, más se van a interesar en ti y en lo que estás atravesando. Si no llevas ese dolor y esa herida contigo, entonces tu historia se vuelve falsa y menos interesante.

Algunos momentos de violencia son sólo eso. Momentos aislados. Te da un cachetazo. No hay una gran pelea, sólo una acción. Cuánto dolor puedes experimentar, qué tanto se queda contigo y cómo te afecta lo que dirás o harás a continuación puede no ser tan grandioso como lo que te sucede en una gran pelea en un bar – de hecho, los efectos pueden ser más psicológicos que físicos – pero aún necesitas encontrar las respuestas y llenar tu historia de tantos detalles como seas capaz.

Los Sonidos de la Violencia

Habiendo descubierto qué herida recibiste, cuánto duele, qué tipo de dolor sientes y lo demás, hay una cosa faltante por hacer y esa es descubrir cómo expresar todo eso al público. Sí, mucho de esto se encuentra en cómo reaccionas, cómo te mueves, cómo arrugas tu cara y nos muestras tu agonía. Pero la única cosa que lleva todo hasta el final de la sala es tu voz y los sonidos que haces. Piensa esta parte como la banda sonora de la pelea. Incluso las películas mudas tienen algún tipo de acompañamiento musical para ayudarle al público a conectar con lo que está mirando. Nosotros también necesitamos ayudar al público a conectar con lo que están mirando comprometiéndonos tanto auditivamente como visualmente.

No voy a intentar decirte cómo hacer los sonidos, pero te sugeriré formas de elegir qué sonidos hacer y cómo puedes variar tus elecciones para hacer que los sonidos que creas sean más apropiados y más interesantes.

El único consejo técnico que te daría es mantener tu mandíbula y garganta tan relajada como puedas, para que los sonidos sean tan libres como sea posible y no impacten severamente en tus cuerdas vocales. (¡No olvides que quizás necesitas decir ese largo

monólogo al final de la pelea!). Si tienes dudas o preocupaciones, entonces contacta a un profesional de la voz calificado que va a poder ayudarte en la producción de los sonidos que elijas.

Si haces el mismo sonido para cada ocasión en la que te golpean, o cada vez que realizas un ataque, se vuelve muy aburrido muy rápidamente. Aquí hay unas cuantas ideas de cómo variar los sonidos que haces para mantener la música de la pelea tan excitante como la pelea en sí misma.

Hay cinco cosas diferentes que tienes que decidir cuando estás trabajando que sonidos usar para representar el dolor.

- El sonido de que vocal usas
- Qué tan fuerte lo haces
- Cuánto dura el sonido
- En qué tono estará el sonido (una nota alta o baja)
- Si hacer el sonido con una inhalación o con una exhalación.

El Sonido de la Vocal. Intenta evitar el uso en demasía de los tradicionales sonidos “Ah” o “Uh”. Seguramente, pueden ser muy útiles, pero experimenta con el sonido de diferentes vocales también. Sé audaz y atrevido en tus decisiones. Intenta lo inesperado –algunas veces eso puede hacer que el público lo crea más porque es un sonido que no están esperando oír, entonces piensan que debe ser real. E intenta evitar decir las palabras “Ay” o “Auch” al menos que estén en el guion. Usa tu período de ensayos para jugar y probar distintas cosas hasta que establezcas los sonidos que funcionan para ti en ese momento particular.

Volumen. Varía qué tan fuerte es cada sonido. Por supuesto que queremos que la gente al final de la sala escuche todo, pero no todos los ataques van a impactar con la misma fuerza y causar el mismo nivel de dolor, así que deberíamos experimentar con volúmenes distintos. Encuentra los golpes y heridas que realmente duelen y averigua cuándo sería apropiado hacer un sonido para eso y luego decide qué tan fuerte hacer el sonido.

Con esto, también deberías considerar si hacer el sonido sonoro o sordo. La forma más fácil en la que puedo describir esto (si eres poco familiar con los términos) es que un sonido sonoro es como si estuvieras hablando fuerte mientras que un sonido sordo es como un susurro.

Duración. Algunos sonidos serán largos y prolongados, otros serán muy cortos e incluso limitados de alguna manera. Puede ser que el ataque incluso detenga el sonido que estás haciendo más que causarte que hagas otro. Siempre es valioso intentar distintas opciones, pero asegúrate de mantenerte fiel a la verdad y que los sonidos que hagas coincidan con la situación.

Tono. Ser golpeado en distintos lugares de tu cuerpo significará que vas necesitar producir sonidos en distintas áreas de tu registro vocal (a veces una nota baja, otras una más alta).

Como regla general, mientras más cerca de tu centro físico impacte el ataque, más bajo será el tono del sonido. Mientras más cerca de tus extremidades te golpeen, más agudo será el tono del sonido. Por tanto, si te golpeas el pulgar con un martillo o te pegas en un dedo del pie con el borde de la puerta crearás un sonido más agudo que si te golpean en las tripas.

Inhalación o Exhalación. También debes decidir si es correcto hacer el sonido al exhalar o al inhalar. Es casi seguro que recibir un puñetazo en el estómago va a resultar en un sonido hecho con una exhalación, porque un efecto del puñetazo es sacar el aire fuera del cuerpo. Pero si te cortas un dedo con un pedazo de papel, a menudo será una fuerte inhalación la que produzca el sonido, posiblemente aspirado entre los dientes. Si te golpeas el dedo pie contra el marco de la puerta va a ser una combinación – una inhalación corta y brusca seguida por un quejido largo y fuerte en la exhalación.

Sumario

- Los públicos aman ver a los personajes sufriendo, así que dales ese dolor.
- Sé tan específico y detallado como puedas.
- Trabaja cómo la herida o el dolor afectan tu movimiento.
- Sé audaz con tus decisiones.
- Empieza a ensayar tus sonidos vocales tan pronto como sea posible.

Ahora tienes un montón de cosas en que pensar: ¿Qué ataque acabas de recibir, dónde impactó, qué daño te ha hecho, cuánto duele, qué tipo de dolor es, qué tipo de sonido necesitas hacer para representar ese dolor y cuándo deberías hacer ese sonido? Muchas

veces, las respuestas pueden venir de forma bastante intuitiva y es muy sencillo tomar las decisiones. Si te dan un cachetazo probablemente crees un sonido apropiado para ello muy fácil y rápidamente, sin realmente pensar mucho al respecto. Pero quizás, sólo quizás, lo podrías hacer aún más convincente para el público si cambias una o dos cosas sobre ese sonido tales como el tono, o si es hecho con una inhalación en vez de una exhalación, o si es un sonido sonoro o sordo. Si estás involucrado en una pelea más larga, entonces variar los sonidos que usas para los diferentes momentos va a incrementar significativamente la credibilidad de la pelea, así como el disfrute del público de ella. Así que adelante, usa tu tiempo de ensayo para experimentar y ver que se te ocurre.

Recomendaciones para el Trabajo Vocal – Federico Ortega

- Identificar en cada movimiento de la secuencia de combate:
 1. La posición del centro.
 2. Los puntos de apoyo.
 3. Los momentos de equilibrio inestable/equilibrio de lujo.
- Registrar la “columna de aire” disponible en cada posición. a partir de esta disponibilidad/comodidad.
- Una vez que la secuencia esté clara definir los momentos de
 1. Inhalación
 2. Apnea
 3. Exhalación
- Experimentar la duración de cada una de estas etapas de la respiración y asociarlas en el montaje con los movimientos

- La exhalación puede trabajarse con soplos expresivos (distintas formas de emitir el aire, sin utilizar la voz) para ver la capacidad de aire posible en cada uno de esos momentos.
- Incorporar el texto en los lugares en los que se utilizó el soplo

Pelear

Puntos de Partida

Déjame ser perfectamente franco aquí. Crear tu propia secuencia de pelea no es fácil – especialmente para alguien que tiene poco o nada de experiencia en cómo pelear y cómo hacerlo de forma segura. Así que la primera cosa y probablemente la más importante para decir aquí es: “Sabe cuándo necesites llamar a un profesional”.

Con suerte este libro te ha dado un buen entendimiento de cómo mantener los momentos de agresión seguros y de cómo hacerlos ver creíbles para el público. Si estás trabajando en un teatro amateur, en un lugar alternativo o quizás en el colegio o la universidad, entonces espero que este libro te dé el conocimiento que necesitas para poner en escena y ejecutar actos de violencia de manera segura.

Pero poner en escena el momento cuando el Señor Capuleto le da una cachetada a su hija porque no quiere casarse con Paris es una cosa. Poner en escena la riña de apertura de la misma obra con un elenco de diez o veinte personas es otra cosa totalmente distinta. Hay tantas otras cosas que considerar. Ese es el trabajo de un director de combate profesional. Por el bien de la salud y el disfrute de todos, conoce tus límites y no tengas miedo de pedir ayuda profesional. No es siempre tan caro como podrías pensar y siempre es más barato que la demanda potencial y los pagos de compensación que podrían originarse si no lo haces.

Asumamos que tienes un momento en tu obra que requiere una lucha o conflicto de algún tipo. Un momento para avanzar en la historia donde dos personajes se ponen agresivos

el uno con el otro por alguna razón. ¿Por dónde comienzas? ¿Cómo planeas qué hacer? Aquí hay algunas cosas que un director de combate siempre tiene en mente cuando crea una pelea.

Objetivos. Empieza por descubrir lo que la pelea (o momento de violencia) pretende *lograr*. ¿Por qué el autor la ha incluido en la obra en este momento particular? ¿Qué intenta decir de los personajes involucrados en ella? ¿Intenta callar a alguien o mostrar que un personaje ha perdido el control? ¿Es más deliberado y calculado que eso? ¿Cuáles son los objetivos de los personajes dentro de la pelea y dentro de la escena?

Historia de los Personajes. Necesitas entender qué tipo de personas están involucradas en la pelea. ¿Son luchadores entrenados como lo serían indudablemente Mercucio y Teobaldo? ¿O son más inexpertos e ignorantes de los estilos de combate y las técnicas como es probable que sean Amanda y Eliot en Noël Coward's *Private Lives*? ¿Han peleado antes estos personajes y, si lo han hecho, cuál ha sido el resultado? Ciertamente va a afectar las decisiones que tomen esta vez si previamente han sido golpeados gravemente por el mismo personaje.

Disparadores. Estos son los momentos en el texto que propulsan al personaje al momento de violencia. Es la cosa que es dicha o hecha que hace que un personaje ataque al otro. Necesitas encontrar estos momentos en el texto y usarlos para justificar de dónde está viniendo la violencia. Es muy raro que la gente pelee o cometa violencia contra otra persona sin razón alguna. Todo lo que pones en el escenario debería estar justificado con lo que está escrito en el texto.

Adecuación. Si el personaje es un boxeador entrenado y con experiencia, tendrá sentido que tire un montón de puñetazos más patee o estrangule a su antagonista. Tiene sentido para el Señor Capuleto abofetear a Julieta, pero si se daba la vuelta y le daba un puñetazo en la cara, nos sentiríamos completamente diferentes acerca de él.

Por sobre todo, no elijas una técnica sólo porque se ve genial. No lo hará.

Escenificando tu Propia Escena de Combate.

Ahora que hemos hablado un poco sobre el lado teórico de la planeación de una lucha en el escenario, ¿en qué tipo de cosas necesitamos pensar cuando realmente armamos la pelea?

Mantenlo Simple. En el combate haz sólo lo suficiente para contar la historia – y nada más. Esto también les facilitará que los actores recuerden, les dará más confianza y los mantendrá seguros. De ahí vendrán actuaciones más convincentes.

Posicionarse en el Escenario. Asegúrate de que los actores estén en la posición correcta del escenario para hacer que la técnica funcione. O, como alternativa, elije una técnica que funcione para la posición en la cual tienes a los actores. Una Cachetada a foro / a proscenio se verá como basura si la hacen los actores de perfil al público. Así que, o elijas la Cachetada de Perfil o entras una forma natural de mover a los actores a la posición a foro / a proscenio. Siempre presta atención a la distancia entre ellos para cada técnica.

Uniendo Más de una Técnica. Ir de una técnica a la otra requiere un ensayo cuidadoso. Asegúrate de que los actores son capaces de hacer contacto visual entre los movimientos – o al menos de hacer una señal y ver de alguna manera que están listos para continuar. Y asegúrate de que el próximo objetivo sea lógico y realizable. Por ejemplo, si le das un puñetazo a alguien en el estómago y se doblan, podrías seguir pateándolo en la cabeza, pero no tendría sentido intentar hacer un Puñetazo Jab o un Puñetazo Alrededor de la Casa porque su cabeza no está en el lugar correcto para que esos ataques funcionen o tengan sentido. Si quieres usar estas técnicas, necesitas mover a la víctima a una posición lógica – quizás agarrándola de los hombros o parándolas derechas antes de intentar tirar el puñetazo.

Escuchar a los Actores. Recuerda que los actores son las personas que tendrán que ensayar este combate una y otra vez. Y ellos son los que tendrán que realizarla en el escenario. Si ellos dicen que una acción o una transición entre acciones es incómoda, entonces

necesitas encontrar una manera de cambiarla Si se siente incómoda, entonces probablemente no es natural o lógica para la forma en que sus cuerpos quieren moverse y van a tener un gran problema intentando recordarlo. En el mejor de los casos tendrás un momento en el escenario donde no recordarán lo que deberían estar haciendo. En el peor, lo harán mal y alguien saldrá lastimado. Así que, escucha lo que están diciendo. Si eres un actor y se siente incómodo, entonces asegúrate de decir algo – no es sólo la seguridad de tus compañeros actores lo que ésta en juego, sino la tuya propia también.

Tus decisiones siempre deberían contar una historia que se adecue al drama. Esas decisiones deberían estar basadas en evidencias textuales y en elecciones de los actores respecto de los personajes. De otra forma se volverá “porno de pelea”.

Manteniéndolo Seguro

Tus decisiones siempre deben ser seguras para los actores involucrados. No solamente las técnicas individuales deben ser seguras de realizar por los actores (por suerte este libro puede ayudarte a lograr eso), sino que también deberías ser consciente de los niveles de habilidad de los propios actores. Un actor con una gran cantidad de entrenamiento en combate escénico y experiencia regular realizando combates, a menudo podrá realizar técnicas y secuencias que son más complejas y demandantes. Alguien que no tiene experiencia no debería ser alentado a probar las mismas cosas sin supervisión profesional. Conoce a tus actores y cuáles son sus limitaciones.

Mantenerse seguro no es sólo sobre mantener la distancia adecuada, apuntar al objetivo correcto, hacer contacto visual en el momento preciso y mantenerse equilibrado. También es sobre sostenibilidad. ¿Es capaz este actor de repetir esta técnica, noche tras noche, por lo que dure la temporada? ¿Y puede hacerlo sin ponerse en peligro a sí mismo o a

alguien más? Si la respuesta es “No”, entonces necesitas cambiar lo que están haciendo, deshacerse completamente de ello o pedir ayuda profesional de un director de combate.

Mantenlo simple, mantenlo seguro – ¡y puedes mantenerlo divertido!

Llevando un Registro

Antes de que puedas ensayar necesitas registrar el combate. Fílmalo en un smartphone o tableta por cualquier medio. Pídele al director de escena o al asistente de producción que lo escriba. Siempre aconsejo que los actores involucrados lo escriban ellos mismos, sin importar quién lo esté grabando. Ayuda a recordar el combate.

Hay muchas formas distintas de escribir un combate y cada método tiene sus méritos particulares. En definitiva, no importa *cómo* lo escribes mientras entiendas lo que has escrito y continúes haciendo lo que lo dice que deberías estar haciendo.

Personalmente, uso una versión donde divido la página en dos columnas. Escribo todos mis movimientos en una columna y todos los movimientos de mi compañero en la otra. Los movimientos correspondientes a mi compañero y a mí van a estar en la misma línea, pero en columnas opuestas. Por ejemplo, si estoy haciendo una Cachetada a foro / a proscenio, entonces lo escribo en mi columna. En la misma línea de la segunda columna va a estar escrita la reacción de mi compañero para el momento en el que hago la cachetada (él reacciona y ejecuta un Knap de Aplauso).

Mis Movimientos	Los Movimientos de mi Compañero
Cachetada a foro / a proscenio con MD.	Reacción y Knap de Aplauso.
Esquive y Bloqueo del mismo lado con MI.	Puñetazo al Loro con MD al Loro Izquierdo.

La segunda línea de arriba muestra que mi compañero realiza un Puñetazo al Loro con su mano derecha hacia el loro en *mi* hombro izquierdo. Mi movimiento correspondiente es esquivar el puñetazo y realizar un Bloqueo del Mismo Lado con mi mano izquierda.

Este método me ayuda a mantener un seguimiento de qué está pasando y cuándo. También muestra claramente que todo lo que hago está relacionado o conectado a algo que realiza mi compañero. Es un buen recordatorio de que esto es un esfuerzo de equipo, una asociación. Estamos trabajando juntos para contar una historia.

Cuándo Ensayar

Una vez que esté grabado, asegúrate de ensayar tu secuencia de combate tan a menudo como puedas. Con qué frecuencia necesitas ensayar va a variar de producción en producción y de persona a persona. Si sólo tienes una cachetada, un empujón o una caída, entonces hazte el tiempo para ensayar la acción en soledad cada vez que ensayas la escena. Sólo tómate unos pocos minutos para que ensayen la acción por sí solos para asegurarte de que todos están felices con lo que están haciendo. Luego puedes ensayarlo como parte de una escena con la actuación apropiada y emociones. Si el actor está teniendo dificultades, entonces o cambias lo que les estás pidiendo que hagan o les das más tiempo para practicar fuera del ensayo de la escena. Dale diez minutos antes de cada ensayo si necesitan el tiempo para hacerlo bien y no lastimarse o a nadie más

Si es una secuencia larga o compleja, entonces necesitas programar un horario de ensayo específico. Esto puede ser todos los días (o cada día que ensayan), o quizás una vez a la semana. La frecuencia del ensayo va a depender del largo y complejidad de la secuencia, así como de la experiencia y habilidad de los ejecutantes. Mientras más tiempo le dediques a ensayar la pelea, más confiados estarán los actores y más probable es que se mantengan seguros y den una interpretación convincente.

Durante el desarrollo del show deberías programar un *ensayo de combate* antes de cada función. Éste es un ensayo específico para todos los momentos de violencia en el show y se lleva a cabo tan cercano al *ensayo de media hora antes* como sea posible. Es una posibilidad para el elenco de atravesar todos los combates y acciones antes del show para asegurarse de que pueden recordar todo lo que están haciendo y trabajar sobre cualquier problema que puede haber surgido en la función de la noche anterior.

En el ensayo de combate ejecuta cada momento tres veces. Una vez a un ritmo caminado para marcar la secuencia de movimientos. Luego una segunda vez, más o menos a media velocidad para recuperar el ritmo y los tiempos. Después de eso, hazla una última vez a aproximadamente tres cuartos del nivel de energía que vas a usar en la función.

Si el combate es luego del intervalo, entonces permite que los actores encuentren un espacio en algún lugar detrás del escenario, en el intervalo, para marcarla lentamente una vez más.

Este ensayo de combate debería tener lugar antes de la primera función de cada día. Tu director de escena, o quien sea responsable de la pelea, debería dirigir el ensayo de combate.

Cómo Ensayar

Deberías apuntar a fijar la coreografía en el período de ensayos tan pronto como sea posible. Esto va a maximizar el tiempo que tienen los actores para volverse realmente familiares con los movimientos y encontrar los niveles de intención y el ritmo natural al cual ejecutar el combate.

Cada uno tendrá un ritmo diferente al cual puede pelear. “¿Qué tan rápido debería ser?” es una pregunta que es casi imposible de responder. Va a ser tan fácil como necesita ser para que estos actores actúen sus objetivos y cuenten la historia verazmente. Si realmente se

comprometen con la situación y con la acción tanto física como emocionalmente, y si logran el nivel de intención apropiado, entonces eso les va a dar el ritmo que necesitan en ese momento. A esto se lo denomina, usualmente, "ritmo de función".

Cuando están ensayando, el ritmo de función debería ser siempre el objetivo final y no el punto de inicio. Comienza trabajando lentamente. Date la posibilidad de pensar sobre lo que estás haciendo y asegúrate de estar haciéndolo correctamente. Trabajar lentamente les permite a los actores mantenerse seguros mientras continúan aprendiendo la secuencia. Les da una buena oportunidad para asegurarse de que su equilibrio es bueno y que están manteniendo una distancia correcta entre ellos, para que cualquier cachetada o puñetazo permanezca seguro. Trabajar lentamente les permite reconocer y controlar los momentos en que necesitan cambiar de estar fuera de distancia para una técnica a foro / a proscenio, a estar en distancia para una técnica de perfil.

También los fuerza a respirar. Respirar en un combate es vital porque les ayuda a permanecer relajados y a mantener un flujo continuo de oxígeno yendo hacia el cerebro, lo que significa que pueden pensar claramente sobre lo que están haciendo.

Usa estos ensayos lentos para pensar cómo incorporar todo el trabajo que has hecho sobre el dolor y las heridas que ha sufrido tu personaje. Construye los momentos de vocalización ahora y se volverán naturales e instintivos para el momento de la función.

Si tu acción involucra sólo un momento de violencia, como una cachetada, entonces llegarás al ritmo de función bastante rápido. Una vez que ambos actores estén seguros con todos los aspectos del movimiento y tengan un buen control sobre su equilibrio y su distancia, entonces deberían tener permitido empezar a encontrar su ritmo natural para ese momento.

Pero si tu combate es largo y progresa de una cachetada a un combate más sostenido, entonces trabaja lentamente por el mayor tiempo que puedas. Busca ritmos naturales y momentos donde puedas lograr contacto visual, luego introdúcelos en la acción y vuélvete familiar con ellos.

Los actores necesitan conocer el combate mucho mejor que lo que necesitan conocer sus líneas. Enfrentémoslo, si un actor dice la línea equivocada – o se olvida su línea – es poco probable que resulte en una herida física o una visita al hospital.

Una vez que ambos actores estén demostrando consistentemente control sobre las técnicas, una buena distancia segura y un posicionamiento en el escenario correcto, entonces pueden ser alentados a encontrar su camino hacia el ritmo de función. Empuja los niveles de energía e intención un poco más allá cada vez que ejecutes la secuencia. Pero siéntete libre de volver al ensayo lento en cualquier momento para chequear y corregir cualquier problema que encuentres. Recuerda, deberías apuntar a lograr el ritmo de función a tiempo para el *ensayo con vestuario* o el ensayo técnico.

Sumario

- Mantenlo simple.
- Elige movimientos apropiados para el personaje y la situación.
- Trabaja tus distancias y momentos de contacto visual.
- Permite que el combate llegue a un clímax.
- Concede mucho tiempo de ensayo.
- Asegúrate de registrarlo de algún modo. Escríbelo y fílmalo si es posible.
- El ritmo de función es el objetivo, no el punto de inicio.

El objetivo de este capítulo es darte un entendimiento de cómo escenificar y ensayar una pelea corta o un momento breve de violencia en el escenario – de manera segura. Con suerte ayudará a aquellos en teatros amateurs, universidades, escuelas y producciones alternativas a mantener un nivel de seguridad y efectividad dramática en lo que haces. Ahora deberías tener el conocimiento de cómo crear una secuencia de combate simple, cómo registrarla, cómo y cuándo ensayar esa secuencia.

Y con suerte ayudará a que entiendas cuándo necesitas pedir los servicios de un director de combate.

Por sobre todas las cosas, *mantente seguro*. ¡Sólo entonces puedes realmente comenzar a divertirse!

Secuencias de combate desarmado

Empezaremos esta sección con una secuencia realizada previamente al desarrollo del proyecto, con conocimientos casi nulos sobre el combate escénico y de una naturaleza técnica mucho menor. De esta forma se podrá apreciar el crecimiento técnico de las secuencias posteriores (realizadas como parte del proyecto) en relación a este punto de partida inicial.

https://drive.google.com/open?id=1IAUDtU-I_YSSMY9CkBu6FhBGCjEE3b74

A continuación, podrán observar las notaciones y videos de 4 secuencias de combate escénico desarmado, construidas y notadas de diversas maneras, con fines explorativos y creativos. Cabe aclarar que son materiales procesuales, con errores técnicos y sin tiempo de ensayo suficiente ni perfección en el detalle, creados meramente para el fin investigativo y sin calidad espectacular.

Estas primeras dos secuencias coreográficas (secuencia 1 y 2), fueron nuestra primera aproximación a una coreografía de combate escénico. Fueron generadas intercalando técnicas de varios capítulos del libro *Stage Combat: Unarmed* y procurando generar los nexos entre una y otra para construir una supuesta situación ficcional continua de violencia. En dichas secuencias sólo nos enfocamos en la parte coreográfica y en la dramaturgia dinámica, es decir, en la dimensión técnica del movimiento, de los impulsos, de la precisión, para después cargarla de sentido dramático, emocional, respiraciones, etc. Es por esta razón que decidimos colocarles el nombre de *Secuencias Dinámicas*, debido a que le faltaba todo el contenido situacional, de asunción de roles o construcción de personajes, la carga emotiva y toda la parte

“interpretativa” o actoral que le daría organicidad, veracidad y mayor interés narrativo a la secuencia. Estas secuencias son “bases”, esquemas de movimientos que se podrían insertar en un marco ficcional y ser por tanto modificadas por éste.

Las secuencias fueron notadas bajo el sistema de “prosa” visto en *Academy of Fight Directing For Theatre* y explicado más adelante en el informe. Consiste en la redacción de oraciones, más bien precisas, intercalando entre las acciones y reacciones de un combatiente y el otro. Identificaremos en las secuencias a los actores/actrices combatientes como A y B.

Secuencia Dinámica 1

<https://drive.google.com/open?id=1xTToraYoY3uu3TErrplcXeH2D-Zotb8T>

<https://drive.google.com/open?id=1OKxqJFiJRUWR7u3sgD0FHt4eTeKq2L93>

https://drive.google.com/open?id=1O7PBLmtlSNBYi_0HKHRuDzpxl5CU2eC3

1. A realiza una cachetada de perfil con MD (mano derecha) a B.
2. B realiza un empuje de energía cero sobre A.
3. B tira una patada de talón con PD.
4. A esquiva hacia la derecha.
5. B tira un puñetazo cruzado al loro con MI.
6. A bloquea del mismo lado con MI y realiza un golpe al estómago con MD.
7. A realiza un empuje con energía compartida.
8. B realiza una caída hacia atrás.
9. A realiza una estrangulación con una mano a B, que está en el suelo.
10. B, desde el suelo, le da un puñetazo jab a la cara de A.
11. A retrocede hacia atrás dándose la vuelta y realiza la caída de desmayo hacia la derecha.

12. Cuando A intenta reincorporarse, B le propina una patada a la cabeza con PD con víctima acostada en el suelo

Fin de Secuencia 1

Secuencia Dinámica 2 (sin video)

https://drive.google.com/open?id=1M58dipXVMx9kv5Up6ZSTuwu_qsYJr459

Esta secuencia que, por un fallo en el trabajo del equipo de investigación, no quedó registrada en video (y por tanto no podemos determinar cómo era), sirve de ejemplo para demostrar cómo, si no se aclara el pie o mano específica que ejecuta la acción, la secuencia se hace confusa y se puede alterar fácilmente respecto a lo concebido originalmente.

1. A ataca con un puñetazo alrededor de la casa
2. B esquiva con bob n' weave
3. A ataca con un puñetazo cruzado al loro.
4. B realiza un bloqueo del mismo lado.
5. A ataca con un puñetazo al loro
6. B realiza un bloqueo del mismo lado.
7. A ataca con un puñetazo al loro.
8. B realiza un bloqueo de choque y ataca con una patada de oscilación horizontal.
9. A esquiva la patada.
10. B ataca con una patada del talón del lado opuesto.
11. A esquiva la patada y ataca con un puñetazo alrededor de la casa.
12. B esquiva agachándose y lanza un combo de puñetazo cruzado, puñetazo de perfil y puñetazo al estómago.
13. A recibe los ataques y cae hacia atrás.
14. B realiza un tirón de pelo con arrastre por el suelo.

15. A toma de la ropa a la altura del pecho a B.

16. B realiza una llave de brazo A.

Fin de Secuencia 2

Secuencia Dinámica 3 – Luchadores entrenados

https://drive.google.com/open?id=1Ab_C-ZpKINPdpk_LDxIcD4BXgLNN9faa

https://drive.google.com/open?id=1t-sZpSDRWz_76ndjUkxlaVVUfklFNim

https://drive.google.com/open?id=11obNt6kc5oo8vL50GfKIRZW3_iDKhxeI

En esta secuencia quisimos probar algo menos “realista”, más cercano a las películas de acción y de superhéroes. En las secuencias de combate de estas películas o series de televisión los personajes pueden sufrir muchos golpes sin sufrir el desgaste o el daño de las heridas y caer desmayados, por ejemplo. Sin embargo, se suele acusar recibo de los golpes, el cansancio y las heridas, en ciertas pausas entre la vorágine coreográfica, para darle cierta veracidad al combate.

En este caso adoptamos un sistema de notación en 2 columnas, como se observa en el libro *Academy of Theatrical Combat. Basics Level 1*. Este sistema consiste en la escritura sintética de las acciones y reacciones de los combatientes, posicionando cada uno en una columna diferente. Se lee una columna y la otra de forma intercalada, empezando por el lado de A.

Santiago (A)	Mariano (B)
Puñetazo cruzado MD.	Desvía MI.
Puñetazo alrededor de la casa MI.	Bob n' Weave y puñetazo cruzado MD.

Reacción.	Patada en tijera al estómago PD.
Esquive hacia I y patada de oscilación PI.	Esquive hacia I. Se pone frontal a Santiago.
Patada de oscilación de cacheteo con PD.	Reacción. 3 jab avanzando intercalados MD-MI-MD.
Reacción y medición.	Medición.
Puñetazo a la cara con salto MD.	Esquive hacia I, retrocediendo.
Puñetazo cruzado MI, Puñetazo cruzado MD	Desvío MD, Desvío MI
Puñetazo cruzado MI	Agarre y desvío hacia abajo AM.
Bombazo MD	Esquive agachándose y agarre empujando lateral lado D.
Codazo D hacia abajo.	Reacción 4 patas suelo.
Pisotón PI	Rol de costado a I.

Secuencia 4 (con roles)

<https://drive.google.com/open?id=1YQaalc6aafvUCNdg2qbpu5vjQLnZlq11>

Esta secuencia comenzó siendo dinámica, para luego otorgarles roles a los combatientes e introducirlos en una situación ficcional simple. No podemos hablar de

personajes, ya que no hubo una construcción profunda de los mismos como tales, sino una asignación rápida y básica de ciertos rasgos y objetivos.

En este caso, A fue definido como un “bully”, es decir, un bravucón y B como un nerd o sabelotodo. La situación ficcional era que el bravucón venía a molestar (como de costumbre) al nerd y éste se negaba a pelear, pero, bajo el abuso físico reiterado del bravucón, el nerd terminaba defendiéndose, violentando y sobrepasándose con el bravucón, llevado por la ira, al punto de asesinarlo.

La notación usada corresponde a la misma que la secuencia anterior.

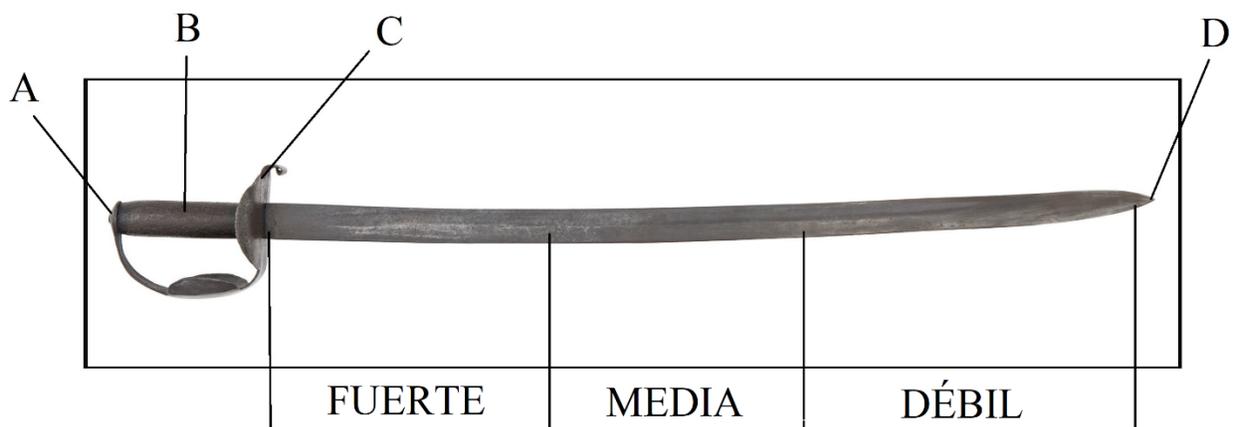
Mariano (A)	Santiago (B)
Está sentado esperando.	Lo ve. Estrangulación de cuello con antebrazo MD.
Forcejea, lo lanza por encima (hombro derecho).	Cae. Hablan mientras se levanta. Puñetazo cruzado MD con PI.
Bob n' weave hacia l.	Patada de talón cruzada con PI.
Esquive rotando a l.	Puñetazo cruzado al loro MD.
Bloqueo del lado opuesto, agarra brazo y empujón al suelo con energía compartida con PI. Casi se cae.	Cae al suelo. Habla mientras se levanta. Toma de la remera con ambas manos. Cachetada sosteniendo la remera MD.
Vuelta y media y cae al suelo del lado l.	Se jacta de su fuerza. Patada al estómago PD.
Reacciona.	Patada al estómago PD.
Reacciona y le agarra la pierna con ambos brazos. Le hace perder el equilibrio y lo tira al suelo.	Cae.
Se le sube encima.	Forcejea.

Forcejea y 3 puñetazos agarrando la remera MD-MI-MD-MI.	Reacciona casi desmayándose. Intenta disuadirlo con la mano, pero...
Puñetazo agarrando al remera MD con grito de ira.	Se desmaya/muere.
Se da cuenta lo que hizo, se sale de encima de él, lo contempla, huye.	

ALFANJE

Academy of Theatrical Combat

El alfanje es en lo que normalmente pensamos cuando imaginamos una pelea con sables pirata. El alfanje deriva de un gran cuchillo, que era muy útil para combatir en espacios pequeños a bordo de un barco. El mismo conduce a un estilo de combate básico y brutal. Como los cortes con esta arma son el fundamento de alguno de los estilos de combate más simples y un arma más corta es más fácil de controlar, es una muy buena opción para el entrenamiento de principiantes para el uso de cualquier arma cortante. El alfanje tiene un filo muy distinguible, por lo que el intérprete puede saber intuitivamente qué lado del sable corta.



Partes del Alfanje:

- a. *El pomo*: Es usado para sostener la espada. También es el contrapeso de la hoja, para en una espada bien balanceada, el centro de balance esté cerca de la mano, haciendo más fácil su manipulación. El pomo también puede ser usado para golpear cuando el combate se vuelve muy cercano como para usar la hoja.
- b. *El mango* o *agarre*: Es el lugar para sostener la espada. La espiga es la parte de la hoja que va dentro del mango. El extremo final de la espiga usualmente está agujereado para unir a ella el pomo.
- c. La *guarda*: Viene en muchas formas y tamaños, dependiendo del arma y la época, pero en todas las espadas es usado para proteger la mano mientras se combate. El pomo, el mango y la guarda juntos hacen la empuñadura de la espada. La hoja tiene tres secciones: *fuerte* (forte), *media* (middle) y *débil* (foible). El *forte*, o sección fuerte de la espada, es el tercio de la hoja más cercano al mango. Es usado para desviar o bloquear. El *middle*, o sección media de la espada, es la parte que conecta el forte y el foible. El *foible*, o parte débil de la espada, es el tercio de la hoja más cercano a la punta. Es usado para realizar ataques en el cuerpo, ya que es la parte que tiene más poder e impulso al hacer un corte. La hoja tiene un filo *verdadero* que usamos para hacer ataques o cortes, como hacemos con un cuchillo cuando picamos vegetales, y una parte trasera o *filo falso* que está opuesto al filo verdadero. El lado de la hoja que es ancho y chato es llamado el *plano* de la hoja.
- d. La *punta*

Empuñando el Alfanje

El alfanje debería ser sostenido de forma que se le dé el mejor uso a su balance natural. Si la espada es sostenida muy apretada, va a ser imposible de mover con suficiente destreza para hacer que los movimientos luzcan bien y la mano se va a cansar rápidamente. Si la espada es sostenida muy suelta o en la parte débil de los dedos, entonces la acción de la hoja se va a volver lamentable, con un gran riesgo de perder la espada. El viejo consejo de sostener tu espada como si sostuvieras un pajarito “lo suficientemente apretado para que no se escape, y lo suficientemente suelto para no estrangularlo” constituye una excelente imagen.

Cuando sostienes el alfanje quieres apretar el mango con el pulgar y el índice opuestos el uno del otro. Los otros tres dedos necesitan envolverse alrededor del mango y sostenerlo en el músculo exterior de la palma, cerca del talón de la mano. Debería haber un espacio entre la palma de tu mano y el mango de la espada (imagina que sostienes una canica en ese espacio). Con este agarre deberías ser capaz de dibujar círculos con la punta de la espada usando tu muñeca y tus dedos (y antebrazo para círculos más grandes) de forma muy relajada, como si estuvieras sosteniendo una brocha de pintura.

Si eres un jugador de videojuegos, tomas el alfanje casi de la misma manera en la que sostienes tu joystick.

Postura de En guardia

La postura de En guardia está diseñada para darte el mejor balance y permitir que te muevas suavemente tanto hacia adelante como hacia atrás, con un movimiento mínimo entre dichos movimientos. Si tu peso está muy balanceado hacia atrás o hacia adelante, vas a tener que llevar tu peso al pie opuesto antes de moverte. Lo mismo ocurre cuando se tiene una postura muy amplia. Esto va a producir un “hipo” visual en el movimiento y hará mucho más difícil moverse rápidamente.

Para encontrar tu postura de En guardia, párate con los pies juntando los talones. Los pulgares deberían estar apuntando noventa grados entre uno y el otro. El pie que está apuntando hacia adelante está del mismo lado de la mano que sostiene la espada. Esto es llamado primera posición en esgrima o combate con espadas.

Cuando te paras en esta posición con las rodillas estiradas, intenta relajarte tanto como sea posible. Mírate en un espejo para ver cómo tus hombros y caderas naturalmente se alinean a 45° de la posición natural del cuerpo.

En esta posición da un paso hacia afuera con ambos pies (uno primero y el otro después, por supuesto), por lo que tus talones quedarán por debajo o fuera de tus caderas y flexiona tus rodillas manteniendo los pulgares apuntando hacia las mismas direcciones que en la primera posición.

Mueve tu espada hasta que la punta esté apuntando directamente a tu pecho si te miraras en un espejo. Para llegar a la altura correcta de la posición de la espada, imagina que hay un rayo láser saliendo de la punta de la misma. Imagina que ese rayo debe golpear el centro de tu pecho en el espejo. Mantén la palma de la mano que sostiene la espada mirando al suelo (también llamado en pronación) para que el filo verdadero de la espada esté mirando hacia afuera (hacia la derecha con la mano derecha y hacia la izquierda con la mano izquierda). El antebrazo de la mano que sostiene la espada debería estar paralelo al suelo y flotando en frente de ti con la menor tensión posible. El codo debería separarse del cuerpo a la distancia del ancho de una mano abierta. La mano desarmada puede, por ahora, armarse como un puño relajado y posicionarse sobre la cadera izquierda. El desafío aquí es encontrar una posición activa y relajada que esté muy bien balanceada. Nuevamente, tu peso debería estar balanceado de forma pareja, o 50-50 entre ambos pies.

Trabajo de Pies

- *Avance:* Libera el peso del frente de tu pie delantero levantando los dedos dentro del calzado. Lleva el talón delantero hacia delante justo por encima del suelo y da un paso tan lejos como puedas hacerlo cómodamente. Al mismo tiempo, empuja desde el borde trasero de tu pie de atrás y llévalo debajo de ti, volviendo a posición de En Guardia. El objetivo aquí es moverse suavemente (sin mover hacia arriba y hacia abajo la cabeza ni rebotar) y recupera el balance tan rápido como sea posible. Por ejemplo: Imagina que estas en un plano cerrado de cámara. Mientras avances, quieres asegurarte de que tu rostro permanezca en el centro del encuadre.
- *Retroceso:* El inverso del avance, sólo lleva el borde externo del pie trasero hacia atrás mientras empujas el talón del pie delantero. Luego rápidamente lleva el pie delantero hacia atrás por debajo de ti. El objetivo aquí es moverse suavemente (sin mover hacia arriba y hacia abajo la cabeza ni rebotar) y recupera el balance tan rápido como sea posible.
- *Paso adelante:* Empieza con el pie de atrás. Adelante el pie delantero mientras mantienes la posición del cuerpo y los pies (no elevas tus caderas) y llevar el pie delantero de vuelta a la posición de en guardia tan rápido como sea posible. El movimiento va a ganar mucha más distancia que el avance o el retroceso.
- *Paso atrás:* Es lo inverso al paso adelante, comenzando con el pie delantero. Asegúrate de empujar con el talón del pie delantero como haces en el retroceso.
- *Estocada:* Libera el peso de tu pie de adelante levantando los dedos de los pies dentro del calzado. Lanza el pie delantero hacia adelante, deslizándolo a lo largo del suelo como si estuvieras deslizando una moneda a lo largo del suelo con tu talón. Al mismo tiempo empuja con la pierna de atrás, dejando el pie trasero

completamente apoyado en el piso. Cuando el pie delantero aterriza, la pierna delantera debería estar perpendicular al piso.

- *Semi estocada*: el muslo superior termina en ángulo con el suelo.
- *Estocada completa*: el muslo superior termina paralelo al suelo.
- *Recuperación (de estocada)*: Flexiono la rodilla trasera mientras empujo el talón delantero y vuelvo rápidamente a en guardia.
- *Guardia inversa*: Cuando la pierna opuesta al lado del arma está adelante. Moverse a guardia inversa desde la guardia regular (o derecha) o moverse a la guardia regular (o derecha) desde la guardia inversa, es llamado *cambiar de guardia*.
- *Cambio de guardia adelante*: El pie de atrás se mueve hacia adelante para cambiar la guardia. La alineación de las caderas, hombros y pies cambia para reflejar la nueva posición de en guardia.
- *Cambio de guardia atrás*: El pie de adelante se mueve hacia atrás. La alineación de las caderas, hombros y pies cambia para reflejar la nueva posición de en guardia.
- *Cambio de guardia en estocada*: En este punto del entrenamiento empezamos a combinar movimientos del trabajo de pies. Para combinar el cambio de guardia y una estocada, cambias de guardia hacia adelante, empujando con la pierna de atrás mientras aterrizas (con el talón primero) con el nuevo pie delantero.
- *Deslizamiento a la izquierda*: Un movimiento a la izquierda dando un paso con el pie izquierdo primero y llevando el pie derecho de vuelta a en guardia.
- *Deslizamiento a la derecha*: Un movimiento a la derecha dando un paso con el pie derecho primero y llevando el pie izquierdo de vuelta a en guardia.

Distancia

Distancia es la cantidad de espacio entre tú y tu compañero de combate que permite que ambos ejecuten todos sus movimientos de espada de manera segura mientras se crea la ilusión de violencia.

Hay tres distancias a las que nos referimos cuando se configura un combate con espadas.

- *Fuera de distancia:* La distancia donde están tan lejos el uno del otro que sus armas no pueden entrar en contacto. Este es un buen lugar para “acechar” o “medir” a un adversario en un pedazo de coreografía. También es el lugar para romper un combate dramáticamente o por razones de seguridad.
- *Distancia de En Guardia:* La distancia donde las armas se pueden cruzar, pero aún están lo suficientemente lejos como para que no puedas realizar un ataque creíble sobre el cuerpo de tu compañero. Si estás en una postura apropiada de en guardia mirando a un compañero, debería haber una superposición de las hojas de aproximadamente ocho centímetros.
- *Distancia de ataque:* Ésta es la distancia desde donde hacemos la mayor parte de nuestro combate. Es lo suficientemente cerca para realizar un ataque creíble en el cuerpo y aún es suficientemente lejos como para que la punta de nuestra espada no pueda golpear a nuestro compañero. Este es un lugar crítico para practicar ya que permite hacer ataques creíbles y aún mantiene a todos seguros mientras se desarrolla el control del arma.

Encontrando la Distancia Segura

Puedes encontrar la distancia segura poniéndote en guardia, estirando tu brazo para que esté estirando con la punta dirigida al medio del pecho del compañero y dando un gran

avance (o muchos pequeños) hasta que la punta de tu alfanje esté aproximadamente a 15cm de los objetivos más cercanos. Desde esta distancia tu compañero debería ser capaz de desviar, o bloquear, un ataque inminente con su espada. Mientras ninguno de los compañeros se acerque o se incline, no debería haber forma de golpear su cuerpo.

Cortando con un Alfanje

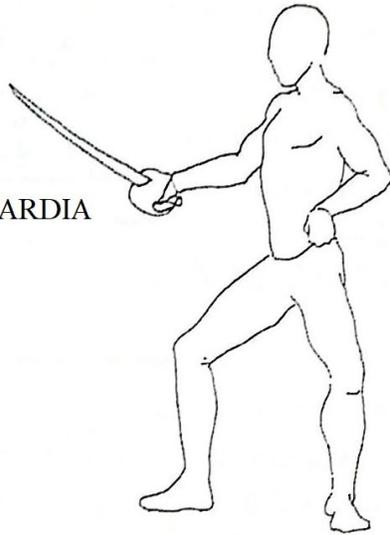
- *Corte de impacto:* Un golpe directo al cuerpo realizado con el filo verdadero contra el cuerpo. El golpe ocurre más eficientemente en el punto final del arco oscilatorio.
- *Corte de arrastre:* Arrastrando el filo de la espada a través del cuerpo para rebanar la carne.
- *Campo de Fuerza Mágico:* Visualiza a tu compañero con un campo de fuerza a 3 o 5 centímetros fuera del cuerpo. Corta a ese campo de fuerza con energía y detén la acción de corte hacia adelante permitiendo que la hoja rebote de este campo de fuerza mágico (debería haber sólo el rebote suficiente para detener la espada, no un tironeo lejos del objetivo con energía). Esto da la ilusión del poder siendo bloqueado sin permitir que la energía alcance la espada o cuerpo de tu compañero.

Objetivos del Alfanje

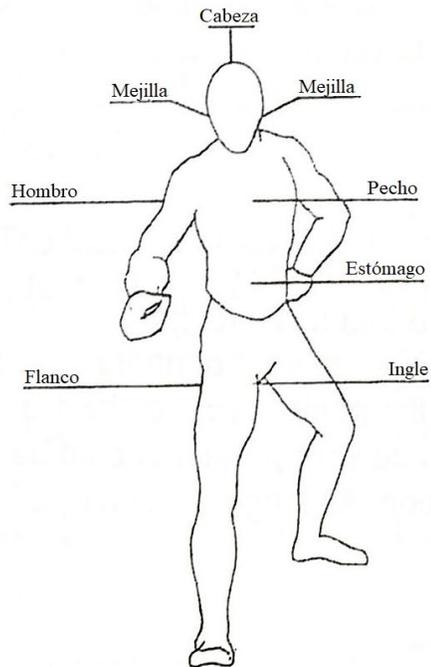
OBJETIVOS DEL ALFANJE

ALFANJE/SABLE y armas relacionadas

EN GUARDIA



OBJETIVOS



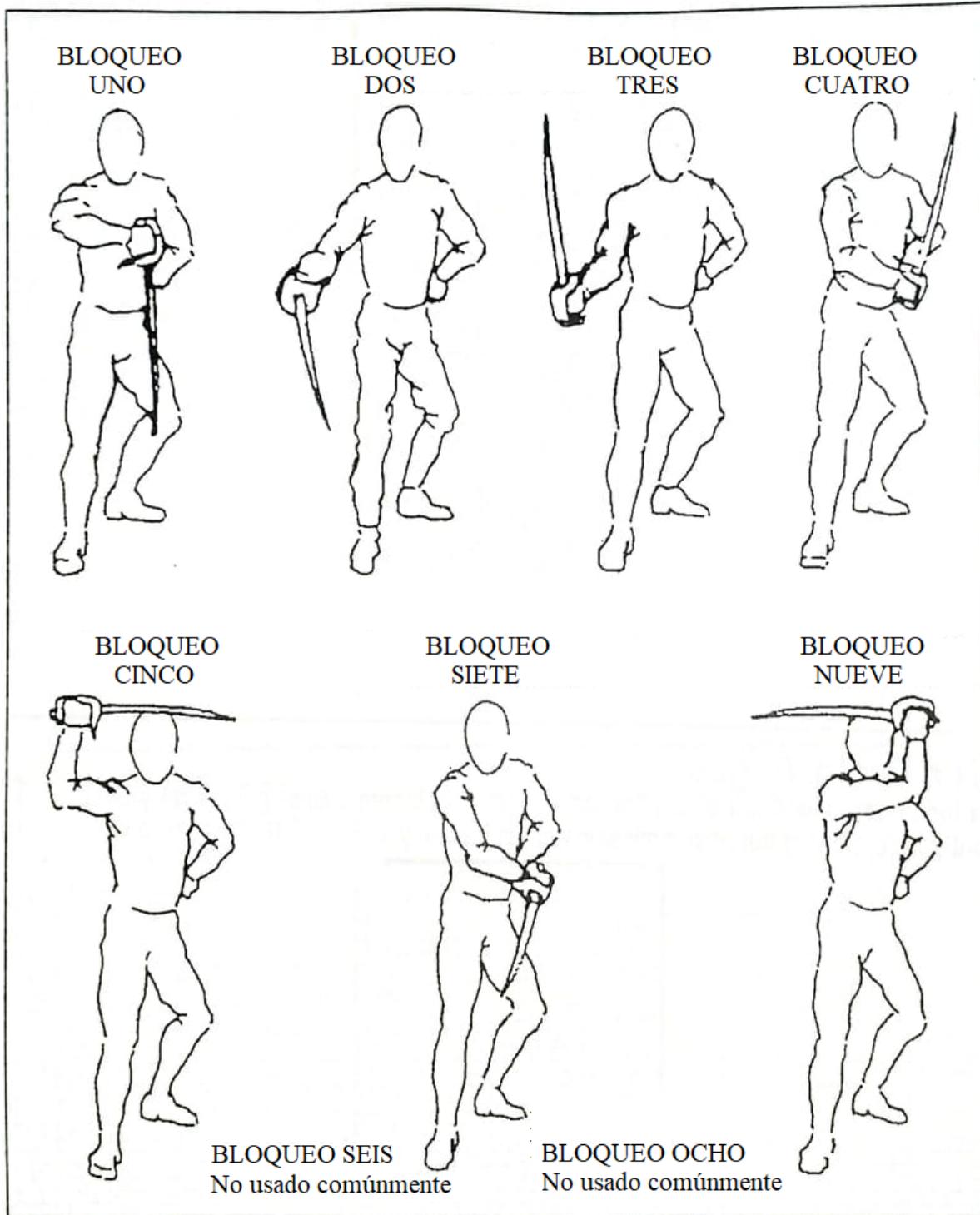
Nota: Los objetivos de las mejillas mostrados arriba serán cubiertos en *Academy of Theatrical Combat Basics Level 2*.

Nota de seguridad. Protege el "Dinero". En Basics Level 1, nunca se apunta al rostro. Nuestros estudiantes son actores y también trabajamos con estrellas de alto nivel, y su rostro significa dinero. Si ellos son lastimados de alguna manera, podría costarle a la producción un montón de dinero y el trabajo de todos los involucrados con la producción. ¡Por tanto, protege el "dinero" todas las veces!

- *El objetivo del Estómago* está al nivel del ombligo.
- *El objetivo del Flanco* es el lado externo del muslo superior, en la coyuntura del muslo y la articulación de la cadera.
- *El objetivo del Hombro* es donde el musculo deltoides se encuentra con el músculo bíceps en brazo superior.
- *El objetivo del Pecho* es el centro de tu pecho.
- *El objetivo de la Cabeza*, es en realidad la parte superior de la frente, no la parte superior de la cabeza. Este objetivo es el mismo tanto para los bloqueos 5 como 9.
- *El objetivo de la Ingle* es el muslo interno superior donde está localizada la arteria femoral. Cortar esta arteria pondría a tu oponente fuera de juego casi instantáneamente.

Sistema de Bloqueo con Alfanje

SISTEMA DE BLOQUEO CON ALFANJE



- Bloqueo 1: Es hecho con la punta hacia abajo, con la guardia cruzada justo por debajo del pecho como si estuvieras mirando un reloj en tu mano delantera. El bloqueo 1 protege el Estómago.
- Bloqueo 2: es bajo y hacia afuera con la punta abajo y levemente hacia delante. La muñeca debería estar estirada y los hombros relajados. El bloqueo 2 protege el Flanco.
- Bloqueo 3: es hecho con la punta hacia arriba, la mano un poco más arriba que la cintura y empujando levemente hacia fuera del cuerpo. El bloqueo 3 protege el Hombro.
- Bloqueo 4: tiene la punta vertical hacia arriba y la mano un poco más arriba que la cintura. El bloqueo 4 protege el Pecho.
- Bloqueo 5: es hecho derecho por encima de la cabeza, fuera en frente de tu rodilla delantera con la mano hacia fuera del cuerpo. El bloqueo 5 protege la Cabeza.
- Bloqueo 7: Protege la zona de la Ingle, específicamente la arteria femoral en el muslo superior interno. La palma de la mano derecha está hacia arriba, en supinación, y la hoja angulada hacia abajo.
- Bloqueo 9: También conocido como el “bloqueo a la cabeza alternativo”, es hecho derecho por sobre la cabeza, fuera en frente de tu rodilla delantera, con la mano hacia dentro del cuerpo. El bloqueo 9 protege la Cabeza.

Nota de seguridad: ¡Soltar tu espada! Si dejas caer tu espada, no intentes agarrarla antes de que golpe el suelo. Las espadas pueden y van a rebotar. Espera hasta que al espada ha parado de moverse, y luego recógela.

- Bloqueo 6: Protege el Hombro, utilizando el filo falso de la hoja. La palma de la mano derecha mira hacia arriba, en supinación, y la hoja está angulada hacia arriba.

El bloqueo 6 no se usa comúnmente con el alfanje ya que no es un bloqueo muy efectivo para un arma de corte.

El bloqueo 6 no está incluido en los Ejercicios Básicos con Alfánje.

- Bloqueo 8: Utiliza el filo falso de la hoja. La palma de la mano derecha mira hacia arriba, y la hoja está angulada hacia abajo. El bloqueo 8 protege el Flanco. El bloqueo 8 no se usa comúnmente con el alfanje ya que no es un bloqueo muy efectivo para un arma de corte.

El bloqueo 8 no está incluido en los Ejercicios Básicos con Alfánje.

Técnicas Básicas y Ejercicios con Alfánje

Técnicas Básicas con Alfánje.

- El ataque de golpe. Desde la posición de en guardia, se golpea la espada del compañero con el borde falso de la espada, antes de entrar en la distancia de ataque.
- Caída y ruedo. Luego de que tu compañero golpea tu espada fuera del camino, puedes hacer una transición al Bloqueo 1, ejecutando lo que llamamos un “movimiento de caída y ruedo”. Esto significa dejar caer la punta de la espada hacia el suelo y moverla al frente (“dibujando” una línea con la punta de la espada entre el propio cuerpo y el del contrincante), hasta llegar a la correcta posición de Bloqueo 1. Ejecutar este movimiento desde la posición de en guardia, significa que la espada se mantiene apuntando hacia el suelo y fuera de la cara del compañero. Además, este movimiento se usa para llegar a la posición de Bloqueo 5 desde la posición de en guardia.
- Movimiento flexible. Con la mano derecha en supinación, se flexiona y relaja la muñeca para llevar la punta de la espada hacia el otro lado del cuerpo. La MI es

usada como palanca para controlar la punta. Este movimiento es usado para mantener la espada apuntando de manera segura, fuera del cuerpo del compañero, cuando hay un pasaje del Bloque 7 al Bloqueo 9.

- El paseo de espada. Luego de golpear (un beat) la espada del compañero, continúa el movimiento circular de la hoja hasta quedar en posición para el próximo ataque. Este movimiento circular de la espada (con la punta hacia arriba) en frente del cuerpo, es llamado paseo de espada.

Ejercicio Básicos con Alfanje.

A ataca en todas las líneas mientras avanza, **B** bloquea cada ataque mientras retrocede, luego repite con **B** atacando a **A**. El primer ataque incluye cerrar la distancia de En guardia a En distancia. Estos ejercicios deberían ser practicados con la mano derecha y con la izquierda.

Ejercicio Básico con Alfanje o “1, 2, 3, 4, 5, 6, 9”.

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la Espada.	Acepta el golpe, caída y ruedo a...
Avance y Corte al Estómago.	Pequeño retroceso y Bloqueo 1.
Avance y Corte al Flanco.	Retroceso y Bloqueo 2.
Avance y Corte al Hombro.	Retroceso y Bloqueo 3.
Avance y Corte al Pecho.	Retroceso y Bloqueo 4.
Avance y Corte a la Cabeza.	Retroceso y Bloqueo 5.
Avance y Corte a la Ingle.	Retroceso y Bloqueo 7.
Avance y Corte a la Cabeza.	Retroceso, movimiento flexible, y elevó para Bloqueo 9.

Retroceso, moviendo la punta lejos de la empuñadura y cara del compañero, de vuelta a En Guardia.	Cuando la hoja del compañero se ha alejado de la tuya y tu compañero ha retrocedido fuera de distancia, regresa a En Guardia.
---	---

Ejercicio Básico 2 o “5, 4, 3, 2, 1, 7, 9”.

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la Espada.	Acepta el golpe, caída y ruedo a...
Avance y Corte a la Cabeza.	Pequeño retroceso y Bloqueo 5.
Avance y Corte al Pecho.	Retroceso y Bloqueo 4.
Avance y Corte al Hombro.	Retroceso y Bloqueo 3.
Avance y Corte al Flanco.	Retroceso y Bloqueo 2.
Avance y Corte al Estómago.	Retroceso y Bloqueo 1.
Avance y Corte a la Ingle.	Retroceso y Bloqueo 7.
Avance y Corte a la Cabeza.	Retroceso, movimiento flexible, y elevo para Bloqueo 9.
Retroceso, moviendo la punta lejos de la empuñadura y cara del compañero, de vuelta a En Guardia.	Cuando la hoja del compañero se ha alejado de la tuya y tu compañero ha retrocedido fuera de distancia, regresa a En Guardia.

Barridos: Señaliza el barrido haciendo contacto visual con tu compañero y elevando tu arma en preparación para el movimiento. Mira al objetivo del barrido (estómago, pie, etc.) y observa como tu compañero comienza su evasión (saltar hacia atrás, agacharse, etc.). Tan pronto como tu compañero esté fuera del camino, barre con el arma a través del espacio donde estaba tan rápido como sea posible para crear la ilusión de que estás intentando rajar a tu compañero. ¡Asegúrate de mirar a donde tu compañero *estaba* antes de la evasión mientras barreas tu espada a través del espacio vacío!

Nota de seguridad: Barridos. No comiences el barrido hasta que tu compañero despeje el espacio al que estás apuntando. *Si él no se mueve, no muevas la espada.*

Envolvimiento: Tomar el control de la hoja de tu compañero, transportándola desde cualquier línea en un medio círculo a la línea diagonal opuesta. Frecuentemente “sacamos” la hoja al final de un envolvimiento para seguir con el próximo movimiento.

Ejercicio de Envolvimiento y Arrastre.

A	B
Estocada y Corte al Flanco	Bloqueo 2
Permite el envolvimiento, prepara la Evasión.	Envuelve, Saca la Espada.
Evade hacia atrás.	(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/ Hace contacto visual, 2. Mira al Estómago) Barrido al estómago.
	Rectifica la distancia con el compañero usando avance o paso adelante.
Bloqueo 2.	Estocada y Corte al Flanco
Envuelve, Saco la Espada.	Permite el envolvimiento, preparo la Evasión.
(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/ Hace contacto visual, 2. Mira al Estómago) Barrido al estómago.	Evade hacia atrás.

Cuerpo a Cuerpo: Sucede cuando los luchadores cierran distancia para agarrar a su oponente, golpearlo con su puño, o empujarlos y hacerles perder el equilibrio. Las armas son inefectivas en esta distancia porque los luchadores están muy cerca para moverlas con poder. A menudo, las armas son empujadas hacia el costado mientras los combatientes entran en contacto físico.

Empujón: El empujón es una acción con compañero que tiene dos tiempos. El primer tiempo comienza con contacto corporal y una flexión de las rodillas, también llamada un avance. En el segundo tiempo la persona siendo empujada controla su propia acción de moverse lejos del que empuja, quien sigue esa energía para crear la ilusión de un empujón real.

Evasiones: Las evasiones básicas más comunes son el Agache, el Salto Hacia Atrás, el Salto Hacia Arriba, Girar el cuerpo fuera del camino y Huir.

Coreografía Básica con Alfanje.

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la Espada.	Acepta el golpe, caída y ruedo y elevación a...
Avance y Corte a la Cabeza.	Retrocede y Bloqueo 5.
Avance y Corte al Pecho.	Retrocede y Bloqueo 4.
Estocada y Corte al Flanco.	Retrocede y Bloqueo 2.
Acepta Envolvimiento, recupera pierna de atrás levemente hacia adelante.	Envuelve a 4 (saca la espada fuera del camino).
Salta hacia atrás para evadir el barrido al estómago.	(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/Hace contacto visual, 2. Mira al estómago) Barrido al estómago.
	Paso adelante, Viaje de la espada a...
Bloqueo 3.	Corte al Hombro.
Retrocede y Bloqueo 7.	Avance y Corte a la Ingle.

Retrocede y Bloqueo (círculo completo) 2.	Avance y Corte al Flanco.
Bloqueo 1	Estocada y Corte al Estómago.
Envolvimiento.	Acepta envolvimiento.
Cambio de guardia adelante a Cuerpo a Cuerpo de Costado.	Recupera hacia adelante para equilibrio.
Empujón	“Tropieza” hacia atrás por el empujón.
(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/Hace contacto visual, 2. Mira al estómago) Barrido al estómago.	Salta hacia atrás para evadir el barrido al estómago.
Corte al Estómago.	Bloqueo 1.
Retrocede y Bloqueo 4.	Avance y Corte al Pecho.
Avance y Corte al Flanco.	Retrocede y Bloqueo 2.
Retrocede y Bloqueo 3.	Avance y Corte al Hombro.
Estocada y Corte a la Cabeza.	Retrocede y Bloqueo 5.
Acepta el envolvimiento, intenta re-atacar.	Envuelve a 7 (saca la espada del camino).
Reacciona al corte asesino y muere.	Asesina (Corte de impacto a las costillas, corte de arrastre hacia fuera).

ESPADA ANCHA.

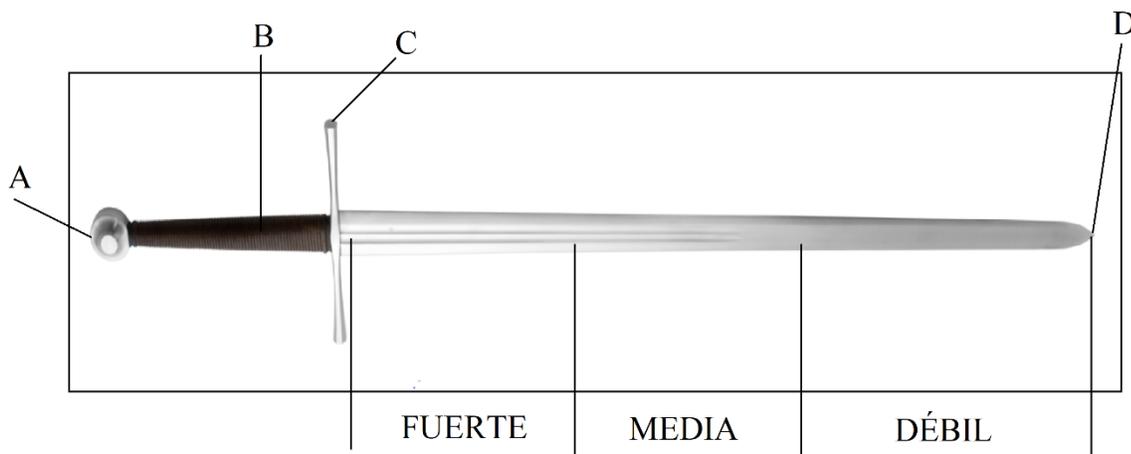
El presente capítulo corresponde a una traducción de las secciones sobre espada ancha presentes en los documentos virtuales *Handbook 2018* de la Nordic Stage Fight Society, *Intermediate Actor Combatant Glossary* y *Advanced Actor Combatant Glossary* de la Fight

Directors Canada, así como en el libro físico *Academy of Theatrical Combat Basics Level 1* de Jan Bryant, Dan Speaker y Kim Turney. Además, se utilizó información extraída de los canales de Youtube: albionschoole, EMA @ VCU y Björn Rüter. El cambio de una bibliografía a la otra está aclarado debidamente en el desarrollo del capítulo.

Academy of Theatrical Combat

Espada ancha es un término que ha sido usado para describir muchas armas diferentes a lo largo de la historia. Ha sido aplicado a todo desde espadas de caballeros medievales hasta espadas militares con empuñadura de cesto.; desde grandes espadas a dos manos hasta espadas chinas de kung-fu. Esto se debe a que las hojas de estas espadas son más anchas que las de otros estilos comunes de hojas de espadas.

La *Academy* usa una espada *de mano y media*, o *bastarda*, para propósitos de entrenamiento. Ésta fue un arma muy popular usada por varios siglos en las guerras europeas. A menudo era usada a una mano, pero podía ser asistida con la otra mano en el pomo.



Partes de la Espada Ancha

- a. *El pomo*: Es usado para sostener la espada. También es el contrapeso de la hoja, para en una espada bien balanceada, el centro de balance esté cerca de la mano,

- haciendo más fácil su manipulación. El pomo también puede ser usado para golpear cuando el combate se vuelve muy cercano como para usar la hoja.
- b. El *mango* o *agarre*: Es el lugar para sostener la espada. La espiga es la parte de la hoja que va dentro del mango. El extremo final de la espiga usualmente está agujereado para unir a ella el pomo.
 - c. La *guarda*, también llamada *guarda cruzada*, viene en muchas formas y tamaños, dependiendo del arma y la época, pero en todas las espadas es usada para proteger la mano mientras se combate.

El pomo, el mango y la guarda juntos hacen la empuñadura de la espada.

La *hoja* tiene tres secciones: fuerte (*forte*), media (*middle*) y débil (*foible*) al igual que el alfanje.
 - d. La hoja tiene un *filo verdadero* que usamos para hacer ataques o cortes. El *filo falso*, que también es un borde filoso en la espada ancha, está opuesto al filo verdadero.

El lado de la hoja que es ancho y chato es llamado el *plano* de la hoja.
 - e. La *punta*

Empuñando la Espada Ancha

Cuando sujetas la espada ancha quieres encontrar una forma de balancear el peso entre tus dedos y la palma de la mano que controla. Con la espada ancha europea, la mano que controla es la que está al frente o más cerca de la guarda. Para los propósitos de entrenamiento nos concentraremos en la mano derecha. Las personas zurdas de la época eran re-entrenadas a una edad muy joven porque la zurdera era considerada “malvada”. Es una buena idea entrenar ambos lados (tanto derecho como izquierdo) para el propósito de crear músculos equilibrado, por eso, aunque nuestros ejercicios van a ser primariamente del lado derecho, los incentivamos a probarlos del lado izquierdo también.

Empieza empuñando tu espada solamente con tu mano derecha. Sujétala en la forma de “un apretón de manos” abierto con el dedo índice y el pulgar opuestos entre sí. La membrana del pulgar está opuesta al filo verdadero. Los otros tres dedos necesitan enrollarse alrededor y sujetar el mango dentro del lado exterior del músculo de la palma cerca del talón de la mano. Imagina que estás sujetando un gran cuchillo y picando vegetales. Esto te dará una sensación de cómo debería funcionar la espada si la estás empuñando correctamente.

Toma tu mano izquierda y coloca el pomo en el medio de tu mano, justo dentro de la membrana del pulgar. Si estas empuñando la espada correctamente deberías sentir la espada ancha balanceada de manera pareja entre ambas manos.

La Espada Ancha en Postura de En Guardia

La postura de *en guardia* para la espada ancha es relajada e informal. Las rodillas están flexionadas y la pierna del lado del arma está adelante. Los pies están alineados en la misma relación que con el alfanje en guardia, con tu pie de adelante apuntado hacia tu compañero. Permite que el talón de atrás se levante y pivotee para que las caderas y hombros estén libres para ponerse en guardia hacia delante.

Trabajo de Pies

- Los *avances* y *retrocesos* pueden ser hechos de la misma manera en que lo haces con un alfanje, con la modificación de la posición del pie de atrás descrita arriba en la postura de en guardia.
- *Semi estocada*: Libera el peso de tu pie de adelante levantando los dedos de los pies dentro del calzado. Lanza el pie delantero hacia adelante, deslizando el talón a lo largo del suelo (como si estuvieras deslizando una moneda a lo largo del suelo con tu talón). Al mismo tiempo empuja con la pierna de atrás, dejando el pie trasero

- completamente apoyado en el piso. Cuando el pie delantero aterriza, la pierna delantera debería estar perpendicular al piso.
- *Recuperación de estocada:* Flexiona la rodilla de atrás mientras empujas el talón delantero hacia atrás para volver a en guardia. El cuerpo debería moverse directamente hacia atrás, sin que se eleve el torso.
 - *Paso adelante:* Empieza con el pie de atrás. Adelante el pie delantero mientras mantienes la posición del cuerpo y los pies (no elevas tus caderas) y llevar el pie delantero de vuelta a la posición de en guardia tan rápido como sea posible. El movimiento va a ganar mucha más distancia que el avance o el retroceso.
 - *Paso atrás:* Es lo inverso al paso adelante, comenzando con el pie delantero. Asegúrate de empujar con el talón del pie delantero como haces en el retroceso.
 - *Guardia inversa:* Cuando la pierna opuesta al lado del arma está adelante. Moverse a guardia inversa desde la guardia regular (o derecha) o moverse a la guardia regular (o derecha) desde la guardia inversa, es llamado *cambiar de guardia*.
 - *Cambio de guardia adelante:* El pie de atrás se mueve hacia adelante para cambiar la guardia. La alineación de las caderas, hombros y pies cambia para reflejar la nueva posición de en guardia.
 - *Cambio de guardia atrás:* El pie de adelante se mueve hacia atrás. La alineación de las caderas, hombros y pies cambia para reflejar la nueva posición de en guardia.
 - *Cambio de guardia en estocada:* En este punto del entrenamiento empezamos a combinar movimientos del trabajo de pies. Para combinar el cambio de guardia y una estocada, cambias de guardia hacia adelante, empujando con la pierna de atrás mientras aterrizas (con el talón primero) con el nuevo pie delantero.

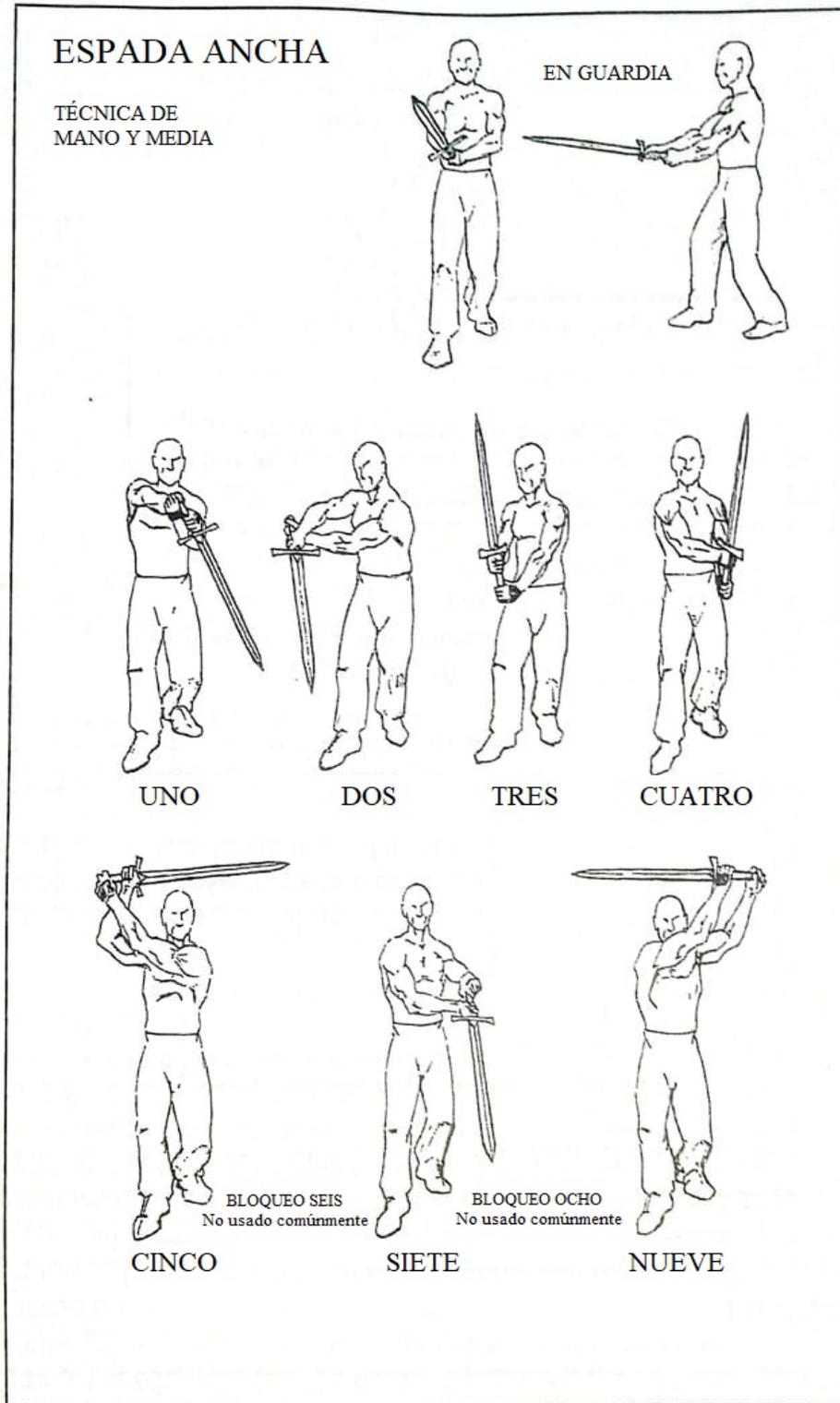
Cortando con la Espada Ancha

La acción de cortar con la espada ancha es soportada por los músculos del torso, y hecha más poderosa por la torsión relajada del cuerpo, cuando se mueve la espada.

- Contracción retorcida: Retorciendo las manos juntas, como si se estuviese estrujando una toalla, se puede detener la espada al final del corte, creando una inversión de la tensión en los brazos propios. Esta inversión de la tensión crea la ilusión de un corte poderoso y mortal, mientras permite el control suficiente para detener la espada donde y cuando se desee. La contracción retorcida es particularmente importante para el corte de impacto con espada ancha.
- Corte de impacto: Un golpe directo al cuerpo realizado con el filo verdadero de la espada. El golpe ocurre más eficientemente en el punto final del arco oscilatorio.
- Corte de arrastre: Arrastrando el filo de la espada a través del cuerpo del contrincante para rebanar la carne.

Sistema de Bloqueo con Espada Ancha

SISTEMA DE BLOQUEO CON ESPADA ANCHA



Nota: Todos los bloqueos son hechos en frente del cuerpo (incluyendo la rodilla delantera) como si estuvieras creando un escudo imaginario, o campo de fuerza mágico, con las posiciones de tu arma. Todos los bloqueos son hechos con los codos flexionados.

- Bloqueo 1: Es hecho con la punta hacia abajo, con la guardia cruzada justo por debajo del pecho como si estuvieras mirando un reloj en tu mano delantera. El bloqueo 1 protege el Estómago.
- Bloqueo 2: es bajo y hacia afuera con la punta abajo y levemente hacia delante. La muñeca debería estar estirada y los hombros relajados. El bloqueo 2 protege el Flanco.
- Bloqueo 3: es hecho con la punta hacia arriba, la mano un poco más arriba que la cintura y empujando levemente hacia fuera del cuerpo. El bloqueo 3 protege el Hombro.
- Bloqueo 4: tiene la punta vertical hacia arriba y la mano un poco más arriba que la cintura. El bloqueo 4 protege el Pecho.
- Bloqueo 5: es hecho derecho por encima de la cabeza, las muñecas cruzadas, con las manos hacia la derecha. El bloqueo 5 protege la Cabeza.
- Bloqueo 7: Protege la zona de la Ingle, específicamente la arteria femoral en el muslo superior interno. La palma de la mano derecha está hacia arriba, en supinación, y la hoja angulada hacia abajo.
- Bloqueo 9: También conocido como el “bloqueo a la cabeza alternativo”, requiere que la espada esté sostenida derecha por sobre la cabeza, las muñecas descruzadas, con las manos hacia la izquierda.
El bloqueo 9 protege la Cabeza.

Nota de seguridad: ¡Soltar tu espada! Si dejas caer tu espada, no intentes agarrarla antes de que golpee el suelo. Las espadas pueden y van a rebotar. Espera hasta que la espada ha parado de moverse, y luego recógela.

- Bloqueo 6: Protege el Hombro, utilizando el filo falso de la hoja. La palma de la mano derecha mira hacia arriba, en supinación, y la hoja está angulada hacia arriba. No se usa comúnmente con la espada ancha.

El bloqueo 6 no está incluido en los Ejercicios Básicos con Espada Ancha.

- Bloqueo 8: Utiliza el filo falso de la hoja. La palma de la mano derecha mira hacia arriba, y la hoja está angulada hacia abajo. El bloqueo 8 protege el Flanco. No se usa comúnmente con la espada ancha. El bloqueo 8 no está incluido en los Ejercicios Básicos con Espada Ancha.

Técnicas Básicas y Ejercicios de Espada Ancha

Técnicas Básicas con Espada Ancha.

- El ataque de golpe. Desde la posición de en guardia, se golpea la espada del compañero con el borde falso de la espada, antes de entrar en la distancia de ataque.
- Caída y ruedo. Luego de que tu compañero golpea tu espada fuera del camino, puedes hacer una transición al Bloqueo 1, ejecutando lo que llamamos un “movimiento de caída y ruedo”. Esto significa dejar caer la punta de la espada hacia el suelo y moverla al frente (“dibujando” una línea con la punta de la espada entre el propio cuerpo y el del contrincante), hasta llegar a la correcta posición de Bloqueo 1. Ejecutar este movimiento desde la posición de en guardia, significa que la espada se mantiene apuntando hacia el suelo y fuera de la cara del compañero.

Además, este movimiento se usa para llegar a la posición de Bloqueo 5 desde la posición de en guardia.

- **Movimiento flexible.** Con la mano derecha en supinación, se flexiona y relaja la muñeca para llevar la punta de la espada hacia el otro lado del cuerpo. La MI es usada como palanca para controlar la punta. Este movimiento es usado para mantener la espada apuntando de manera segura, fuera del cuerpo del compañero, cuando hay un pasaje del Bloque 7 al Bloqueo 9.
- **El paseo de espada.** Luego de golpear (un beat) la espada del compañero, continúa el movimiento circular de la hoja hasta quedar en posición para el próximo ataque. Este movimiento circular de la espada (con la punta hacia arriba) en frente del cuerpo, es llamado paseo de espada.

Ejercicio de Corte.

Haz este ejercicio mientras enfrentas a tu compañero con su espada baja hacia su lado, o mientras te enfrentas a ti mismo en el espejo.

Avance y corte a la Cabeza
Corte al Pecho (palma arriba o supinada)
Corte al Hombro (palma abajo o pronada)
Retroceso

Ejercicio Campo de Fuerza.

https://drive.google.com/open?id=1TxGE20dAQeCyadOy_sinlvBY61ICrii1

Haz este ejercicio mientras enfrentas a tu compañero, o mientras te enfrentas a ti mismo en el espejo.

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la espada.	Acepta el golpe, relaja la punta del arma hacia abajo y el costado.
Avanza y Corta al Campo de Fuerza alrededor de todo el cuerpo del compañero.	Acostúmbrate a tener la espada viniendo hacia ti.
Retrocede a en guardia.	Golpe a la espada, Viaje de la Espada.
Acepta el golpe, relaja la punta del arma hacia abajo y el costado.	Avanza y Corta al Campo de Fuerza alrededor de todo el cuerpo del compañero.
Retrocede a en guardia.	Retrocede a en guardia.

Ejercicio de Envolvimiento y Arrastre.

<https://drive.google.com/open?id=1t3YZNKG-SBlompPaygnvNjZdmvixGurV>

A	B
Estocada y Corte al Flanco	Bloqueo 2
Permite el envolvimiento, prepara la Evasión.	Envuelve, Saca la Espada.
Evade hacia atrás.	(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/ Hace contacto visual, 2. Mira al Estómago) Corte grande al estómago.
	Rectifica la distancia con el compañero usando avance o paso adelante.
Bloqueo 2.	Estocada y Corte al Flanco
Envuelve, Saco la Espada.	Permite el envolvimiento, preparo la Evasión.
(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/ Hace contacto visual, 2. Mira al Estómago) Corte grande al estómago.	Evado hacia atrás.

Ejercicios Básicos con Espada Ancha.

A ataca en todas las líneas mientras avanza, **B** bloquea cada ataque retrocediendo, luego repite con B atacando.

Ejercicio Básico 1 o “1, 2, 3, 4, 5, 7, 9”.

<https://drive.google.com/open?id=1E0RUOuel2kg7Fw-Fcv6ujwmCtiVg2RY9>

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la Espada.	Acepta el golpe, caída y ruedo.
Avance y Corte al Estómago.	Pequeño retroceso y Bloqueo 1.
Avance y Corte al Flanco.	Retroceso y Bloqueo 2.
Avance y Corte al Hombro.	Retroceso y Bloqueo 3.
Avance y Corte al Pecho.	Retroceso y Bloqueo 4.
Avance y Corte a la Cabeza.	Retroceso y Bloqueo 5.
Avance y Corte a la Ingle.	Retroceso y Bloqueo 7.
Avance y Corte a la Cabeza.	Retroceso, movimiento flexible, y elevo para Bloqueo 9.
Retroceso, moviendo la punta lejos de la empuñadura y cara del compañero, de vuelta a En Guardia.	Cuando la hoja del compañero se ha alejado de la tuya y tu compañero ha retrocedido fuera de distancia, regresa a En Guardia.

Trabajo de pies mixto: Usando Cambios de Guardia, así como Avances y Retrocesos durante el ejercicio.

Ejercicio Básico 2

<https://drive.google.com/open?id=16S27-U2pt0mgp8NqwdO7SEK37bIGQ1dE>

A	B
Golpe a la espada, Viaje de la Espada.	Acepto el golpe, caída y ruedo y elevo.
Cambio de guardia adelante y Corte a la Cabeza.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5.
Cambio de guardia adelante y Corte al Pecho.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 4.
Cambio de guardia adelante y Corte al Flanco	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 3.
Avance y Corte al Flanco.	Retroceso y Bloqueo 2.
Cambio de guardia adelante y Corte a la Cabeza.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1.
Avance y Corte a la Ingle.	Retroceso moviendo circularmente la hoja para Bloqueo 1.
Cambio de guardia adelante y Corte a la Cabeza.	Cambio de guardia atrás, Movimiento flexible y elevo para Bloqueo 9.
Cambio de guardia atrás, moviendo tu puta lejos de la empuñado y cara de tu compañero, de vuelta a en guardia.	Cuando la hoja del compañero se ha alejado de la tuya y tu compañero ha retrocedido fuera de distancia, regresa a En Guardia.

Coreografía Básica de Combate con Espada Ancha

A	B
En Guardia Inversa con la espada angulada hacia abajo y atrás a la derecha.	En Guardia Derecha con la punta apuntando a A.

Golpea a la espada de B fuera del camino y Viaje de la Espada.	Acepta el golpe, caída y ruedo y elevación a...
Cambio de guardia adelante y Corte a la Cabeza.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5.
Cambio de guardia adelante y Corte al Pecho.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 4.
Cambio de guardia adelante y Corte al Flanco.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2.
Acepta Envolvimiento.	Envuelve a 4 (saca la espada fuera del camino).
Salta hacia atrás.	(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/Hace contacto visual, 2. Mira al estómago) Barrido al estómago.
Cae, hace paso atrás a Guardia Inversa y Bloqueo 3.	Paso adelante y Corte al Hombro.
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 7.	Cambio de guardia adelante y Corte a la Ingle.
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2.	Cambio de guardia adelante y Corte al Flanco.
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1.	Cambio de guardia adelante y Corte al Estómago.
Envolvimiento y Cambio de guardia adelante a Cuerpo a Cuerpo de Costado.	Acepta el envolvimiento.
Empujón	Tropezada hacia atrás.

(Señal: 1. Levanta la punta de la espada/Hace contacto visual, 2. Mira al estómago) Barrido al estómago.	Salta hacia atrás, soltando la mano izquierda para dejar paso libre al arma.
Cambio de guardia adelante a En Guardia Derecha (o corre adelante) y Corte al Estómago.	(Re-empuña con la mano izquierda) Retrocede y Bloqueo 1.
Retrocede y Bloqueo 4.	Avance y Corte al Pecho.
Cambio de guardia adelante y Corte al Flanco.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2.
Retrocede y Bloqueo 3.	Avance y Corte al Hombro.
Cambio de guardia a Estocada y Corte a la Cabeza.	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5.
	Envuelve a 7 (saca la espada del camino).
Reacciona al corte asesino y muere.	Asesina (Corte de impacto a las costillas, corte de arrastre hacia fuera).

Juego de Espada Teatral / Esgrima Teatral: Principios (NSFS)

Dirección de la energía

La energía es dirigida para mantener un contacto suave y seguro entre las armas, manteniendo el carácter violento del ataque. Esto se hace de tres maneras: Echando el anzuelo / Pescando la técnica, Rebote, Sacar la energía

- Echando el anzuelo / Pescando la técnica: Dirigir la energía del ataque a través del arma o escudo bloqueador del oponente

- Rebote: Redirigir la energía usando el arma del compañero para rebotar hacia afuera
- Sacar la energía: Sacar la energía hacia uno en el punto de contacto con las espadas de los compañeros, usualmente cruzando la línea del centro mientras mantenemos el control de la punta

En cualquiera de las tres opciones, el punto de contacto con la espada del compañero va a influenciar en cómo es realizada la técnica

Dui Tempì (Dos tiempos) como una Herramienta para la Narración

En combate escénico, las acciones usualmente son hechas en dos tiempos, lo que significa que una acción continúa a partir de la acción previa. No son hechas simultáneamente. Ésta es una de las mayores diferencias con el combate histórico. Esto permite a la audiencia seguir la secuencia de movimientos

Consciencia del arma

Uno siempre debería ser consciente del posicionamiento de sus armas. La parte más peligrosa de una aburrida espada teatral es la punta, que debería ser controlada todo el tiempo. Los combatientes deberían ser conscientes de qué sistema de apuntado están usando: Objetivos, En línea, Fuera de línea. Las espadas deberían apuntar fuera de la línea en guardias y durante las transiciones entre las técnicas, al menos que se les diga lo contrario a los combatientes. Como regla general, nunca se debe apuntar el arma a la cara

Posición de las manos

La posición de las manos en Combate escénico, principalmente se dividen en dos:

- Pronación: La posición de la mano con la palma hacia abajo

- Supinación: Posición de la mano con la palma hacia arriba

Ataques

Los ataques con las armas son divididos, a grandes rasgos, en: Cortes / Golpes y Estocadas. La forma y parte del arma usada varía según el arma

Objetivos

Generalmente hay cinco objetivos básicos:

- Adentro abajo: El muslo izquierdo del oponente.
- Afuera abajo: El muslo derecho del oponente.
- Afuera arriba: El brazo / hombro derecho del oponente.
- Adentro arriba: El brazo / hombro izquierdo del oponente.
- Vertical descendente: A la cabeza del oponente.

Los objetivos pueden estar: En línea para las estocadas, o fuera de la línea para los cortes. Los objetivos fuera de la línea, también son usados para las estocadas dependiendo de la situación y el nivel de pericia de los combatientes. Otros objetivos, por ejemplo, apuntar al centro del estómago, también son usados cuando sirve a la historia.

Bloqueos

Bloquear, como reacción a un ataque, es la primera herramienta narrativa del combate escénico. El ángulo del bloqueo depende de la disciplina de uso del arma utilizada en la escena, el nivel de habilidad del combatiente, y el estilo del profesor actual.

- Bloqueo 1: Usado para proteger la línea interior (izquierda) baja del cuerpo (objetivo N°1)

- Bloqueo 2: Usado para proteger la línea exterior (derecha) baja del cuerpo (objetivo N°2)
- Bloqueo 3: Usado para proteger la línea exterior (derecha) alta del cuerpo (objetivo N°3)
- Bloqueo 4: Usado para proteger la línea interior (izquierda) alta (objetivo N°4)
- Bloqueo 5: Usado para proteger la cabeza y los hombros de un corte vertical (objetivo)
- Por encima de estos cinco bloqueos básicos, hay cuatro bloqueos adicionales:
- Bloqueo 5 a: Usado para proteger cabeza y hombros con la empuñadura de la espada, sostenida en el otro lado de la cabeza (opuesto al lado del bloqueo 5)
- Bloqueo 6: Usado para proteger la línea exterior alta, como el bloqueo 3, pero con la mano en supinación
- Bloqueo 7: Usado para proteger la línea interior baja, como el bloqueo 1, pero con la mano en supinación
- Bloqueo 8: Usado para proteger la línea exterior baja, como el bloqueo 2, pero con la mano en supinación

A continuación, una muestra del sistema de ataque y bloqueo de la NSFS, y las técnicas de golpe a la espada, envolvimiento, y corte al estómago con esquite. Ante la falta de espadas de madera o de metal en este momento de la investigación, el ejercicio fue realizado con *shinai*, sables de bambú utilizados para la práctica del *Kendo*, de gran resistencia, flexibilidad y, por tanto, seguridad.

<https://drive.google.com/open?id=1Yu8Cu4o0-OFoJsiwrPzez1FRM0mnnLI3>

Trabajo de pies

El trabajo de pies básico del NSFS está basado en el sistema de trabajo de pies combinado de la esgrima histórica, interpretado por Brad Waller.



El sistema contiene pasos básicos de esgrima como: Avance, Retroceso, Paso Adelante / Atrás, Doble paso adelante / atrás, Estocada, A través, Deslizamiento, Pasos cruzados, De un lado al otro, etc. Estos pasos son dirigidos por las direcciones arriba descritas, y combinadas en patrones de movimiento. La función principal del trabajo de pies es mantener una distancia efectiva y segura entre los combatientes, y añadir estilo y gracia a la coreografía.

Albion Schoole of Defense Stage Combat Techniques**Agarres**

- Agarre de corte. Espada a 45° siguiendo la línea del brazo
- Agarre de estoque. El pomo se esconde y apoya en el antebrazo. La espada y el brazo hacen una línea recta paralela al suelo

Tres Distancias

- En combate. Se pueda atacar sin desplazarse. Distancia de muerte
- En guardia. Se puede atacar desplazándose un paso. A un paso de la muerte
- De diálogo. Más de dos pasos de distancia entre oponentes. Desde donde se suele agredir verbalmente, amenazar, etc.

Objetivos de Estocada

Esta bibliografía repite los objetivos de corte descritos en el NSFS Handbook, pero también plantea dos objetivos de estocada:

- Al plexo
- Al estómago – Cinturón (utilizado el 8% de las veces)

Bloqueos con espada

Los bloqueos se realizan con la parte cercana al mango de la espada

Material Auxiliar de Espada Ancha

El siguiente material fue sacado de videos de HEMA @ VCU (canal de YouTube) y cotejado con glosarios de Fight Directors Canada.

Ataques

Liechtenauer y otros maestros alemanes describen tres métodos básicos de ataque con la espada. A veces son llamados "*drei wunder*", "las tres maravillas".

1. *Hauen*: "cortes": Un corte con uno de los filos de la espada.
 - *Oberhau*: "corte superior": Un corte lanzado por arriba del atacante.

- *Unterhau*: "corte inferior": Un corte lanzado por debajo del atacante.
 - *Mittelhau*: "corte medio": Un corte lanzado horizontalmente.
 - *Zornhau*: "corte inclinado": Un corte lanzado en ángulo diagonal.
2. *Stechen*, "clavar": Un ataque punzante realizado con la punta de la espada.
 3. *Mortschlag*, o "Golpe de muerte": Un golpe realizado con la espada agarrada entre las manos y usando la empuñadora (la guardia cruzada o los quillons) para golpear, a menudo a la cabeza.

Guardias con Espada Ancha

<https://www.youtube.com/watch?v=xkibQPofrXc&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=4>

Todas ellas son: *Vom Tag*, *Ochs*, *Pflug/Plow*, *Fool/Alber*, *High Vom Tag*,
Longpoint/Langport, *Side/Schrankhut*, *Tail/Nebenhut*

4 Guardias Primarias con Espada Ancha.

Éstas son: *Vom Tag*, *Ochs*, *Pflug/Plow*, *Fool/Alber*

***Vom Tag*.**

<https://www.youtube.com/watch?v=7YA3EL8r50w>

Significa literalmente 'from-roof' ("Desde el techo"). Posición básica con la espada sostenida sobre el hombro derecho. La espada debería estar apuntando casi verticalmente o casi horizontalmente. El filo va usualmente de forma vertical, con la mano derecha a la altura del pecho y la mano izquierda a la altura del ombligo.

Transferencias (cambios de guardia): *Oberhau*, *Unterhau*, *Mittelhau*.

Ochs: 'ox'.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZBmwNyOXbiU&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=6>

Posición con la espada sostenida justo por sobre cualquiera de los dos lados de la cabeza, con los filos hacia el costado, casi paralelos al suelo y con la punta (como un cuerno) apuntando al pecho del oponente. El pulgar de la mano de adelante va apoyado en el Schilt (parte gruesa cerca de la guarda) para mayor control. Cuando se realiza la guardia del lado derecho las manos quedaran cruzadas.

Transferencias: *Unterhau, Mittelhau, Stechen (estocada)*.

Pflug/Plow: 'plough' ('flú' en castellano).

<https://www.youtube.com/watch?v=eVxEmVOHeUw&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=7>

Posición con la espada sostenida a cualquiera de los dos lados del cuerpo con el pomo cerca de la cadera de la pierna de atrás y con la punta apuntando al pecho del oponente o posicionada baja al frente.

Una forma de asumir esta guardia es bajar la guardia Ochs al hueso de mi cadera posicionando el filo de forma vertical. Al igual que la Ochs del lado derecho (si es mi mano dominante la derecha) los brazos quedan cruzados y la mano izquierda apenas sostiene la espada. El pulgar se posiciona en el Schilt.

Transferencia: cambio de pierna manteniendo el pulgar posicionado del lado de adentro (roto la espada).

Alber/Fool: 'fool's guard' (la guardia del tonto).

<https://www.youtube.com/watch?v=eOp4pLeM4aM&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=8>

La espada en posición baja, apuntando al suelo.

Guardia como la Pflug, pero más baja, con el agarre de la mano de atrás muy flojo (del lado derecho, bien agarrada del izquierdo). Punta casi en el suelo. Filos verticales.

Transferencia: Mantengo la espada y muevo el cuerpo, cambiando solamente la relajación de la mano de atrás entre uno y otro lado.

4 Guardias Secundarias con Espada Ancha (avanzadas).

Éstas son: High Vom Tag, Longpoint/Langport, Side/Schrankhut, Tail/Nebenhut

High Vom Tag.

https://www.youtube.com/watch?v=jBQ_8I2PevE&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=10

Una posición con la espada sostenida por sobre la cabeza, angulada levemente hacia atrás y hacia el lado de la guardia.

Transferencias: Oberhau, Mittelhau, Unterhau

Longpoint/Langort.

<https://www.youtube.com/watch?v=T-UrC3-sEgE&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=9>

Una posición con la espada sostenida enfrente del ombligo (a 2 puños de distancia) y la punta apuntando a la cara del enemigo.

Transferencia: Solamente cambio de pies.

Side/Schrankhut.

<https://www.youtube.com/watch?v=YM3syFsMJmA&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=11>

Una posición con la espada sostenida perpendicular al cuerpo hacia el costado con la espada apuntando al suelo, con los filos verticales.

Transferencia: Llevo la espada lateralmente dibujando un semicírculo protegiendo la cabeza por delante del cuerpo (sin cambiar el ángulo de la espada en el eje de X), hasta quedar en la misma posición en el lado opuesto.

Tail/Nebenhut.

<https://www.youtube.com/watch?v=PRjncraV6ak&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=12>

Una posición con la espada sostenida sobre el hueso de la cadera, apuntando hacia atrás, con los filos verticales. El agarre es bastante relajado.

Transferencias: Unterhau, Mittelhau (con el filo falso), Oberhau (con el filo falso).

Trabajo de Pies

<https://www.youtube.com/watch?v=JTUj1j1hUL4&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=3>

Paso recogido: pie adelante al frente, pie atrás a 90 grados, Adelanto los pies sin cambiar su disposición, uno detrás del otro, manteniendo la apertura. Estás en el “lado derecho” si el pie derecho está atrás. El lado lo define el pie de atrás. La guardia de la espada va en el lado en el que estoy (es decir el del pie de atrás).

Paso adelante: El pie de atrás pasa adelante, a estar de frente, y el pie de adelante gira para estar a 90°. Me paro sobre los metatarsos levemente al dar el paso para no lastimar las rodillas y hacerlo suavemente.

Paso fuera de línea: Similar a un Paso adelante o un Paso de recogida, pero, si en dicho paso doy un paso en la línea frontal, el Paso fuera de Línea, hace un paso fuera de la línea frontal, hacia el costado adelante (diagonal) puedo enfrentar al contrincante. Este paso hace más complicado el bloque por parte del enemigo.

Roles con Espada

Experimentación a partir del análisis de un video de YouTube. Se presentan dos opciones:

1. Rolar con las dos manos sosteniendo la espada hacia delante, apoyando el antebrazo y haciendo un pequeño saltito para pasar por sobre el hombro y luego la espalda, siguiendo una línea diagonal.
2. Rolar apuntando la espada al pie del actor (hacia abajo), apoyando el antebrazo y pasando por la diagonal hombro/espalda opuesta al lugar donde está la punta de la espada.

Desarmes

https://www.youtube.com/watch?v=x3_BPgDpPh0

En la búsqueda mayo información y entendimiento de la espada ancha decidimos recurrir a este material y experimentarlo para su mayor comprensión. Cabe aclarar que estas técnicas vienen de técnicas de HEMA (Historical European Martial Arts por sus siglas en inglés, o Artes Marciales Históricas Europeas), por dicha razón muchas de ellas no son “seguras” de realizar en escena con espadas de acero. En cuyo caso se desee insertar un desarme en

escena con espadas de acero, los instamos a modificar alguna de estas técnicas para volverlas seguras a partir de la aplicación de los principios de seguridad tales como el desplazamiento de objetivo. Es importante recalcar que cualquier “corte” debería estar realmente fuera de distancia y que jamás la espada debería apuntar al rostro del compañero, mucho menos a una distancia cercana y en medio de una acción de ataque/defensa.

Para que los desarmes se realicen de manera efectiva y segura, las muñecas deben estar relajadas y disponibles para la ejecución de la técnica, al igual que todo el cuerpo. La fuerza e intensidad de los desarmes debe siempre involucrar un mutuo acuerdo entre los intérpretes.

Desarme primero.

<https://drive.google.com/open?id=1Pcb503Ribiz9nnuXcNji09HbeR1K6XsZ>

Ambos atacantes, con MD dominante atacan en un zornhau desde la guardia High Vom Tag, avanzando con PD. Luego quien desarma, manteniendo el contacto de las espadas con MD, toma las espadas con su MI (en pronación, con pulgar apuntando hacia abajo) en el lugar donde éstas están en contacto, dando un paso con el PD hacia delante. Acto seguido, con la MD aun tomando el mango de la espada, pasa el mango por encima del antebrazo derecho, para luego generar un efecto de palanca que genera el desarme. Luego volverá con el pie derecho hacia atrás y, sosteniendo ambas espadas con su MI (sin soltar la derecha), las dejará apuntando al pecho o cara del contrincante. Para su traslado a Combate Escénico, sugerimos más distancia entre los cuerpos, y que las espadas apunten por fuera del cuerpo del contrincante.

Desarme segundo.

<https://drive.google.com/open?id=1Pe5wZ1OEvniCj-9fHzm7A3Bd1RFF6ZI>

A ataca con Oberhau a B (quien desarma), quien comienza en longpoint, y avanzará hacia adelante con su PD, protegiendo su cabeza con bloqueo 5 (pero con punta de espada hacia el suelo). Manteniendo el bloqueo con MD, la MI (en pronación) toma el mango de la espada del contrincante (tomando el espacio entre las manos) y dando un paso hacia atrás con PI, jalando y generando así el desarme. La MD de B debe apuntar hacia el contrincante (o fuera de él, considerando los principios de Combate escénico).

Desarme tercero (sin video).

A ataca a B con un Oberhau. B ataca con zornhau desde High vom Tag, generando un choque de espadas. A toma su propia espada desde la zona media con MI (mientras MD continúa tomando el mango). Con el largo de espada entre su MD y su MI, empuja los antebrazos de B hacia arriba. Luego da un paso oblicuo hacia adelante con PI, quedando enfrente al lado derecho del cuerpo del contrincante. Este desplazamiento lo acompaña con el movimiento de la espada, para que ésta quede amenazando el cuello de B. Desde una perspectiva de Combate escénico, sugerimos que luego de que A avanza hacia B con paso oblicuo, de un paso corto con PD hacia atrás, manteniendo el peso del cuerpo sobre PD, alejando así la punta de la espada de B, apuntándola fuera de su cara.

Contradesarme. Mientras A realiza la última acción de desarme, B mete su mango entre las manos de A (agarrando el medio de su espada con MI), con el pomo sobre la muñeca izquierda de A. De manera continua B da un paso hacia delante con PI y posiciona atrás el PD generando un efecto de palanca y lanzando la espada de A hacia detrás de él. Luego apunta su espada hacia A.

Desarme cuarto.

https://drive.google.com/open?id=1ajie_AtBlilyglmzWlhFAWCYPOij1ZhD

A y B inician en High vom tag. A ataca en zornhau, avanzando con PD hacia adelante. B retrocede con PI hacia atrás, mientras se protege con zornhau. A rota levemente su mano en sentido anti horario, desplazando el agarre. Luego, mientras lleva su MD encima de su cabeza con el pomo pasando por fuera de su cuerpo para apuntar el pecho de B, su MI suelta el mango y lo vuelve a tomar (en media supinación, con pulgar apuntando hacia arriba) cuando está encima de su cabeza.

Desarme cuarto (variación). *Luego del choque de espadas, A lleva su MD de la forma enunciada anteriormente, pero esta vez, dando un paso hacia adelante con PI, toma la punta de su propia espada por debajo de los brazos de B, entre los brazos de B. Desde esta posición, jala levemente, mueve su espada en sentido horario, hasta que su MD baje y su MI suba, generando una palanca que propicia al desarme. Así, arroja la espada de B hacia la derecha y detrás suyo, lejos de sí. Luego A apunta con su espada a B.*

Desarme quinto.

<https://drive.google.com/open?id=1ZWU1r6oRbusOKCxdqz155tvCvw5MzWX>

A y B atacan con zornhau, avanzando con PD, y luego suben sus mangos a la altura de sus caras. A, mientras mantiene el agarre de su mango con MI, su MD en media pronación agarra el mango de la espada de B y jala de él, quitándosela, y lanzándola hacia atrás mientras retrocede con PD, manteniendo la punta de la propia apuntando a la cara de B (o fuera de ella, considerando que se trata de Combate escénico).

Desarme sexto.

https://drive.google.com/open?id=19dEfCviA_IYUM2tW9WY2Jp3KXVwSXE-g

A inicia en shrankhut y B en longpoint. A ataca con unterhau avanzando con PD. Luego, tomando la zona media de su espada con MI en media supinación, ataca con mittelhau. B, por

su parte, retrocede dos veces con PD (primero juntando los pies, y luego llevando el PD hacia atrás) como reacción a cada ataque de A, sin perder su guardia. Luego A apunta su espada al pecho de B, desplazando la espada hasta ubicarla entre las manos del mismo. Con la punta de su espada, engancha la muñeca interna derecha de B, y dando un paso con ambos pies hacia su derecha, arroja la espada hacia su izquierda tras generar un efecto de palanca.

Pronación - Supinación

Redactar las descripciones de los ejercicios anteriores resultó un problema a la hora de especificar la posición particular de las manos. Para ello hemos decidido asumir la siguiente nominación (suponiendo que nos referimos a la mano derecha. En caso de hablar de mano izquierda, la descripción será en sentido opuesto):

Pronación: Palma de la mano apuntando hacia abajo, con pulgar hacia la izquierda

Supinación: Palma de la mano apuntando hacia arriba, con pulgar hacia la derecha

Media pronación: Palma de la mano apuntando hacia la derecha, con pulgar hacia abajo

Media supinación: Palma de la mano apuntando hacia la izquierda, con pulgar hacia arriba.

Cuchillo/Daga

El presente capítulo corresponde a una traducción de las secciones sobre cuchillo daga presentes en el documento virtual *BASSC Glossary 2018* de la British Academy of Stage and Screen Combat.

Definición

El cuchillo/daga se refiere usualmente a una hoja de entre 18 y 30 cm, que tiene una empuñadura o guarda simple y un mango o agarre de una mano. Se considera cuchillo si tiene

un sólo filo y daga si tiene filo doble. Puede ser usada para cortar y estocar, para la ofensa y la defensa.

Las peleas son mucho más rápidas y vertiginosas, llenas de ataques rápidos, evasiones, llaves y con la inclusión de combate desarmado, lanzamientos, proyecciones y desarmes.

En cuanto a lo audiovisual, las muertes se suelen camuflar en la rapidez de los planos, con el montaje o a través de los ángulos y el enmascaramiento de la técnica. Son pocas las producciones donde se ve el corte en detalle con el consecuente efecto de sangrado.

Partes Características del Cuchillo



Partes de un cuchillo moderno

Un cuchillo moderno consiste en:

1. La hoja. Puede estar fijada al mango de forma rígida o con una articulación (como una hoja bloqueable, o una navaja de muelle).
2. El mango. Usado para agarrar y manipular la hoja de forma segura, puede incluir una espiga (porción de la hoja que se extiende dentro del mango). Los cuchillos están hechos con espigas parciales (que se extienden sólo una parte dentro del mango, conocidas como "espigas de palo") o espigas completas (que se extienden en el largo completo del mango, usualmente visible en sus partes inferiores y superiores). El mango puede incluir un refuerzo, una pieza de material pesado

- (usualmente metal) situada en el frente o el posterior del mango. El refuerzo, como sugiere su nombre, es usado para reforzar mecánicamente el cuchillo.
3. La punta. El extremo final de la hoja, usado para perforar.
 4. El filo. La superficie cortante del cuchillo que se extiende desde la punta hasta el mango. Puede ser plano, serrado o una combinación de ambos. Los cuchillos de un solo filo pueden tener un filo reverso o filo falso ocupando la sección de la espina. Estos filos usualmente son serrados y son usados para mejorar aún más la función.
 5. El *grind*.
 6. La espina. Sección más gruesa de la hoja; en un cuchillo de un solo filo, el lado opuesto al filo; en un cuchillo de doble filo, la sección más cercana al medio.
 7. La canaleta. Una estría calada en la hoja para hacerla más liviana.
 8. Ricasso. Sección plana de la hoja, localizada en la unión entre la hoja y la guarda.
 9. La guarda. La barrera entre la hoja y el mango que previene que la mano se deslice hacia adelante en la hoja y protege la mano de fuerzas externas que usualmente son aplicadas sobre la hoja durante su uso.
 10. El cabo. El extremo final del mango utilizado para golpes contundentes.
 11. Cuerda corta. Una correa usada para asegurar la cuchilla a la muñeca.

Agarre

Normalmente la mano debe sostener el mango y puede hacerlo de dos formas:

1. **Agarre Frontal:** La manera de sostener el cuchillo de tal forma que la hoja esté cerca del dedo índice y el pulgar y el pomo esté cerca del meñique. Puede incluir los Agarres Martillo, Sable y Bowie.

- a. Agarre Martillo: Los dedos enrollados alrededor del mango, pulgar sobre el índice con el filo verdadero apuntando fuera del cuerpo.
 - b. Agarre Sable: El pulgar posicionado en la parte posterior del mango / empuñadura para proveer apoyo para estocadas, con el filo verdadero apuntando fuera del cuerpo.
 - c. Agarre Bowie: El filo verdadero apuntando hacia el cuerpo (puede ser Agarre Martillo o Sable).
2. Agarre Reverso: Sostener el cuchillo de tal forma que la hoja esté cerca del meñique y el pomo cerca del índice y el pulgar. Puede incluir los Agarres Escondido, Psico Ruso Hollywoodense y Picahielo.
- a. Agarre Escondido: El filo falso colocado a lo largo del antebrazo o plano para ayudar a la visibilidad de la audiencia.
 - b. Agarre Psico Ruso Hollywoodense: El filo verdadero apuntando hacia el antebrazo.
 - c. Agarre Picahielo: El filo verdadero apuntando fuera del antebrazo.

Líneas de Ataque o Defensa en Cuchillo/Daga

Hay nueve líneas de ataque o defensa. Estas se denotan por el lugar de donde viene el ataque, no hacia dónde va dirigido.

- Nº1.** Una diagonal descendente desde el lado superior derecho del atacante, hacia su lado inferior izquierdo.
- Nº2.** Una diagonal descendente desde el lado superior izquierdo del atacante, hacia su lado inferior derecho.
- Nº3.** Un ataque horizontal desde el lado derecho del atacante hacia su lado izquierdo.

Nº4. Un ataque horizontal desde el lado izquierdo del atacante hacia su lado derecho.

Nº5. Una diagonal ascendente desde el lado inferior derecho del atacante, hacia su lado superior izquierdo.

Nº6. Una diagonal ascendente desde el lado inferior izquierdo del atacante, hacia su lado superior derecho.

Nº7. Un ataque vertical descendente por la línea central.

Nº8. Un ataque vertical ascendente por la línea central.

Nº9. Estocada desde el centro del atacante hacia el centro del compañero.

No importa desde dónde es iniciado el ataque. Por ejemplo, si empieza desde el lado superior derecho y viaja en una línea diagonal hacia el lado inferior izquierdo, es un ataque Nº1. Es decir, estos ataques son iguales, sin importar si el atacante es diestro o zurdo.

Posiciones de Bloqueo con Daga

Las posiciones de bloqueo con daga son la imagen espejada de la posición de bloqueo con espada. Por ejemplo, el bloqueo 1 de daga protege el lado inferior de la espada, más que el lado inferior sin espada.

Los bloqueos con daga están numerados de acuerdo al bloqueo con espada que espejan.

Otras Acciones con Cuchillo/Daga

Además de los ataques y bloqueos, el cuchillo/la daga involucra diferentes grupos de acciones: llaves, manipulación, cambio, dar la vuelta, oscilar-deslizar, girar.

- **Llave:** Una acción ofensiva que manipula una articulación para forzarla más allá de su rango normal de movimiento, causando dolor, controlando el movimiento de la

víctima, desarmándola, ganando una sumisión en competencia y, en último término, rompiendo la articulación.

Manipulación: El cambio del cuchillo de un agarre a otro, o de una mano a la otra.

- Cambio: Posicionando el cuchillo directamente en la mano opuesta, o soltándolo de una mano a la otra.
- Dar la vuelta: Usar los dedos para manipular el cuchillo desde un agarre frontal a un agarre reverso (o viceversa), usualmente viajando en un movimiento lateral en relación al cuerpo.
- Oscilar – Deslizar: Usar el dedo índice y el pulgar para manipular el cuchillo desde un agarre frontal a un agarre reverso (o viceversa), usualmente hacia adelante, lejos del cuerpo.
- Girar: Girar el filo verdadero del cuchillo 180° manteniendo su orientación frontal o reversa.

Medida de Lucha

Se trata de la distancia correcta entre combatientes cuando están involucrados en combate escénico. En una lucha con cuchillo/daga pueden considerarse tres distancias:

1. Larga: Ambos combatientes enfrentados, con las manos portadoras del cuchillo extendidas y los puños separados por una distancia aproximada de ocho centímetros.
2. Media: Ambos combatientes enfrentados, con las manos portadoras del cuchillo extendidas y paralelas a los codos del compañero.
3. Cerrada: Ambos combatientes enfrentados, con las manos portadoras del cuchillo extendidas y tocando la axila del compañero.

Lanza Larga

El presente capítulo corresponde a una traducción de las secciones sobre lanza larga presentes en los documentos virtuales *Handbook 2018* de la Nordic Stage Fight Society y *Glossary of terms* de la Society of American Fight Directors, así como en el libro físico *Academy of Theatrical Combat Basics Level 1* de Jan Bryant, Dan Speaker y Kim Turney, citados todos propiamente en las referencias. Dichos materiales se complementan entre sí respecto a las diferentes secciones y en lo referido al sistema de bloqueo sirve a modo de comparación. El cambio de una bibliografía a la otra está aclarado debidamente en el desarrollo del capítulo.

Definición

La lanza larga, o en inglés *quarterstaff*, nombre que proviene de la forma en que es sostenido *by its quarters* (por sus cuartos) o *in a quartering grip* (un agarre de un cuarto), se refiere usualmente a un arma recta de madera de entre 180-244 cm de largo y de 3cm de diámetro aproximadamente, que se sostiene con ambas manos. La longitud real de cada bastón está basada en la altura del individuo usándolo. Si bien tradicionalmente está hecho de roble, una madera dura como el nogal o el fresno también puede ser usado; en la antigüedad sus extremos comúnmente estaban cubiertos con hierro. Es usado para representar el bastón o arma de asta del campesinado europeo en la Edad Media y el Renacimiento, y en las artes marciales asiáticas.

Es un arma base para las técnicas del arma de asta y lanza. Es también un arma de rangos múltiples, por lo que se requiere mucha atención respecto a la distancia.

El énfasis debería estar puesto en la manipulación del bastón a través de las manos, con el fin de cambiar la distancia, ángulo e impulso de los ataques.

Nordic Stage Fight Society

La NSFS presenta tres estilos básicos de pelea:

1. Corto-corta distancia
2. Largo-larga distancia
3. Bayoneta-lanza

Muestra muchas opciones estilísticas, estilos de pelea cercanos al combate medieval europeo, otros orientales basados en artes marciales chinas y japonesas, pero no entraremos en detalle al tratarse de estilos poco usuales.

Partes de la lanza larga

La lanza larga puede dividirse en tres secciones:

1. Extremo posterior: El extremo trasero del bastón en la posición de En Guardia.
2. Extremo anterior: El extremo delantero del bastón en la posición de En Guardia.
3. Medio: Tercio central del bastón.

Formas de agarre

El bastón es sostenido en un agarre “por arriba-por debajo” con la mano derecha por debajo (palma arriba). Dependiendo de la posición de las manos sobre la lanza larga, pueden considerarse dos formas de agarre:

- Forma corta: La posición de las manos que dividen el bastón en tres segmentos de igual longitud tanto para la defensa como para el ataque. Las manos están situadas en el tercio central del bastón. Ambos extremos se utilizan de modo ofensivo y

defensivo sin desplazar las manos de su posición. Genera un combate de gran proximidad.

- Forma larga: La posición de las manos usando el largo total del bastón tanto para la defensa como para el ataque. Sostiene desde el extremo posterior hasta el tercio inferior. El bastón es controlado usando su tercio posterior.

Acciones básicas con lanza larga

Muchas de las acciones de lanza larga están vinculadas al estilo de pelea usado en espada ancha (véase Espada ancha). Detallaremos cómo se aplican con esta arma:

- Golpe: Un golpe ligero e intenso realizado contra el extremo anterior de la lanza de tu compañero, con el objetivo de abrir una línea ofensiva o provocar un ataque.
- Enlace: Una preparación para un ataque que lleva el bastón del compañero diagonalmente a través de su cuerpo, desde una línea superior a una línea inferior, o viceversa.
- Guardia de boxeo: Cuando ambas manos están en pronación sobre el bastón.
- Cabo posterior: El extremo de la lanza larga más cercano a la mano no dominante.
- Cabo anterior: El extremo de la lanza larga más cercano a la mano dominante.
- Corte: Un ataque en arco hecho hacia el área objetivo.
- Cortes amplios con esquite: Horizontal al estómago, horizontal a la cabeza, diagonal ascendente, diagonal descendente.
- Estocada: Un ataque realizado con la punta, el extremo anterior o posterior del bastón y con el brazo en extensión. Pueden atacarse los objetivos del 1 al 4.
- Prises de fer: Cruce (croise), enlace (bind), envolver (envelopment)
- Deflexiones
- Fintas

- Atrapar el arma del oponente
- Desarmes
- Lanzamientos usando el bastón
- Estrangulación
- Ataque con la sección media del bastón
- Golpe de toque
- Presionar
- Deslizar
- Ofender (froissement)
- Molinete y giros
- Bloqueo de engaño, coupe, despejar (degage), doble
- Ataques con la mano (ejemplo, puñetazo, cachetada, revés)
- Empujones (por ejemplo, pies, cuerpo, bastón)
- Agarres
- Lanzamientos y derribes
- Trabajo de pies y movimientos
- Ataques corriendo
- Cuerpo a cuerpo
- Roles y caídas con el arma en la mano

Esquives desde la SAFD (Society of American Fight Directors)

Movimiento de pies y desplazamientos

Todo el movimiento de pies de lanza larga es igual al movimiento de pies de espada ancha (véase Espada ancha). La técnica de la lanza larga incorpora una torsión muy relajada del cuerpo, tanto en ataques como en bloqueos. A continuación, el trabajo de pies:

- Avance / Paso de esgrima: Movimiento de pies lineal que traslada el cuerpo hacia adelante, moviendo primero el pie delantero para que luego lo siga el pie trasero (sin cruzarlo).
- Ballesta (Balestra): Una pieza compuesta de movimiento de pies lineal, que traslada el cuerpo hacia adelante, ejecutando un salto y una estocada en sucesión rápida.
- Paso cruzado: El pie que se mueve cruza en frente del pie estacionario.
- Media vuelta: Una vuelta girando la cadera 90 grados en relación al ataque.
- Gran vuelta: Una vuelta girando la cadera 180 grados en relación al ataque.
- Estocada: La posición con la pierna “extendida” usada como método para “alcanzar” al compañero en un ataque. La pierna delantera se extiende en un paso largo, mientras que la pierna trasera se estira y el pie trasero se queda en su lugar (una acción ofensiva).
- Paso de paso: El posicionamiento del pie móvil adelante o atrás del pie estacionario sin cruzar la línea central (un paso caminado).
- Patinando: Una pieza compuesta de movimiento de pies lineal con un paso hacia adelante ejecutando un avance y una estocada en sucesión rápida.
- Pivot: El ajuste de las caderas, pies y cuerpo para enfrentar una nueva dirección.
- Retroceso: Movimiento de pies lineal que traslada el cuerpo hacia atrás, moviendo primero el pie trasero, para que luego lo siga el pie delantero (sin cruzarlo).

- Recuperación: Trasladar el cuerpo hacia la posición de En Guardia desde la posición de estocada.
 - Recuperación hacia adelante: Regresar a una posición de En Guardia desde una estocada moviendo el pie trasero.
 - Recuperación hacia atrás: Regresar a una posición de En Guardia desde una estocada moviendo el pie delantero.
- Paso deslizado: El pie móvil se desliza detrás del pie estacionario.
- Impedimento (Thwart): La misma acción corporal que una estocada, usada en conjunción con una acción defensiva.
- Traverso: Un “avance” o “retroceso” en cualquier dirección. Cuando se mueve hacia la derecha, el pie derecho guía. Cuando se mueve hacia la izquierda, el pie izquierdo guía.
- Vuelta: Movimiento de pies circular que quita al cuerpo de la línea de ataque, poniendo un pie detrás del otro, girando el cuerpo.

Líneas de ataque y defensa en lanza larga

El ataque puede realizarse a través de golpes horizontales, verticales, diagonales. Resultó fundamental diferenciar el sistema de defensa presentado por la BASSC y por la Academy Of Teatrical Combat.

Según la BASSC, pueden atacarse los objetivos del 1 al 5 / 5a, con el extremo anterior o posterior; sin embargo, en total existen nueve líneas estándar de ataques u objetivos:

- Nº1.** Ataque diagonal descendente hacia la punta del hombro izquierdo del compañero.
- Nº2.** Ataque diagonal descendente hacia la punta del hombro derecho del compañero.

- Nº3.** Ataque horizontal hacia las costillas bajas o el flanco del lado izquierdo del compañero.
- Nº4.** Ataque horizontal hacia las costillas bajas o el flanco del lado derecho del compañero.
- Nº5.** Ataque diagonal ascendente hacia la rodilla izquierda del compañero.
- Nº6.** Ataque diagonal ascendente hacia la rodilla derecha del compañero.
- Nº7.** Ataque vertical descendente a la cabeza del compañero.
- Nº8.** Ataque vertical ascendente a la ingle del compañero.
- Nº9.** Estocada apuntada directamente al centro del compañero.

Bloqueos con lanza larga

Los bloqueos pueden ser directos en todas las líneas, indirectos o invertidos. Pueden ser hechos en forma corta o forma larga, siendo lo mismo en cualquiera de las dos formas.

- Nº1.** Protege el hombro izquierdo con la sección final del bastón. El brazo derecho debería estar a través del cuerpo con la mano derecha más adelante en el agarre del bastón.
- Nº2.** Protege el hombro derecho con la sección final del bastón. El brazo izquierdo debería estar a través del cuerpo con la mano izquierda más adelante en el agarre del bastón.
- Nº3.** Protege el flanco izquierdo de las costillas con la sección media del bastón. El brazo derecho debería estar a través del cuerpo, y la mano derecha normalmente por encima en el bastón.
- Nº4.** Protege el flanco derecho de las costillas con la sección media del bastón. El brazo izquierdo debería estar a través del cuerpo, y la mano izquierda normalmente por encima en el bastón.

- N°5.** Protege la rodilla izquierda con el extremo del bastón. El brazo derecho debería estar a través del cuerpo con la mano derecha más adelante en el bastón.
- N°6.** Protege la rodilla derecha con el extremo del bastón. El brazo izquierdo debería estar a través del cuerpo con la mano izquierda más adelante en el bastón.
- N°7.** Protege la cabeza de un golpe vertical descendente con la sección media del bastón.
- N°8.** Protege la ingle de un golpe vertical ascendente con la sección media del bastón.
- Bloqueo colgante: Protege la cabeza de un ataque vertical descendente. Las manos están sostenidas hacia un extremo del bastón y elevadas sobre el nivel de la cabeza en línea con el hombro. El bastón está angulado 45° hacia abajo para permitir que el ataque choque, se desvíe y sea guiado lejos del objetivo. Puede ser ejecutado con cualquier lado del cuerpo y siempre es realizado con un esquivo.
 - Bloqueos circulares
 - Bloqueos de transferencia / reposicionamiento

Academy of Theatrical Combat

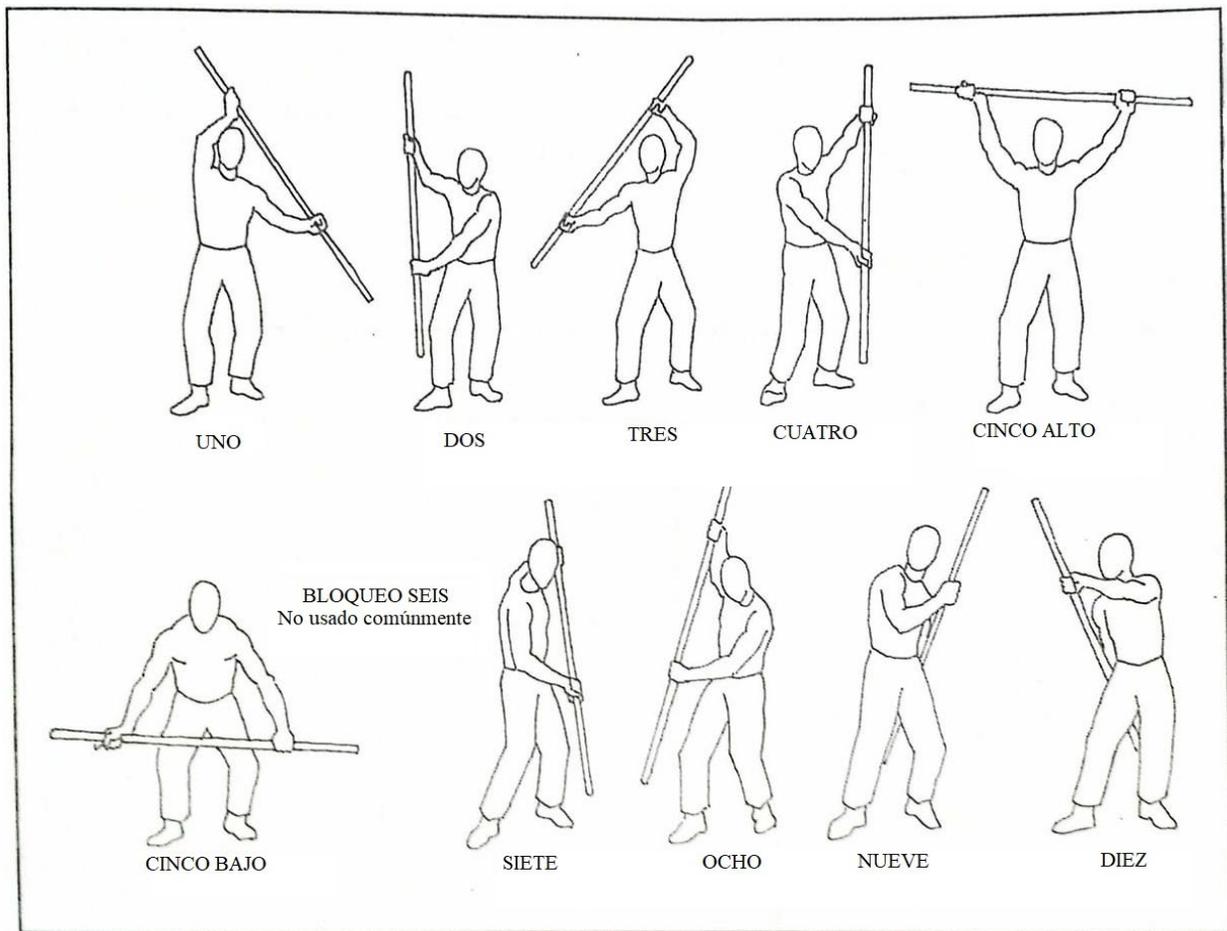
Empuñando la Lanza Larga

La lanza es sostenían en un agarre “por arriba y por debajo” con la mano derecha “por debajo” (con la palma hacia arriba).

Trabajo de Pies

Todo el trabajo de pies de lanza larga es igual al que el trabajo de pies de espada ancha. La técnica de la lanza larga incorpora un movimiento espiralado (o torsión) del cuerpo tanto en ataques como en bloqueos.

Sistema de Bloqueo de la Lanza Larga



En el sistema de lanza larga británica, el nombre de los bloqueos es dado según el objetivo (cabeza, pecho, hombro, etc.), pero la *Academy of Theatrical Combat* le ha asignado números a los bloqueos, que aproximadamente corresponden a los números de los bloqueos con espada ancha (véase Espada ancha). Numerar los bloqueos con lanza larga ayuda al proceso de aprendizaje porque ayuda de forma precisa sobre el movimiento que es requerido. Mantener los brazos flexionados para proveer un acolchado muscular y mover el bastón en

aproximación a los bloqueos con espada ancha nos da el sistema básico de bloqueo con lanza larga.

Nota de seguridad: cuando se está practicando los bloqueos con lanza larga, hay que asegurarse que las manos estén siempre fuera del objetivo cuando se agarra el bastón.

Los Bloqueos 1 al 5 Bajo están hechos con el medio del bastón, y los bloqueos 6 al 10 están hechos con los extremos del bastón.

- Bloqueo 1: El bastón es sostenido alto en ángulo para proteger el hombro izquierdo.
- Bloqueo 2: Se sostiene el bastón de forma vertical y perpendicular al suelo, a la derecha del propio cuerpo al nivel del estómago para proteger las costillas.
- Bloqueo 3: El bastón es sostenido alto en ángulo para proteger el hombro derecho.
- Bloqueo 4: Se sostiene el bastón de forma vertical y perpendicular al suelo, a la izquierda del propio cuerpo al nivel del estómago para proteger las costillas.
- Bloqueo 5 Alto: El bastón es sostenido de manera horizontal hacia adelante y por encima de la cabeza para protegerla. La cabeza puede ser atacada fácilmente tanto con la mano izquierda o derecha guiando la acción (en la parte delantera del bastón).
- Bloqueo 5 Bajo: El bastón es sostenido de manera horizontal en el medio del muslo para proteger la ingle. La ingle puede ser atacada fácilmente tanto con la mano izquierda o derecha guiando la acción (en la parte delantera del bastón).
- Bloqueo 6: (Este bloqueo no se usa comúnmente, y no está incluido en los ejercicios de bloqueo básicos con lanza larga). El extremo inferior del bastón barre hacia arriba en un arco para desviar una estocada al estómago. La posición de preparación de este bloqueo / desvío es con el extremo inferior apuntando hacia abajo y hacia la izquierda. Luego barre hacia arriba y hacia la derecha para desviar la estocada.

- Bloqueo 7: El extremo inferior del bastón es usado para proteger la rodilla izquierda (la mano derecha está debajo).
- Bloqueo 8: El extremo inferior del bastón es usado para proteger la rodilla derecha (la mano izquierda está debajo).
- Bloqueo 9: El extremo superior del bastón es usado para proteger la mejilla izquierda (la mano derecha está arriba).
- Bloqueo 10: El extremo superior del bastón es usado para proteger la mejilla derecha (la mano izquierda está arriba).

Consideraciones generales:

- Los bloqueos 7 al 10 funcionan muy bien para “desviar con un golpe” (beat-away) o para los “bloqueos voladores” (flying parries) que desvían el ataque barriéndolo fuera del objetivo.
- La distancia y control de la energía del ataque son factores críticos de seguridad.
- Controlar la energía del ataque puede ser logrado usando la inversión de la tensión y deteniendo los ataques justo por fuera del “campo de fuerza mágico” del compañero.

Ejercicios con lanza larga

El movimiento de pies para estos ejercicios consiste, mayormente, en cambios de guardia, con avances y retrocesos usados cuando se las necesita para mantener la lanza larga del lado abierto (es decir, del lado del pie de atrás).

No es incorrecto usar la lanza larga en el lado opuesto, pero la mayoría de la gente siente más balanceado mantener el bastón del lado abierto.

Ejercicio 1 de lanza larga

A	B
En Guardia con PI adelante	En Guardia con PI adelante
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro izquierdo	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas derechas	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro izquierdo
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas derechas
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle

Ejercicio 2 de lanza larga

A	B
En Guardia con PD adelante	En Guardia con PD adelante
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 3
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas izquierdas	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 4
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 3	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 4	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas izquierdas
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle

Ejercicio 3 de lanza larga

A	B
En Guardia con PI adelante	En Guardia con PI adelante
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla izquierda	Cambio de guardia atrás y bloqueo volador 7
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla derecha	Da vuelta el bastón para que MI esté debajo, cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 8
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda	Cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 9
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda	Cambio de guardia atrás, da vuelta el bastón para que MI esté arriba y Bloqueo volador 10
Cambio de guardia atrás y bloqueo volador 7	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla izquierda
Da vuelta el bastón para que MI esté debajo, cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 8	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla derecha
Cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 9	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda

Cambio de guardia atrás, da vuelta el bastón para que MI esté arriba y Bloqueo volador 10	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda
---	---

Ejercicio combinado de lanza larga

Para combinar los ejercicios de lanza larga, continúa de un ejercicio a otro sin volver a la posición de En Guardia. Las transiciones de un ejercicio a otro son el momento para que el atacado avance y empiece a atacar, y el atacante retroceda y comience a defenderse, más que sólo cambiar la guardia (como en los ejercicios individuales).

A	B
En Guardia con PI adelante	En Guardia con PI adelante
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro izquierdo	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas derechas	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle	Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo

Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro izquierdo
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 2	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas derechas
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle
MI guía, avance y ataque al hombro derecho	Retroceso y bloqueo 3
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas izquierdas	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas izquierdas
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 3	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho

Cambio de guardia atrás y Bloqueo 4	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a las costillas izquierdas
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la cabeza
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 5 Bajo	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la ingle
MD guía, avance y ataque a la rodilla izquierda	Retroceso y bloqueo volador 7
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla izquierda	Cambio de guardia atrás y bloqueo volador 7
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla derecha	Da vuelta el bastón para que MI esté debajo, cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 8
MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda	Cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 9
MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda	Cambio de guardia atrás, da vuelta el bastón para que MI esté arriba y Bloqueo volador 10
Cambio de guardia atrás y bloqueo volador 7	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla izquierda

Da vuelta el bastón para que MI esté debajo, cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 8	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la rodilla derecha
Cambio de guardia atrás y Bloqueo volador 9	MD guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda
Cambio de guardia atrás, da vuelta el bastón para que MI esté arriba y Bloqueo volador 10	MI guía, cambio de guardia adelante y ataque a la mejilla izquierda

Coreografía básica de lanza larga

<https://drive.google.com/open?id=1-kcJQOydiT19j376i4zEIi6lfeG2QvFR>

A	B
En Guardia con PI adelante, las manos están bajas con MD atrás	En Guardia con PD adelante y el bastón apuntando al adversario con MD adelante
Golpe al bastón de B hacia un lado con el extremo derecho	Acepto el golpe al bastón
Paso adelante y ataque a la cabeza con MI	Paso atrás y Bloqueo 5
Cambio de guardia adelante y ataque a las costillas con MD	Cambio de guardia atrás y bloqueo 4

Cambio de guardia adelante con estocada y ataque a la rodilla con MI	Cambio de guardia atrás y bloqueo 8
Recibir el enlace	Enlace
Salto atrás para evadir el golpe fuerte al estómago	(Señal: 1. Levanto el bastón/hago contacto visual; 2. Miro al estómago) Golpe fuerte al estómago con MI
Reacción a la finta	Paso adelante y finta al hombro izquierdo con MD
Con PD atrás, bloqueo 3	Cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho con MI
Cambio de guardia atrás y bloqueo 5	Cambio de guardia y ataque a la rodilla izquierda con MD
Cambio de guardia atrás (giro el bastón para que MI esté abajo) y bloqueo 8	Cambio de guardia y ataque a la rodilla derecha con MI
Cambio de guardia atrás y bloqueo 1	Avance y ataque al hombro izquierdo con MD
Enlace a bloqueo 5	Aceptar enlace
Cambio de guardia adelante para posicionar PI en el muslo superior	Recobrar balance
Empuje, apoyo PI	“Tropezón” hacia atrás por el empuje

(Señal: 1. Levanto el bastón/hago contacto visual; 2. Miro al estómago) Golpe fuerte al estómago con MD	Salto hacia atrás para evadir golpe fuerte al estómago
Corrida hacia adelante y finta al hombro derecho con MI	Reacción a la finta
PD cambia de guardia adelante y ataca la rodilla con MD	PI cambia guardia atrás y Bloqueo 7
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 3	Cambio de guardia adelante y ataque al hombro derecho con MI
Avance y ataque a la rodilla con MI	Retroceso y Bloqueo 8
Cambio de guardia atrás y Bloqueo 1	Cambio de guardia adelante y ataque al hombro izquierdo con MD
Estocada y ataque a la cabeza con MD	Retroceso y Bloqueo 5
Aceptar el enlace (torciendo el cuerpo)	Enlace del bastón hasta el suelo, moviendo de izquierda a derecha mientras cambio de guardia hacia adelante
Reacción al puñetazo y caigo al suelo	Puñetazo cruzado con MI

Hasta aquí (00:23 segundos del video) está descrito en el libro *Academy of Theatrical Combat. Basics Level 1*, sin embargo, en vídeos de la misma organización encontramos que continuaban la coreografía desde el puñetazo, de esta manera:

Reacción al puñetazo y suelto la lanza.	Puñetazo cruzado con MI, mientras cambio de guardia hacia delante.
Reacciono conmocionado y miro al compañero.	Retrocedo, tomo la lanza en forma larga y la apoyo en el piso del lado derecho.
Giro por la espalda, hacia la izquierda para esquivar el golpe.	Golpe vertical hasta el piso con MD mientras cambio de guardia hacia adelante.
Reacciona levemente agarrando la lanza.	Golpe lateral al estómago con MD.
Tironeo	Tironeo
Puñetazo cruzado con MI, con cambio de guardia adelante.	Reacciono hacia atrás sin soltar el arma dejando el mismo pie adelante.
Mientras aún agarra la lanza, doble golpe al estómago con MI.	Reacciono al primer golpe y reacciono y suelto la lanza al segundo.
Golpe ascendente al mentón con MI mientras cambio de guardia hacia atrás.	Reacciono sin caer al piso.
Barrido de pies con MI mientras cambio de guarda hacia delante.	Caigo al suelo.
Toma ambas lanzas victorioso.	

Secuencia de Lanza Larga.

Construimos una secuencia de Lanza Larga a partir de una técnica encontrada en *Fight Directing For The Theatre* llamada “De punto alto a punto alto”. A partir de fotos o acontecimientos se arma una determinada cantidad de fotos (diez en nuestro caso), momentos claves del combate. Luego, a partir de ellas, se elaboran las transiciones necesarias para unir las y pasar de unas a otras.

Fotos: https://drive.google.com/open?id=1eFYObpQtXL7wRqcar52nWmP1-QkC_vGI

Ejecución: https://drive.google.com/open?id=1eboiwZXAR-H0Yb6iH_Q3IZdpJNx8g0zZ

A	B
Entró y amenazó a la cara con la MD tomando el medio de la lanza.	Reacciona y amenaza a la cara con estilo bayoneta.
Toma con MI la lanza, envuelve la del compañero, y al final despeja la punta cercana a MI que introduce entre las manos de B y tira hacia afuera, desarmándolo.	Se deja envolver y reacciona. Se va hacia atrás (o contra la pared).
Ataque horizontal a la cabeza de der a izq.	Se agacha y esquiva para su izquierda. Recupera su arma.
Lo enfrenta con PD adelante y bloquea a la cabeza con el medio del arma.	Ataca a la cabeza con PI y MI.
Envuelve hacia la izquierda y ataca a la cabeza con MI y PI hasta abajo.	Perfila su cuerpo hacia la derecha esquivando hacia la izquierda. Gira en sentido horario y ataca a hombro izquierdo.
Tira con MD hasta agarrar la lanza por los extremos y protege su hombro con el medio.	Gira y ataca diagonalmente al hombro derecho.
Se desplaza un paso a la derecha protegiendo en forma corta, con el extremo izq.	Ataca a la cabeza 3 veces con MD y PD avanzando.

Protege con el medio, retrocediendo 2 pasos, el tercer golpe lo bloque con el extremo derecho, esquivando con la cabeza. Pasa la punta por debajo y golpea el estómago con contacto.	Reacciona tirando su lanza, agarra la lanza de A con MD atrás y MI adelante, tira.
Tira y reacciona.	Tira y quita el arma. Estocada al estómago.
Reacciona, se queda sin aire.	Toma su lanza con MI y golpeando como helicóptero, con la lanza de la MD apoyada en la cadera, ataca horizontalmente a la cabeza.
Esquiva agachándose y lo taclea por el estómago.	Reacciona tirando las armas a un costado y cae al piso.
Lo monto y empiezo a ahorcar.	Se defiende, intenta quitar las manos y pone la suya en mi cara. Muere.
Agarro ambas armas y me voy.	

Practicamos secuencia de lanza larga y decidimos generar una parte nueva a partir de “fotos”: Esta parte nueva será introducida en algún lugar de la secuencia antes creada en un momento a elección.

Fotos segunda parte:

<https://drive.google.com/open?id=1tfiqOSJpURmchMKtawlyko5cYdwv6iNg>

A	B
En guardia estilo bayoneta con PD y MD adelante	En guardia estilo bayoneta con PD y MD adelante
Golpe al arma	Reacción al golpe
Estocada al hombro derecho con PD adelante	Cambio a forma corta. Bloqueo 1 con PI adelante
Estocada al hombro izquierdo con PD adelante	Esquive hacia la derecha. Agache y golpe al estómago
Reacciona agarrando la lanza del contrincante con MI. Ataque con extremo inferior de lanza larga con MD	Caída hacia atrás.
Doble paso cruzando (PD adelante) y golpe al estómago (recibe el suelo)	Rueda hacia izquierda.
Lanza estocada a la cara con PD.	Gira °360 (sentido anti horario) en cuclillas alejándose de A. A la vez se defiende con extremo superior (forma corta) de manera vertical.
Cambia a forma corta y ataca a lado izquierdo del rostro con PI.	Lo enfrenta en cuclillas y amenaza al pecho de A.

Ataca al hombro izquierdo (forma larga) con PD y MD.	Se pone de pie bloqueando 1 en forma corta. Patea la cadera derecha de B con PI, manteniendo el bloqueo.
Reacciona retrocediendo 2 pasos cortos.	Cae con PI atrás. Avanza un paso corto y amenaza la cara de A.
Se agacha sobre su pierna izquierda y estoca al estómago de B (sin llegar a tocarlo) a la vez que éste lo amenaza.	

En este caso la 2da parte fue introducida luego de la 1er foto de la 1er parte. Luego se retomó la 1er parte, después de la última acción de la segunda.

Combinación: <https://drive.google.com/open?id=1qufTm3Dvi3D3ik-UhAudUCFy7nV6aAcN>

A	B
Entró y amenazó a la cara con la MD tomando el medio de la lanza.	Reacciona y amenaza a la cara con estilo bayoneta.
Retrocede un paso cruzando los pies, y asume guardia en estilo bayoneta, con PD y MD adelante	En guardia estilo bayoneta con PD y MD adelante
Golpe al arma	Reacción al golpe
Estocada al hombro derecho con PD adelante	Cambio a forma corta. Bloqueo 1 con PI adelante

Estocada al hombro izquierdo con PD adelante	Esquive hacia la derecha. Agache y golpe al estómago
Reacciona agarrando la lanza del contrincante con MI. Ataque con extremo inferior de lanza larga con MD	Caída hacia atrás.
Doble paso cruzando (PD adelante) y golpe al estómago (recibe el suelo)	Rueda hacia izquierda.
Lanza estocada a la cara con PD.	Gira °360 (sentido anti horario) en cuclillas alejándose de A. A la vez se defiende con extremo superior (forma corta) de manera vertical.
Cambia a forma corta y ataca a lado izquierdo del rostro con PI.	Lo enfrenta en cuclillas y amenaza al pecho de A.
Ataca al hombro izquierdo (forma larga) con PD y MD.	Se pone de pie bloqueando 1 en forma corta. Patea la cadera derecha de B con PI, manteniendo el bloqueo.
Reacciona retrocediendo 2 pasos cortos.	Cae con PI atrás. Avanza un paso corto y amenaza la cara de A.
Se agacha sobre su pierna izquierda y estoca al estómago de B (sin llegar a tocarlo) a la vez que éste lo amenaza. Introduce la punta de la lanza	Se deja manipular y reacciona. Se va hacia atrás (o contra la pared).

entre las manos de B y tira hacia afuera y hacia abajo, desarmándolo.	
Ataque horizontal a la cabeza de der a izq.	Se agacha y esquiva para su izquierda. Recupera su arma.
Lo enfrenta con PD adelante y bloquea a la cabeza con el medio del arma.	Ataca a la cabeza con PI y MI.
Envuelve hacia la izquierda y ataca a la cabeza con MI y PI hasta abajo.	Perfila su cuerpo hacia la derecha esquivando hacia la izquierda. Gira en sentido horario y ataca a hombro izquierdo.
Tira con MD hasta agarrar la lanza por los extremos y protege su hombro con el medio.	Gira y ataca diagonalmente al hombro derecho.
Se desplaza un paso a la derecha protegiendo en forma corta, con el extremo izq.	Ataca a la cabeza 3 veces con MD y PD avanzando.
Protege con el medio, retrocediendo 2 pasos, el tercer golpe lo bloque con el extremo derecho, esquivando con la cabeza. Pasa la punta por debajo y golpea el estómago con contacto.	Reacciona tirando su lanza, agarra la lanza de A con MD atrás y MI adelante, tira.
Tira y reacciona.	Tira y quita el arma. Estocada al estómago.

Reacciona, se queda sin aire.	Toma su lanza con MI y golpeando como helicóptero, con la lanza de la MD apoyada en la cadera, ataca horizontalmente a la cabeza.
Esquiva agachándose y lo taclea por el estómago.	Reacciona tirando las armas a un costado y cae al piso.
Lo monto y empiezo a ahorcar.	Se defiende, intenta quitar las manos y pone la suya en mi cara. Muere.
Agarro ambas armas y me voy.	

Observaciones

- Al ejecutar los ejercicios, debido a la falta de repetición e internalización de las secuencias, se producen errores imprevistos que se corrigen instantáneamente o cambian el curso de la coreografía. Esto conlleva a que la acción que está por ejecutarse sea retenida, sea distinta a la que se esperaba o que sea una finta que luego se corrige.
- ¿Podríamos denominar a estos momentos de comportamiento espontáneo como peripecias accidentales? ¿Ocurre una retención imprevista de la acción?
- Podría tener un gran efecto cómico el hecho de representar una secuencia de combate escénico en la que se vea de forma evidente la técnica. En determinado momento de tensión, puede aparecer una cachetada real, que rompa con la convención de combate y produzca el *gag*. Generaría un efecto similar el hecho de

que la secuencia de combate escénico sea presentada de forma realista, sin evidenciar la técnica. En este caso el *gag* también sería efectivo, pero de un efecto diferente.

- Usualmente en las secuencias de combate escénico que hemos observado, los golpes que impactan, es decir los que no son bloqueados o evadidos, anticipan la finalización de la secuencia. Esto suele ocurrir porque, a diferencia del cine, el teatro por ser un hecho convivial, tiene mayor impacto y los golpes cobran su valor real, haciendo más difícil la resistencia sostenida a una paliza.
- No obstante, la curva de atención puede intensificarse cuando, a pesar del daño ficcional generado sobre el compañero, el combate continua.
- Esta vez estamos creando las fotos siguiendo las transiciones, razón por la cual, creemos, se ve coartada nuestra creatividad.
- Idea puesta: hacer una secuencia donde los knaps los marca una batería.

Nuevas Propuestas Técnicas

Las siguientes técnicas fueron extraídas de material audiovisual de YouTube:

- Amenazar zonas de riesgo (cara, cuello, plexo, etc.) del cuerpo del oponente.
- *Molinete* con manos juntas en un extremo, a la cabeza y a los pies (haciendo su debida señal antes).
- El compañero esquiva con agache y salto.
- Con víctima en el suelo: el atacante intenta clavarlo, pero la víctima esquiva rodando y el arma se clava en el suelo.
- Usar el giro como impulso para el ataque y para cambiar de lado.
- En los esquivos se ve más orgánico cuando hay una duda o medición previa.
- Barrido a los pies (sin tocar los pies, a foro/a proscenio esencialmente).

- Una forma de muerte: La víctima está acostada. El atacante golpea el suelo en la zona a foro de la cabeza de la víctima, aparentando que le parte el cráneo.
- El bastón se sostiene trabado entre la espalda y el bíceps/lado interno del codo, a la medida aproximada de un tercio. Esto se utiliza para girar con él y dar un golpe más contundente.
- Golpear al compañero de forma vertical sosteniéndolo con una sola mano (como un empujón).
- Haciendo un bloqueo 5 alto, se puede mantener el enlace y darle una patada al pecho al compañero.
- Se puede esquivar un golpe vertical descendente poniéndose de perfil (por lo que el golpe caerá delante o detrás de la víctima).
- Agarre de ropa:
 - Trasladar al contrincante tironeando de la remera (por ejemplo, en un enlace o en un bloqueo).
 - Puede ser un efecto cómico bajarle los pantalones a la víctima.
- Se puede golpear la cara del compañero llevando el bastón a la posición de bloqueo 5.
- Patada hacia atrás.
- Presionar herida, garganta o boca del estómago con bastón.
- Una forma de desvío: El bastón está tomado por uno de sus extremos, mientras el extremo opuesto está en el suelo. Cuando el atacante ejecuta una estocada, la víctima adelanta el bastón permitiendo que la estocada ingrese a su espacio para luego retraerlo haciendo para atrás y desviarlo del camino.
- Levantar el bastón del suelo pateando hacia arriba con el pie (mientras se sostiene con las manos del otro extremo).

- Bloquear mientras se esquiva (no se alcanza a sacar el cuerpo completamente y el golpe impacta en uno de los extremos del bastón).
- Bloqueo 5 alto, detrás de la cabeza (y medio en diagonal).
- Forma bayoneta:
 - Mano de atrás toma el bastón casi desde su extremo en pronación.
 - Mano de adelante toma bastón a un tercio en supinación.
 - El bastón se acerca al pecho, elevando la mano de atrás. hasta quedar paralelo al piso y luego los brazos se estiran hacia el objetivo, quedando el brazo de adelante totalmente estirado y el de atrás flexionado con el hombro adelantado.
- Puede ocurrir que el bloqueo no sea “efectivo” y el ataque alcanza a impactar a la víctima (se realiza el bloqueo de igual manera, pero la víctima reacciona agarrándose la zona impactada, por ejemplo, la ingle).
- Hacer que de alguna manera el contrincante quede con el bastón en una sola mano, de modo que, mediante un golpe o un enlace, se realice un desarme. Es importante que el mismo se haga de adentro hacia afuera y apuntando al suelo, por la seguridad de la gente alrededor.

Criterios para la Formación de Directores de Combate Escénico y Actores Combatientes

El presente capítulo corresponde a una traducción y síntesis del equipo del libro: *Fight Directing For The Theatre* de J. Allen Suddeth, citado propiamente en la bibliografía.

En él se detallan los conocimientos, precauciones y herramientas necesarias para que un director de combate escénico (el encargado de montar y dirigir secuencias de combate o de batalla) pueda ejercer su función de manera eficaz y responsable. Se habla de la aplicación del

combate escénico en obras realistas, dramáticas, históricas, modernas, así como la introducción del mismo en la lógica cómica.

A la vez también se detallan algunos consejos para la actuación de escenas de combate, para la construcción y uso de armas y utilería, para la fabricación de sangre escénica y para la seguridad en torno a armas de fuego.

Por falta de recursos humanos y de tiempo se nos hace imposible traducir el libro completo de manera exhaustiva. Por lo tanto, bajo criterio personal del equipo, se ha puesto mayor énfasis en elementos de interés, considerados más importantes para el desarrollo de nuestro proyecto y nuestro nivel de formación en torno al tema, y se ha procedido con menor detalle sobre elementos de interés menor o que, por la amplitud del tema, se hace inabarcable en este informe. Para mayor información el ejemplar en inglés (por no encontrarse una versión en español) podrá ser encontrado en la Biblioteca de la Facultad de Artes y Diseño de la Universidad Nacional de Cuyo bajo el número de registro: 792.028 SUD.

Palabras previas

Este libro ayudará a resolver algunos de estos problemas: cómo cultivar una conciencia de las cuestiones de seguridad sobre combate escénico, cómo aproximarse al trabajo de la dirección de combate y a cómo investigar una pelea, dónde comprar armas y cómo hacerlas duras por algunos años, técnicas en efectos de sangre, y finalmente cómo aproximarse a la cuestión de armas de fuego sobre el escenario de manera segura.

La dirección de combate es un proceso. El estudio de este libro ayudará a directores de combate con ese proceso ya que es una guía paso a paso para la dirección de combate. Sin embargo, no es un sustituto para años de estudio con diferentes maestros. Si quieres dirigir y poner combates en escena estudia este libro de tapa a contratapa, vuélvete familiar con los principios prácticos y teóricos. Sin embargo, la experiencia es la mejor maestra y debes aplicar

esta información a situaciones de la vida real muchas veces para que se vuelve una segunda naturaleza.

Si te concentras en un tema particular no dejes de leer temas relacionados. Cada capítulo contiene material que aporta información para los otros.

El combate escénico no es sólo algo que los actores hacen, es un trabajo conjunto y colaborativo de cada departamento de la producción: dirección, iluminación, diseño escénico, vestuario, utilería, dirección de escena y dirección de combate.

La dirección de combate es una habilidad multidisciplinaria que combina elementos de la colaboración, ejecución, comunicación, coreografía, así como rasgos del historiador, el experto en seguridad, el solucionador de problemas, el especialista en primeros auxilios, el entrenador en actuación, el intérprete, el profesor y el director.

Para quienes trabajan en teatro, mantengan este libro cerca donde los ensayos tienen lugar, la utilería es construida y los vestuarios diseñados y vestidos. Este libro no enseñara nada si se deja en una estantería juntando polvo y sólo se lo busca ante la ocurrencia de un accidente.

Introducción

¿Por qué pelea la gente?

Si el conflicto es la esencia del teatro, entonces la confrontación física es una consecuencia natural de ese conflicto. Ciertos personajes que ya no pueden resolver sus diferencias con palabras – y para quienes las espadas, puños o los lanzamientos de muebles se presentan como única solución.

Los dramaturgos entienden completamente la naturaleza del conflicto y donde dejarlo hervir hasta llegar a lo físico. Las obras de Shakespeare son ejemplos maravillosos de donde situar las peleas dentro del texto para ayudar a dirigir la trama de la obra.

Tomen por ejemplo *Romeo y Julieta*. Los combates en esta obra están posicionados en el acto 1, escena 1; acto 3, escena 3 y acto 5, escena 5. La primera pelea establece el conflicto entre las familias, protagonizado por sus sirvientes e hijos más jóvenes. También sirve para iniciar la obra con energía y un poco de espectáculo.

El segundo combate da un giro a la trama desde una comedia romántica pura a una tragedia. Cuando Mercucio y Teobaldo son asesinados y Romeo desaparece, Shakespeare ha usado el dispositivo del combate escénico para cambiar por completo la dirección de la obra y de los personajes principales. Romeo y Julieta ahora tienen obstáculos mayores para su idilio amoroso y su matrimonio secreto. Sangre ha sido derramada en ambos lados de la familia, elevando la apuesta para todos los involucrados.

Finalmente, Shakespeare usa el combate entre Romeo y Paris, en el acto 5, como un obstáculo final para la concreción del deseo de Romeo de morir junto a Julieta. El conflicto entre los pretendientes de Julieta, Romeo y Paris, llega a un punto límite en el cementerio cuando Paris enfrenta a Romeo quien –loco de dolor, empeñado en el suicidio y dispuesto a que nada interfiera con sus planes- mata a Paris.

Sin embargo, más allá de la pregunta del posicionamiento dentro del texto, la pregunta de por qué la gente o los personajes combaten es central para el intérprete, el director y el director de combate. Si vemos una muestra de personaje que combate, masculinos o femeninos, modernos o históricos, veremos inmediatamente que las emociones con las que lidian son fuertes, consumidoras y volátiles. La ira, la venganza, los celos y la lujuria son emociones con las que no se juega. Estos personajes combaten cuando la emoción humana simplemente hierve dentro y la razón es dejada de lado.

Mientras siempre es erróneo el sustituir una complicada coreografía de combate por buena actuación y puesta en escena, la cualidad catártica de la violencia es central para la experiencia del texto de los personajes y de la audiencia.

Mientras que los personajes de dramas del período usualmente combaten por motivos “superiores” como el honor, la religión o el bien del estado, las obras modernas del siglo veinte ofrecen ejemplo de violencia más personal y aleatoria.

Nuestro mundo está lleno de imágenes de violencia, algunas justificadas y otras sin sentido. El trabajo de los directores de combate y los intérpretes es reflejar esa violencia en el escenario –ni romantizándolo ni menospreciándolo- como parte de la condición humana.

Seguridad en el combate escénico

Antes de lanzarnos a los fundamentos de la dirección de combate, es vital tener una vista general de las cuestiones de seguridad pertinentes al combate escenificado. ¡Sin algo de perspectiva de seguridad durante los procesos del concepto, ensayo y función, el director de combate y los actores estarán cortejando el desastre! La preparación previa es la llave. No eres un director de combate hasta que eres un experto en coreografía de combate y en trabajar con actores, hasta que entiendes cómo armar y apuntalar una pelea de forma segura, y hasta que tienes un conocimiento práctico de la seguridad con armas de fuego.

La cosa más importante sobre cualquier tipo de pelea, sea en el escenario o la pantalla es *la Seguridad Primero*. Nada es más importante que proteger a los actores de una lesión. Un actor tiene un cuerpo para que le dure toda la vida, y en el negocio del espectáculo el cuerpo de un actor es la profesión del actor. Esto significa que un accidente serio no solo es deplorable, doloroso y costoso, sino que puede comprometer de forma permanente la carrera de un actor.

Este concepto de la seguridad en el combate escénico abarca todo. Los directores de combate deben tener un ojo de águila en cuestiones de seguridad y deben ser receptivos a las habilidades de movimiento de cada actor, deben comprender y aprovechar el espacio en donde los actores están actuando y deben involucrar las cosas que están usando. En otras palabras,

los directores de combate deben considerar a los actores, el combate, el set y la utilería/vestuarios.

Los actores en sí mismos son el elemento de seguridad más aleatorio, ya que su actuación está sujeta a cambios; por lo tanto, la coreografía de combate debe ser intrínsecamente segura desde el primer ensayo hasta la última noche. La escenografía del escenario y los “signos” tales como vestuarios, espadas, luces y utilería, una vez concebidos correctamente deben permanecer seguros durante todo el desarrollo del espectáculo en cartel.

Ningún libro podría cubrir cada problema de seguridad. La seguridad es un proceso, una actitud, Comienza con la concepción de los combates, y es llevada a través de la producción y el ensayo y seguida por las funciones una vez que los elementos finales están colocados. Demanda un ojo agudo y atención constante al detalle. Una actitud o concepto muy rígido, puede ser tan peligroso como uno que es muy flexible.

Este capítulo trata sobre anticipar los problemas de seguridad antes que de surjan. Los directores de combate deberían leerlo antes de que comiencen los ensayos y notar cómo estas cuestiones se relacionan con sus producciones. En algunos casos, he dado un consejo que podría disuadir a un director de combate de probar un efecto particular. En otros casos, recomiendo que sólo profesionales entrenado organicen ciertas secuencias. En esos casos, creo que es mejor no intentar nada fuera de nuestro alcance y quedarse en lo seguro, más que arrepentirse luego.

La Seguridad Primero

Planear de antemano es vital para el éxito de un combate. El director de combate, en consulta con el director/productor de la producción, decide en cosas como los vestuarios, el período o estilo de combate, la seguridad del público, la iluminación, la superficie del suelo, los efectos especiales, el período de ensayos, la elección de los personajes principales y los extras

de combate, la compra de armas y muchas otras variables que pueden afectar la seguridad de la producción. La mayoría de los problemas en estas áreas puede resolverse tomando decisiones de antemano.

Los actores

Cada productor/director y director de combate debe tener una apreciación *realista* de la condición física del ejecutante.

Aspectos fisiológicos como edad, altura, peso, fuerza, capacidad respiratoria, equilibrio, centro y el estado de lesiones antiguas debe ser ponderado con el entrenamiento, la inteligencia y aspectos psicológicos como la agresión real y la actitud de macho, por un lado, y la pasividad y pánico escénico por el otro.

Las coreografías de combate escénico no son necesariamente seguras por haber sido creadas por un coreógrafo entrenado y consciente. Debe adaptarse físicamente a las capacidades de los actores. De otra forma, podría ser insegura desde el principio y podrían ocurrir accidentes.

Preguntas importantes -como si un actor es capaz físicamente de sostener una espada, cargar a otro actor o caer al suelo- deben ser respondidas antes del estreno.

Como los actores suelen ansiosos por involucrarse en una “escena de combate”, ponen un montón de energía y entusiasmo en los ensayos y funciones. Hay que tener cuidado en enseñarles no sólo los “movimientos” de la pelea, sino “cómo ensayar”.

Lento y continuo es la clave para los ensayos de coreografía de combate. Un director de combate debería mantener el ritmo lento por acuerdo mutuo hasta cerca de la noche de estreno. Los actores van a continuar aprendiendo detalles sobre la pelea en cámara lenta cada vez que al hagan – detalles que se pierden cuando hacen la coreografía volando.

Una vez que los elementos de la escenografía/set, los vestuarios, luces y utilería/armas están colocadas, los actores deben trabajar con el director de combate para que la coreografía calce como un guante.

Un tremendo pedazo de coreografía que siempre está “dudoso” en los ensayos debe ser cortado y ambos el director de combate como los actores deben estar dispuestos a dejar ir esa sección. El director de combate debería crear coreografía alternativa. Una que sea emocionante, pero más segura ¡Un director de combate debe saber cuándo decir MENOS!

Vestuario

Los vestuarios no sólo juegan una parte vital en la creación general de una obra, sino que también pueden tener un efecto profundo en la seguridad. Ropa que no te queda, zapatos que se deslizan, sombreros y cascos que cubren tu cara son los problemas más obvios para el luchador. Las siguientes preguntas, cuando son respondidas temprano en el proceso, van a ahorrar tiempo y puntadas tanto en la ropa de los actores como en su piel.

- ¿Cómo pueden los vestuarios realzar el movimiento de la pelea?
- ¿La ropa va a ser restrictiva para el movimiento de los actores?
- ¿Los zapatos estarán bien hechos y tendrán suelas y talones antideslizantes?
- ¿Los guantes, cinturones, ganchos, vainas o fundas para espadas serán provistas por el departamento de vestuario o por el de utilería?
- ¿Es necesaria la protección acolchada y puede ser escondida en el vestuario?
- ¿El encaje de la manga se meterá en el camino de las guardas de la espada?
- ¿Están reforzados los puntos de mayor estrés (brazo, entrepierna, rodilla) para que no se rompan?
- ¿Serán usadas piezas de armadura? ¿Serán de metal, tela o plástico? (Las armaduras de metal deben ser pre-ordenadas con meses de anticipación para que

- calcen bien y deben ser del talle del actor para prevenir pellizcos. La armadura es muy restrictiva y se debe ensayar con ella por varias semanas. Las piezas de armadura “caseras” son difíciles de construir y corren el riesgo de lastimar a los actores).
- ¿Estará obstaculizada la visión del actor por cascos, capuchas, sombreros, turbantes, máscaras, pelucas o por alguna otra pieza de vestuario para la cabeza?
 - ¿Impedirán el movimiento capas, sacos o alguna otra prenda de vestir exterior?
 - ¿Cuándo van a estar disponibles las piezas de vestuario para los combates de ensayo?
 - ¿Hay ropa de ensayo disponible?
 - ¿Quién es responsable de los efectos de sangre – el departamento de vestuario, el de maquillaje o el de utilería?
 - ¿Qué será suministrado para que la ropa sangrienta sea lavada?
 - ¿Hay vestuario rompible o rasgable que deba ser construido? ¿Cómo será mantenido?

Periodo Histórico o Estilo de Combate

El Director de Combate y el Director/Productor deben coincidir en el periodo de la obra y el estilo de los combates. Usualmente es obvio, pero a veces el director puede decidir alterar el periodo de la obra por propósitos interpretativos.

Una vez que el estilo de la obra ha sido elegido y el estilo de combate acordado, el paso siguiente a tomar por el director y el director de combate es la investigación. Es momento de ir a la biblioteca y encontrar material de primera fuente, relatos de gente de la época, ilustraciones o fotografías, armas de la era y estilos de movimiento.

La trampa usual en elegir un estilo de combate muy específico es no tener actores correctamente entrenados que puedan aprender las peleas en los tiempos de ensayo acordados. Está bien en concebir una pelea en específico, pero si los actores no pueden realizarlo, ¡CÓRTALO!

La seguridad en combate a menudo se reduce a ser capaz de cortar, alterar o acortar coreografías bien pensadas para adecuarlas a las capacidades de los actores involucrados. Nadie se beneficia de un combate que es inseguro porque es muy largo, muy complicado o muy “históricamente correcto”. Es mucho mejor para todos recortar y hacer *menos*.

A menudo veo producciones donde un actor ha sido forzado a moverse de una manera pseudohistórica falsa. Forzar a los actores a un molde de invención del director de combate usualmente es complicado para ellos, divertido de mirar y potencialmente peligroso. La dignidad del personaje (y ni mencionar la del actor) debe ser preservada para el público tome la acción seriamente. El movimiento de combate debe tener tanta verdad inherente en el escenario como el espectáculo completo y debe adecuarse orgánica y perfectamente al momento para que el público lo crea. Mientras la investigación y el estudio pueden sugerir maravillosas pistas históricas, los dibujos de las líneas no hacen un combate. ¡El equipo de producción debe hacer que el combate cobre vida!

Seguridad del Público

Un área a menudo pasada por alto en la instancia de preproducción es la seguridad del público. ¿Dónde va a ir ubicada la primera fila del público en relación con las peleas? ¿Qué tan cerca van a estar los luchadores? ¿Algún desarme, lanzamiento de utilería o mobiliario, movimiento de espadas, o efectos especiales como humo, explosiones o disparos va a amenazar al público? ¡No puede permitirse que esto suceda!

De antemano se debe tener cuidado de que la coreografía de combate no ponga en peligro al público de ninguna manera. Errores simples pueden volverse una amenaza para el público rápidamente, como una espada deslizándose directo hacia el público luego de un desarme.

Todas las peleas, escenas de riesgo (como balanceos en cuerdas o caídas de altura) y efectos especiales *deben* ser ensayadas con antelación con alguien en el teatro para supervisar cualquier problema de seguridad. Planea de antemano y no des nada por sentado.

Iluminación escénica

La iluminación puede ayudar o estorbar a un actor. El sentido común dicta que tener poca iluminación o tener luces brillantes frontales o laterales (también llamadas calles) en los ojos de los actores al punto de casi cegarlos, puede ser un gran problema de seguridad.

Usualmente las discusiones con el director y el diseñador lumínico en preproducción pueden resolver la mayoría de estos problemas. La única cosa que queda por hacer es chequear la iluminación en los ensayos técnicos. Haz que los luchadores realicen los combates a un cuarto de velocidad para ver si *pueden* ver. Comprueba que los “cazadores de espinillas” (los instrumentos a nivel de piso) no estén en el camino de las salidas rápidas. ¡Ten cuidado de los instrumentos colgando sobre las cabezas a baja altura, pueden recibir un espadazo e incluso electrocutar a un actor!

A menudo he tenido que realizar complicadas peleas con espadas con luz muy fuerte, directa en la cara. Tendía a perder el rastro de la espada de mi compañero y tenía problemas para ver los ataques. Me acostumbre a esto durante los ensayos, pero es desconcertante e incómodo al principio. Los estoques finos o *épeé's* modernos son muy complicados de ver, incluso con la mejor luz. Las luces laterales altas y fuertes siempre son preferibles a luces frontales fuertes o laterales bajas. ¡Las luces estroboscópicas son casi imposibles!

Iluminación de Ensayo

Una sala de ensayos bien iluminada es muy importante. Los actores deben ser capaces de verse los unos a los otros y a las armas. ¡Es vital una iluminación brillante y regular! Si hace falta iluminación extra, debe ser organizada en las reuniones de preproducción.

Los problemas de seguridad comunes son techos bajos, o luces colgando a baja altura, sean incandescentes o fluorescentes. Ambos pueden romperse magníficamente lanzando vidrios afilados sobre un área muy amplia. Actores han sido lastimado e incluso cegados permanentemente por lámparas rotas, especialmente los tubos fluorescentes largos. Si las luces no pueden ser levantadas o movidas, deben ser protegidas por una malla metálica gruesa u otros dispositivos de seguridad.

Si la sala de ensayos regulares no servirá, otra sala debe ser dispuesta, o alquilada, para que las peleas sean ensayadas de manera segura.

Superficie del Escenario

Los pisos de linóleo son asesinos. También lo es el cemento. También lo es un escenario de madera al aire libre mojado por una lluvia veraniega. Las astillas de la madera infaliblemente encuentran su camino a los músculos. Los escenarios extremadamente inclinados se comen a los actores en el almuerzo. Los tornillos y clavos en el set siempre trabajan gratis.

No hace falta decir, que cada diseñador escenográfico tendrá una aproximación diferente a las superficies de escenario. El piso de madera es usualmente seguro, pero un trabajo de pintura de último segundo lo puede hacer resbaloso. Las alfombras son suaves para las caídas, pero se deslizan con vida propia si no están clavadas al piso. Las máquinas de niebla a la antigua usanza, basadas en aceite, pueden volver una superficie de otra forma segura, en una pista de patinaje.

Estos son sólo algunos de los problemas que he encontrado. Obviamente, tener un programa regular para mantener el escenario barrido y trapeado antes de las funciones va a ayudar, una vez que la producción esté en camino, pero la preparación de la superficie debe ser decidida con antelación en el proceso de diseño y ser llevada a cabo. No hay una solución correcta para cada obra. A veces simplemente añadiendo arena a la pintura solucionarás un problema de deslizamiento. ¡A veces es culpa de los zapatos! El director de combate debe supervisar los problemas de superficie desde la pre-producción, hasta el estreno y después del mismo.

Otro problema sobre el escenario es el líquido. El agua es una asesina. Un sitio mojado en el escenario puede hacer que los actores se resbalen y se lastimen a sí mismos u otros. Antes de una escena de combate SIEMPRE acuerda que alguien trapee cualquier derrame, comida, jabón, bebidas, vidrio de azúcar (o vidrio de ruptura), sudor o cualquier cosa resbalosa. Si algún derramen intencional, como un vaso de agua o de vino en el rostro, o incluso efectos de sangre ocurre durante la acción del combate, deben ser tenidos en cuenta en la coreografía y ser evitados por los actores. Estos derrames deberían ser limpiados durante la acción o en el próximo apagón.

Para evitar problemas, uno debería disponer de zapatos con suela anti-deslizante, una superficie anti-deslizante y un régimen de limpieza que involucre trapeos y barridas, incluso hasta el punto de tener una caja de colofonía (resina natural) de ser necesario (la colofonía está disponible en tiendas de suministros de danza).

Efectos Especiales

¿Qué son los “efectos especiales”? Hay alguna pirotécnica, algún disparo, balanceos en cuerda, plataformas flotantes, elevadores o grúas, bolsas de aire, caídas de altura, fuego, grandes rupturas, hidráulica, trinquetes, alguien colgado por el cuello, petardos, o cualquier

cosa que involucre maquinaria, explosivos, electricidad o un gran grado de riesgo. Estas cosas no deberían ser intentadas sin supervisión por *personal calificado y entrenado*. Debido a los problemas de seguridad que involucran los efectos especiales y debido a las leyes locales de incendio y seguridad, problemas con el seguro, y la posibilidad de tener responsabilidad legal, incluso efectos simples como puntos de humo, deben ser supervisados por individuos calificados.

No cometas el error que cometen tantos de pensar que las escenas de riesgo y los efectos especiales de las películas son fáciles. Están hechos para *parecer* fáciles, por años de experiencia, meses de planificación y *montones* de dinero.

¡No juegues con fuego! ¡Te vas a quemar!

Explosiones. Las explosiones a menudo son logradas utilizando un flashpot (“Punto de flash” en español), un dispositivo que combina electricidad y pólvora negra (o polvo de destello). Legalmente, sólo alguien con una licencia de vendedor de pólvora o un electricista debería construir este dispositivo. Los flashpots deberían ser colocados lejos de elementos inflamables como personas, cortinas, ropa y mobiliario, con una placa de metal bajo ellos. Extintores de incendios, de un tipo que puedan extinguir incendios eléctricos, de tela y de madera, deben ser posicionados cerca. Los flashpots deberían ser fabricados por un profesional.

Ocasionalmente, las explosiones son simuladas por un estallido de niebla o de humo, con efectos de sonido y de iluminación que se añaden a ellos. Esto puede ser muy efectivo y no requiere una explosión verdadera ni ninguna combustión real.

Ocasionalmente, son usadas máquinas de aire comprimido para crear una “explosión” y tirar “polvo” y “fragmentos/escombros” alrededor. Se debe tener cuidado cuando se usa estos dispositivos ya que pueden lanzar objetos a alta velocidad. Consulta a un experto y nunca pongas a los actores en el camino de estas máquinas. El polvo de bebé, *fuller’s earth* (un tipo

de arcilla usado para la limpieza de la tela y como absorbente), las piezas de gomaespuma o *Styrofoam*®, y hojas son razonablemente seguras de colocar cerca de la ráfaga de aire para ser “voladas” al escenario. Una solución menos cara al compresor de aire es tener tramoyistas que tiren “fragmentos /escombros” moviendo rápidamente una hoja de papel llena con material seguro desde fuera del escenario, combinado con una ráfaga de humo.

Petardos. Éstos son dispositivos eléctricos diseñados para gatillar una pequeña explosión que simula la herida sangrienta de un disparo en un actor, o “impacto”, en el set. Estos dispositivos son muy peligrosos si no fueron construidos por un experto, ya que involucran electricidad y pólvora, o fósforos eléctricos en proximidad cercana con la piel del actor. No intentes usar estos dispositivos sin un profesional involucrado en el diseño e instalación.

Volando. La suspensión de vuelo o el hacer volar a un actor con un arnés es otra tarea muy peligrosa. Compañías enteras se dedican a esta forma artística, tales como “*Flying by Foy*”. Si volar es necesario, contacta una persona o compañía experimentada.

Caídas de Altura. Las caídas de altura son otra escena de alto riesgo potencial. Para algunos actores, caer una yarda o un metro en una camionada de plumas puede ser riesgoso. El estado físico de un actor, la proporción altura/peso, y la edad, tanto como la altura de la caída y en lo que cae la persona, va a determinar la seguridad de la caída. Las caídas de altura no deberían ser tomadas con ligereza. Contempla el hecho de que las heridas en la cabeza son comunes en el circuito de las porristas en estos días, incluso cuando estas caídas están cuidadosamente ensayadas e involucran receptores jóvenes y fuertes.

Si una caída de altura es necesaria, consulta a un experto para diseñarla y/o contratar o entrenar a los individuos que la van a realizar. Diferentes técnicas son requeridas cuando se cae en agua, pozos de espuma, bolsas de aire o los brazos de otro actor.

Colgando del Cuello. En el cine y la televisión, una “escena de riesgo colgando” es una escena de alto riesgo, pagada muy bien. En el escenario, esta escena de riesgo es aún más peligrosa, ya que debe ser hecha dentro del “flujo” de la obra, y debe funcionar cada vez. Obviamente, la persona siendo colgada debe vestir un arnés de seguridad de algún tipo, uno que va a repartir el peso por todo su cuerpo. Algunos de estos arneses se cruzan por debajo de la entrepierna y otros ponen el peso debajo de los pies. La cuerda en sí misma NUNCA debe estar atada, porque si el cable de seguridad se rompe, la cuerda debe poder caer junto con el actor – ¡de otra forma, realmente lo colgará! El dispositivo de cuelgue debe ser sostenido por un cable de avión y un clip o mosquetón, lo suficientemente fuerte para soportar el repentino tirón de peso sin romperse; y debe involucrar un cable de seguridad también, en caso de que el cable de seguridad primario se rompa. Este tipo de escena de riesgo no debería ser intentada por aquellos que no sean familiares con el sistema de suspensión. Un deslizamiento o rotura accidental de una línea(s), puede romper el cuello de un actor – ¡matándolo!

Escombros/Restos que caen. Algunas obras requieren que caigan escombros/restos sobre los actores desde arriba. La mejor forma de dejar caer cosas es usualmente una “caja de volcado” posicionada estratégicamente en el aire. Una caja de propinas es una plataforma plana donde los “restos/escombros” son colocados y que pueden ser soltados a la señal desde fuera del escenario. Usualmente está colgada con un cable y tiene dos puntos estacionarios y dos puntos “deslizantes”. A la señal los puntos deslizantes permitirán que la caja vuelque su contenido en un punto pre-acordado.

Unos escombros/restos apropiados podrían incluir *fuller's earth (arcilla)*, tierra de macetas, polvo de bebé, diarios triturados, confeti, formas de gomaespuma (rocas, madera), *Styrofoam*®, o cualquier otro material liviano. Objetos más grandes, como “vigas”, nunca deberían soltarse y permitir que caigan libremente y reboten, sino que siempre deberían estar

aseguradas en uno de los extremos. De esta forma, el extremo que cae, caerá a algunas pulgadas (centímetros) de su “marca”.

Los actores que deben parecer ser golpeados por escombros/restos que caen deberían tener cuidado de permanecer a foro de la caja de volcado y debería tener cuidado de no mirar hacia arriba ya que le podría entrar material en los ojos.

Trucos con Fuego. Las quemaduras con fuego o “trucos”, son las escenas de riesgo más peligrosas de todas. Los actores que hacen dinero haciendo este tipo de escena de riesgo son individuos altamente entrenados. ¡Nadie debería intentar este tipo de escena de riesgo en el escenario si no está completamente familiarizado con los materiales de seguridad usados y las precauciones necesarias!

Consejo: Escenificar explosiones, hacer volar a actores, las caídas de altura, colgar actores por el cuello y los trucos con fuego no deberían ser intentados por escuelas o teatro sin personal correctamente entrenado e instalaciones adecuadas.

Guantes. Tener protección en las manos podría haber sido sentido común para un combatiente de época empuñando una espada. Desafortunadamente, los presupuestos de los teatros frecuentemente omiten la compra de guantes para las manos de los actores. ¡Los guantes son el equipo de seguridad vital de primera línea y no deberían ser ignorados!

Durante el estrés de una función o ensayo, el nerviosismo y esfuerzo físico de un actor provoca que las manos suden. Las palmas sudadas son resbalosas. Muchas espadas se han resbalado o han sido accidentalmente arrancadas del agarre sudoroso de un actor. Los guantes de cuero ayudan a absorber el sudor y crear un agarre “pegajoso” en el mango de la espada, particularmente en las empuñadoras de metal liso.

Mientras que una pelea de espadas bien coreografiada jamás debería lastimar a los actores (!), sí sucede que el punto errante o borde entra en contacto con la mano o muñeca de un actor. Un guante de cuero lo protegerá de estos cortes y abrasiones accidentales. Cuando la

coreografía requiere que un actor agarre su espada propia o la de un compañero, en un movimiento para desarmar, la mano debe estar enguantada no sólo para proteger al actor, sino para preservar la ilusión de que el arma está afilada. *¡Siempre usa guantes en peleas de espadas!*

Haciendo el Casting de los Actores que Deben Combatir

Contratar a un actor entrenado para un rol de combate es un paso de seguridad muy importante que un director puede tomar. En el teatro, usualmente esto es pasado por alto. Se entiende que las películas que hacen un casting para un luchador bien entrenado (o doble de acción) que se opone a una “estrella” logra una mejor producción y una pelea más emocionante y segura.

¡Los directores y directores de casting siempre van a buscar buenas habilidades interpretativas primero al hacer el casting para los roles principales y quizás olviden que deben realizar una o dos escenas de combate! Muchos actores están añadiendo combate escénico a sus “habilidades especiales” para incrementar las posibilidades de éxito al audicionar para un rol. La seguridad general de la producción se eleva considerablemente cuando los roles primarios y de apoyo o extras son elegidos de talentos entrenados.

No puedo subrayar lo suficiente la necesidad de tener luchadores escénicos entrenados en roles como Teobaldo (17 diálogos, 3 peleas), De Valverte, el Joven Seward y otros roles en los que las líneas son mínimas y las habilidades de combate son requeridas en el texto. Esto no es para quitarle la importancia al entrenamiento en los roles protagónicos. Cuando el tiempo de ensayo es corto, los luchadores entrenados no sólo aumentan el margen de seguridad, sino que también aumentan inconmensurablemente la emoción en la experiencia del público.

También es muy importante para los actores saber que luego de hacer un casting para una obra, una película o un comercial, y llegar al set, quizás les pidan realizar combates de los

que no estaban al tanto. Quizás les piden realizar combates o incluso escenas de riesgo para las cuales no se sienten calificados o están completamente asustados. ¡Siempre recuerda que los actores tienen derecho a decir *No!* Su gremio siempre los apoyará. Los actores que no estén en el gremio deberán tener las agallas para defenderse a sí mismos.

Tiempo de Ensayo

Pregunta: ¿Cuál es el problema de seguridad en *cada* producción de *Hamlet*?

¿La respuesta? ¡No tener suficiente tiempo de ensayo para el actor que interpreta a Hamlet! ¡Siempre puedes tener tiempo de ensayo con Laertes, pero Hamlet está muy ocupado! Esto ilustra un problema común con las producciones de “combate”, y básicamente se reduce al dinero. El tiempo de ensayo cuesta dinero. El tiempo en el hospital también cuesta dinero. Es un trato difícil para los productores.

Mi colega Drew Fracher usa esta máxima: “Para cada 5 segundos de combate, un mínimo de una hora de ensayo”. Por lo tanto, una pelea de 90 segundos debería tener un *mínimo* de dieciocho horas de ensayo. Esto no significa nueve horas por días los últimos dos días antes del estreno. El proceso debería estar repartido, comenzando idealmente cerca de la primera semana de ensayo, para tener la coreografía terminada disponible para ensayar muchas veces en el contexto de las pasadas generales. Esto permite que los actores encuentren su ritmo dentro de la obra. Es físicamente complicado realizar cinco actos de Shakespeare y luego tener un largo combate de espada ancha con armadura completa en tres niveles distintos del set. Es incluso más complicado si el combate está poco ensayado, nunca se ha hecho a velocidad completa, o nunca se ha pasado todo de una sola vez sin detenerse. Se DEBE tomar tiempo y DEBE estar planificado por el equipo de producción.

No hace falta decir que un directo de combate calificado debería ser contratado antes de la primera semana de ensayos (*antes* de eso, si es posible).

Seguridad al Final

Cada espectáculo que tiene una escena de combate, sea ésta un duelo de espadas extenso, un empujoncito o una gran batalla, se puede beneficiar de aplicar los principios de seguridad de alguna de las secciones de arriba. La iluminación, el vestuario, el tiempo de ensayo y la preparación del piso del escenario son universales a todas las piezas teatrales. Antes de leer para adquirir conocimiento más específico, asegúrate de que tu producción esté a la altura de estos parámetros de seguridad comunes.

Recuerda:

¡LA SEGURIDAD PRIMERO, LA SEGURIDAD POR ÚLTIMO, LA SEGURIDAD SIEMPRE!

Escenificando un combate

Imaginando una pelea

Imaginemos que te piden escenificar un combate para una obra y quieres saber por dónde empezar. Mi consejo es que te detengas antes de sólo comenzar a armar la coreografía armado hasta los dientes y que imagines cómo se verá desde el inicio, todo el trayecto hasta el final. Aquí hay algunas preguntas que te debes responder a ti mismo:

- ¿Qué están intentando lograr los personajes?
- ¿Qué historia se está contando?
- ¿Por qué el libreto elegido utiliza combate en este punto?
- ¿Cómo puedo aportar a la historia y a la interpretación del personaje del actor?
- ¿Qué sugiere el período histórico y el estilo del espectáculo?
- ¿Cómo encaja el combate dentro del diseño escénico de la obra?
- ¿Qué tan experimentados son mis actores?

Presumiendo que la SEGURIDAD está por sobre todas tus decisiones coreográficas, las respuestas a las preguntas de arriba deberían sugerirte una dirección para tu combate, y esa dirección está atada directamente al texto y a los personajes de la obra. La coreografía de combate creada sin una sensibilidad con el lugar, el tiempo y los personajes es sólo movimiento aleatorio. Toma tus ideas del texto y de las habilidades de los actores. Escucha la forma en que hablan, y míralos moverse por el set. ¿La proporción de altura, edad o peso te sugieren algún tipo de movimiento específico? ¿Cómo se controlaría cada personaje y cómo reaccionaría en un momento de confrontación física?

La coreografía de combate debe estar basada en la realidad. Esto significa decir, que las técnicas que esperas que los actores aprenden no sólo se deben adecuar a sus cuerpos, y ser naturales para ellos, sino que también tienen que estar basado en técnicas de combate “reales”, sean estas contemporáneas o de una época particular. Un error común es coreografiar para ti y pretender que los actores puedan copiar tu estilo personal. Lo que es fácil para una persona puede ser imposible para otra. Ten una aproximación realista a las capacidades físicas de tus actores y al tiempo de ensayo que vas a tener. No es suficiente que *tú* puedas hacer la coreografía, los actores tienen que poder. Maximiza *su* talento.

La coreografía de combate debe reflejar, también, el concepto de la obra. Si este consejo no es tomado en cuenta, la pelea puede no “encajar” en la producción general y puede verse “forzada”.

Cualquier escena de combate debe verse orgánica con el resto de la producción. También debe refleja la sociedad humana como un todo. La mayoría de los dramaturgos no escriben escenas de combate por los efectos de la sangre y las tripas, sino para profundizar en la trama y hablar sobre la condición humana. ¿Cómo afecta la violencia a los personajes en el combate? ¿Cómo afecta a los observadores o a los padres o a los hijos de los personajes combatiendo? Terror, pathos, shock, devastación, pérdida de un ser querido –todas estas emociones entran en juego en una escena de confrontación que estalla en violencia física.

Cuando estás tratando de imaginar una pelea sobre el escenario, intenta tener en mente *todos* los personajes que van a estar en el escenario a la vez. No te olvides de los no combatientes, los observadores que van a estar llenando espacio. No sólo pueden ser usados para encuadrar la pelea, pero, si los olvidas, quizás se metan en el camino de los combatientes y salgan lastimados. Ten en mente todos los elementos escénicos y de utilería también. Muchas veces he perdido tiempo precioso rediseñando una pelea cuando un sofá, pared o árbol hizo su aparición repentina, cuando creí que tenía un escenario vacío. En lo que respecta a la utilería, que nunca te atrapen sin saber *exactamente* qué elementos de utilería van a ser usados en la escena de combate. No cuentes con que la utilería o el mobiliario sean seguros para el combate al menos que lo hayas chequeado personalmente de antemano. Mantén en mente las piezas de vestuario también, ya que un casco de sorpresa, o tacones altos, pueden cambiar radicalmente la forma en que un actor se mueve. Haz tu tarea en casa sobre estos elementos de la producción mucho antes del primer ensayo de combate.

Una vez que la historia sea clara y la logística del set, vestuarios, utilería, luces y efectos especiales estén disponibles para ti, siéntate e imagina como se va vería la pelea bajo las mejores condiciones. Deja que tu imaginación vuele libre. Busca puntos dramáticos altos y unas cuantas sorpresas para el público. Usa el set completo. Deja que la idea de la pelea fluya libremente en tu mente antes de anotarla en el papel. Empieza desde el comienzo del combate y dirige a tus personajes hasta el final, luego toma los puntos altos que funcionaron mejor, mantenlos, y empieza de nuevo añadiendo más y más detalles. De esta forma, eres libre de detenerte y comenzar, cometer errores y seguir, sin poner en peligro a los actores.

Cuando estés satisfecho con tu combate imaginario, empieza a ponerlo de pie (con el cuerpo) o en el papel. Esto va a darte un inicio sólido cuando vayas a la sala de ensayo, donde los actores están esperando para empezar a aprender la coreografía.

Investigación de Coreografía de Combate

Todos los directores de combate tienen diferentes formas de aproximarse a sus combates. Estas aproximaciones van a diferir dependiendo del tamaño y envergadura de un combate, así como de la familiaridad con el material. Ciertamente, estar familiarizado con el libreto es vital. ¡Si no sabes lo que se supone que debería pasar, entonces tu coreografía no va a poder reflejarlo! ¡Lee la obra! ¡Lee la obra completa! Esto va a ayudarte a involucrarte con el período y a entender a los personajes y es vital para tu investigación.

Una vez que las circunstancias de “*Quién pelea*”, “*Por qué pelea*”, “*Dónde pelea*” y “*Con que pelea*” estén respondidas, muchos directores de combate investigaran el periodo histórico. Responder la pregunta de “*Cuando pelea*” puede sugerir opciones de movimiento para la pelea.

Hay muchos libros llenos de ilustraciones de gente combatiendo. Cada biblioteca tiene una colección de libros sobre armas, equipamiento militar, guerra, esgrima y boxeo. Cada periodo en la historia y cada grupo étnico tener un estilo específico de combate. La investigación puede ofrecer opciones para armas interesantes, vestuarios y patrones de movimiento.

Las películas son otra gran herramienta de investigación. Basta con decir que es muy fácil ver una película y que ofrecen una idea visual de cómo se visten, hablan y pelean los personajes.

Sin embargo, no limites tu investigación a temas marciales. Yo intento leer libros de pintura, arquitectura, modales sociales y costumbres de un periodo histórico. Escucha música compuesta en ese periodo. Y por cualquier medio posible, si el tema de la obra es un asunto histórico bien conocido, investiga material relacionado con el mismo.

Como un director de combate *debes* tener un conocimiento práctico sobre cómo pelea la gente. Las peleas contemporáneas pueden ser investigadas en diarios, revistas, videos de películas, reportes televisivos o en ut propia experiencia personal. Investigar combates

históricos, batallas, y duelos no solo te dará pistas sobre el tejido social de la época, sino que también te dará un respeto sano por el conjunto formal de reglas que gobernaban el combate.

Es importante que te familiarices con estas reglas, porque si quieres tener éxito escenificando un combate de espadas histórico, debes entender la naturaleza de estos encuentros tanto como lo hace el dramaturgo. Para este fin, vamos a ver brevemente dos estilos de duelos: (1) el juicio por combate de la época medieval y (2) el duelo privado de épocas posteriores (el Renacimiento a través de los periodos de Restauración en Europa).

El Juicio Por Combate

- Un juicio por combate era una lucha arreglada entre dos o más antagonistas que fue conocida desde la Edad Media hasta el Renacimiento. Era substancialmente diferente a una pelea callejera, o una riña, en que era luchada “a sangre fría” en oposición a los encuentros a sangre caliente que podrían ser luchados en una taberna publica o en un camino desierto.
- En tiempos antiguos, volviéndonos hasta el siglo trece, el juicio por combate era arreglado entre caballero (el común del pueblo no tenía permitido participar en duelos) para resolver cuestiones de honor o para decidir sobre problemas legales que la corte y los reyes no iban a resolver.
- Estos eventos eran ocasiones públicas de gran ceremonia y usualmente eran luchadas hasta la muerte. Se pensaba que “el poder hace lo correcto” y que Dios descendería y favorecería la parte con un reclamo valido, por tanto, castigando a la parte equivocada.
- El juicio por combate era un tema muy serio para ambas partes, ya que el perdedor no solo podía perder su vida sino ser arrebatado de su título y tierras y su familia podía ser asesinada o echada a la calle sin nada.

- Un juicio por combate no debe confundirse con los populares torneos de justas de la época. Estas exhibiciones demostraciones principalmente de proeza no eran duelos sino demostraciones atléticas de monta y habilidades marciales.
- Era luchado en un “campo cerrado” cuidadosamente dispuesto previamente.
Detalles como la fecha, momento del día y especialmente las armas usadas debían ser aceptados por ambas partes.
- Un juicio por combate típico empezaba con un desfile ceremonial de los combatientes y sus lacayos. Había pabellones coloridos para que cada parte descansara y se armara. Había banderas, música y un heraldo que leería a la multitud la razón del combate. El pueblo común se juntaba a observar el suceso. Había vendedores de comida, vendedores de baratijas y músicos errantes.
- Antes de comenzar el heraldo llamaría a ambas partes para jurar que su causa era justa y verdadera y que aceptaban la “decisión” del combate, así como jurar que ninguna usaría brujerías o magia negra. Los escuderos vestirían a los combatientes y empezaría el combate.
- “Los combatientes podrían pelear a caballo, a pie, o ambos. Si era a caballo seguro estaban armados con lanzas y espadas. Deberían usar armadura similar y tendrían a su disposición muchas armas terrestres como: espada a dos manos, espada a una mano, daga grande, hacha, alabarda, maza, cadena y bola, escudo, pico de combate y hacha de pico.
- Todo esto era provisto, haciendo del juicio por combate un asunto costoso con factores como los costos de la comida, los pabellones, caballos, armaduras, vestidos de los lacayos y regalos para que la Iglesia rezara por la intercesión.

- Un ejemplo de juicio por combate lo da Shakespeare en la obra Ricardo II, acto 1, escena 3 entre los personajes de Mowbray y Bolingbroke que entraron en las listas para resolver sus diferencias ante el rey.

El Duelo Privado

- La costumbre de retar a alguien a un duelo para resolver diferencias privadas era común en las épocas del Renacimiento y la Restauración en Europa. Armas civiles y militares eran vestidas comúnmente en pueblos, ciudades y cortes de Europa. El honor de un gentilhomme, el valor e incluso su política podría ser desafiado en cualquier momento por cualquier persona (de rango social equivalente) y organizarse un duelo. Los duelos, por supuesto, eran desaprobados por la corte y el clero y el costo de ser atrapado a menudo era la prisión o incluso ser colgado.
- Muchas reglas gobernaban el “arte” del duelo. Estas eran llamadas *code duellos*, impresos en varios lenguajes y leídos por la mayoría de la juventud de la época. Estas reglas eran pertinentes a los procedimientos correctos para tener un duelo y detallaban cuando uno debería tener un duelo, cómo organizarlo y como reconciliar a los duelistas. Era importante que los “principales” del duelo, o los combatientes fueran quitados de la organización de los detalles del combate y prevenidos de verse cara a cara antes del evento. Estas organizaciones caían en sus “segundos”, sus familiares o parientes que debían intentar resolver la disputa. Si era claro que la reconciliación era inobtenible, los segundos estarían en cargo del duelo en sí mismo.
- ¿Cuáles eran las razones para tener un duelo? Además de un poco de machismo y fanfarronería, los duelos eran peleados por muchas razones: mentir, hacer trampa en las cartas, traición, insultar a una persona o su honor o algún logro político o

social. La primera causa de un duelo –un insulto imperdonable- era un golpe físico. La segunda era una mentira, una provocación verbal de algún tipo o un insulto. En el Renacimiento insultar a alguien llamando “chico”, “villano”, “trasero” u otros nombres menos correctos era razón suficiente para combatir. Mentir sobre alguien – o peor, mentir sobre, o difamar a una mujer era el equivalente a tirar un guantelete en tiempos medievales. Una mentira directa era una invitación directa a cruzar espadas.

- Los duelos tenían pasos claros que ambos combatientes y segundos supuestamente debían seguir en el desarrollo del encuentro. Sin duda estas reglas eran abusadas y rotas, pero seguían siendo guías a seguir. Vamos a verlas, no obstante, ya que pueden adentrarnos en la mente de los duelistas de otro tiempo y nos pueden ayudar a visualizar un duelo en el escenario.

Paso 1: El Insulto.

- Claramente un golpe, una palabra o un insulto a uno mismo o a alguien cercano de sangre o de afecto. Un desafío podía ser hecho de inmediato. La parte ofendida dejaría los detalles a sus segundos. También era el trabajo de los segundos prevenir que los principales tuvieran encuentro “a sangre caliente” y que hicieran las paces. Una cortesía acerada era vital para estos procedimientos.

Paso 2: La Carta.

- Era requerido que los segundos fueran de igual “rango” que los de la parte ofendida y de igual rango a los segundos del “desafiante”. Usualmente había un segundo en jefe (alguien que conocía las cuestiones de un duelo) y un segundo más joven.

- Un desafío escrito formal, llamado un “*billet*” o “*cartel*” sería escrito a menudo. Esta carta podía ser enviada por los segundos del desafiante a los segundos de la parte desafiada.

Paso 3: El Intento de Reconciliación.

- Era requerido que los segundos intentaran reconciliar a las partes antes de que el duelo tuviera lugar. Estas negociaciones podían tener lugar inmediatamente o podían ser prolongadas por varios días.

Paso 4: Las Reglas Básicas.

- Se le daba la elección de las armas, el terreno y el horario del duelo a la parte desafiada. Usualmente, un lugar y hora elegidos para evitar ser vistos por transeúntes o soldados que pudieran detener el duelo y arrestar a los combatientes. Las armas eran elegidas y examinadas con antelación por los segundos para asegurarse que eran de igual peso, fuerza y largo.
- En el caso de armas de fuego eran probadas para asegurarse de que ambas partes tuvieran las mismas posibilidades.

Paso 5: El Duelo

- Al llegar al terreno de duelo, los segundos se encontraban e intentaba una última reconciliación. Usualmente el duelo acababa ahí, con los combatientes pensando mejor sobre arriesgar sus vidas
- Si se negaba, el duelo seguía adelante. Doctores, como el clero, podían estar presentes. Un juez podía ser elegido para supervisar los procedimientos.
- Si armas de fuego eran elegidas eran cargadas segundos antes a vistas del otro.

- Los combatientes se preparaban para el duelo, usualmente sacándose sacos y vistiendo remeras ligeras y guantes. Tomaban posiciones. A la señal del juez o del segundo en jefe, comenzaba el duelo.

Paso 6: El Combate.

- Las anécdotas sobre duelos reales varían tremendamente en sus detalles.
- Mientras algunos *code duellos* determinaban que “la primera sangre” debía detener el duelo y que se debía pedir a los combatientes que se reconciliaran, en la realidad muchos duelos continuaban hasta estar “muy ensangrentados” y no poder defenderse a sí mismos. Las heridas podían ser vendadas con tela, empapadas con bebidas espirituosas y el combate permitido de continuar.
- La imaginación no puede recrear adecuadamente los detalles de un duelo real con espadas.
- Este breve vistazo al duelo histórico es solo la punta de iceberg de la investigación. Antes de comenzar a escenificar un duelo o cualquier tipo de combate, pasa tiempo en la biblioteca estudiando estilos de combate con lo que no estés familiarizado. Es el trabajo de toda una vida para un director de combate el familiarizarse con *todos* los estilos de violencia de *todos* los periodos en la historia y de *todas* las culturas. Sin embargo, incluso unas pocas horas de trabajo podrían inspirar imágenes visuales y detalles que van a alimentar tu coreografía y ayudar a contar la historia de la obra.

Investigando Ilustraciones de Época

- Puedes buscar ilustraciones de técnicas y combates, pero te debo advertir que a menudo estas técnicas están desarrolladas específicamente para infligir una herida

- en el oponente. Solo una modificación cuidadosa puede adaptar estas técnicas y hacerlas seguras para el escenario.
- El renacimiento trajo una gran cantidad de libros de esgrima y manuales escritos por maestros del día. Achille Marozzo fue un maestro importante del Renacimiento Italiano
 - Salvator Fabris fue maestro de armas con amplio recorrido y su libro *Szienz e pratica d'arme (1606)* claramente muestra que el arma de elección era un estoque de hoja muy fina. Esta era una era en que la daga acompañaba el estoque tan frecuentemente de lo que no lo hacía.
 - La capa era un artículo de vestimenta que muchos gentilhombres usaban y que podía, de ser necesario, volverse un instrumento de ofensa o defensa si uno era atacado repentinamente.
 - A pesar de que muchas de las ilustraciones nunca podrían ser recreadas en el escenario, el valor de estos dibujos muestra la muerte repentina de cualquiera de los combatientes durante una pelea de espadas. Los actores deben entender que cuando interpretan una escena dramática que involucra un combate, la muerte segura y repentina podría esperar en cualquier momento. Los personajes de la obra lo entenderían. Los actores a menudo se pierden en la técnica del combate más que en su horripilante final potencial.
 - Para el período tardío de la Restauración, maestros como Domenico Angelo (Malevolti) habían adquirido gran renombre en Inglaterra. Las armas habían cambiado significativamente a *smallwords (o espadas chicas)*. Las vestiduras de los hombres también habían evolucionado, como se ve en el libro de Angelo: *The school of Fencing*.

- Las imágenes como las de estos libros no pueden evitar influenciar las coreografías de combate con espadas. Usa tu investigación para alimentar tu imaginación y siempre crearas imágenes escénicas más visuales. Recuerda, sin embargo, que las ilustraciones en estos libros están destinadas a representar el arte de herir y matar a tu oponente. En el escenario el director de combate *debe* adaptar estas técnicas para asegurar la integridad de los actores. Intentar escenificar un corte completo de cuerpo sosteniendo una espada ancha, atacar a la cabeza y a la cara con la punta de una espada o hacer tropezar a alguien mientras simultáneamente le damos un golpe con el pomo al cuello, es irresponsable y peligroso.
- Usa la investigación de tus imágenes e ilustraciones como un punto de partida para descubrir posiciones individuales e interesantes, detalles de las armas y contrastes visuales. Esto no sólo funciona para obras con combates de espadas históricos, sino para situaciones de combates de todos los periodos de la historia y de todas las culturas. Hay una gran riqueza de investigación fotográfica a partir del comienzo de este siglo. Cada guerra y conflicto civil ha sido documentado por fotógrafos famosos.
- Cuando te estás aproximando a un nuevo proyecto, nunca asumas que sabes todo lo que hay que saber sobre él. ¡Desafiate! ¡Busca en profundidad en los libros de investigación de tu biblioteca local y te verás sorprendido con la diferencia en tu coreografía!
- Ahora inspirado por tu investigación y confiado con el concepto de producción del director, armado con algunos conocimientos sobre el duelo, es tiempo de escribir tu historia de combate –una que al final tomará vida sobre el escenario.

La Historia del Combate y Cómo Usar el Texto

- El director de combate debe decidir cómo los elementos de agresión del personaje, las técnicas de combate, y el estilo histórico se van a mezclar en una escena de combate. ¿Qué historia (dentro de la historia del dramaturgo) vas a contar? La frase famosa de dirección de Shakespeare: “Ellos pelean” deja mucho al azar. Sugiero que escribas una historia de combate que detalle tus ideas acerca de cómo deseas que la historia de combate sea. Debe ser útil para la obra y ser aprobada por el director y los actores principales (¡quienes quizás quieran dar una mano escribiéndola!) Te va a dar un salto al combate y al esqueleto sobre el cual colgar la coreografía.
- La Historia de combate debería involucrar el movimiento de los personajes dentro del set y mostrar detalles claros sobre algunos puntos de la actuación o detallar una frase de la pelea.
- Es vital que identifiques y aclares tu propia historia del combate y es igualmente importante no pasar por alto las pistas dadas por el dramaturgo dentro del texto de la obra. Muchas obras famosas ya tienen escritas en ellas una historia de combate clara, que sólo necesita de tu imaginación para darles cuerpo.
- El combate debe, si quiere tener éxito teatralmente, seguir las pistas textuales cuidadosamente creadas por el autor. A pesar de que el concepto de dirección de una obra pueda cambiar el periodo histórico o local, es vital que captures los elementos esenciales de un combate escritos por el autor en el texto.
- Las pistas textuales son la base de tu historia de combate. Una vez que estés familiarizado con el texto, empieza a añadir ideas de tu investigación historia, un poco de estrategia y lógica de combate y tendrás la base de tu historia de combate. No olvides tomar en cuenta los elementos de la escenografía, luces, el movimiento

de las multitudes, algunos puntos internos altos y quizás un escape por un margen estrecho. Entonces, no solo tu coreografía tendrá un comienzo, desarrollo y final lógicos, sino que será más fácil para ti escenificarla ya que tendrá objetivos claros y puntos de altos de tensión que lograr en el combate.

- Ahora estás listo para empezar a concebir las frases individuales de tu escena de combate. Para ayudarte en este paso, hay algunas técnicas ya intentadas y reales que muchos directores profesionales usan diariamente.

Técnicas de Coreografía de Combate

Una vez que la historia del combate está escrita, los elementos históricos han sido elegidos y la escenografía, vestuarios y utilería están listos, puedes empezar a ponerle el cuerpo al combate en sí mismo. Debajo hay cuatro técnicas para armar un combate que son usadas por los directos de combate más destacados.

1. La Técnica de la “Instantánea” (o de la foto) o del “Punto Alto a Punto Alto”.

Esta técnica es muy útil ya que no te mete en el laberinto de la técnica desde el principio. Es un proceso simple. Mediante el uso de ilustraciones de la época, tu imaginación, o una combinación de ambos, elige “poses” dramáticas que van a comenzar y terminar cada compás de actuación dentro de tu combate. Divide tu combate en frases y propone una serie de “instantáneas” o “puntos altos” que (a) aprovechen el set, (b) cuente la historia (de quien está ganando o perdiendo), y (c) muestre las fuerzas físicas de tus actores.

¡Cuando estés satisfecho con estas poses –y deberían ser tan visualmente interesantes como sea posible- sólo queda coreografiar los movimientos “de en medio” (es decir las transiciones) para ir de una pose a la otra! Esta técnica a menudo es más simple para los

coreógrafos que están comenzando que sentarse en frente de una hoja de papel en blanco y coreografiar desde el movimiento uno.

2. La Técnica del “Hombre Pequeño”.

Para los coreógrafos que tienen problemas manteniendo todos los elementos del set, los personajes, mobiliario y utilería en sus cabezas cuando coreografían, la técnica del “Hombre Pequeño” puede ser de gran ayuda. Ésta consiste en usar algún tipo de representación física de cada personaje, del set, del mobiliario mientras coreografías para no perder el rastro de nada ni nadie.

Ayuda tener un plano del set del diseñador; pero si no está disponible, una maqueta es fácil de crear en papel o incluso en el piso. Los actores pueden ser representados por soldaditos de juguetes, botellas de cerveza o pedacitos de papel con nombres escritos en ellos. El mobiliario puede ser creado usando bloques de madera, muebles de muñecas o cualquier cosa que esté a la mano.

Con estas herramientas, el combate puede ser abarcado casi tridimensionalmente, manteniendo constantemente el rastro de cada personaje en el escenario, así como de los extras y la utilería. Mientras esta es una muy buena técnica para batallas masivas, también puede ser usada para combates entre dos personas.

Ocasionalmente, las dos técnicas de “el punto alto” y “el hombre pequeño” pueden ser combinadas para ayudar a visualizar el combate.

3. La Técnica del “Cuerpo Vivo”.

Muchos coreógrafos prefieren trabajar con su cuerpo –y no quieren o no pueden trabajar en papel. Estos directores de combate van a tomarse el tiempo de trabajar – a través del *contact improvisation* (o improvisación de contacto) o mediante la prueba y error- de los

movimientos individuales de una pelea. A menudo usaran un asistente o estudiante avanzado para trabajar sus movimientos antes de hacer que los actores los hagan. Sin embargo, a veces podrían elegir trabajar la pelea directamente con los actores.

Esto puede tener la ventaja del aporte de los actores en el lugar, y evoluciona a una especie de coreografía comunitaria que puede funcionar muy bien. Mucho va a depender del entrenamiento de los actores y del tipo de colaboradores que sean.

La mejor situación es cuando el director de combate tiene tanto de la coreografía como le es posible en su cabeza y la historia del combate esbozada, para que haya una forma para la pelea. De otra manera, el proceso puede ser una pérdida de tiempo, ya que la falta de tiempo de ensayo es uno de los enemigos de una buena pelea.

El uso de esta técnica asegura que el director de combate esté sensible a las necesidades de los actores y abierto a sus comentarios y sugerencias. Cada escena de combate es, después de todo, una colaboración en cierto punto, ya que debe “adecuarse” a la actuación. Pero mantén la experimentación en el mínimo, al menos que tengas una enorme cantidad de tiempo de ensayo.

4. La Técnica de “Todo en tu Cabeza”.

Algunos coreógrafos experimentados son capaces de sentarse con toda la información de la investigación, toda la información de los personajes y del texto, las decisiones tomadas sobre las armas, vestuarios, concepto, set, iluminación y efectos y coreografiar el combate en papel.

Esto es muy difícil de hacer, pero puede funcionar. Es importante están tan preparado como sea posible antes de intentar esto, ya que los vacíos en tu preparación se verán en la coreografía.

La coreografía en esta forma es cuidadosamente anotada y trabajada a través de la perspectiva de cada personaje, dejando nada a la imaginación y tomando todos los elementos escénicos en consideración. La coreografía escrita luego es usada como una base de enseñanza una vez que te pones a trabajar con los actores.

Algunos coreógrafos son capaces de usar esta técnica y lograr un combate que es muy cercano a ser ejecutado exactamente como fue escrito. Otros coreógrafos van a terminar con un borrador de su combate. De cualquier manera, será un punto de partida para el ensayo de combate. Es importante ser extremadamente familiar con los estilos de combate que quieres usar antes de intentar esto. Los coreógrafos que están comenzando quizás tengan más éxitos con las técnicas del “Cuerpo Vivo” o del “Hombre Pequeño”.

Todas estas técnicas son útiles en el planeamiento de tu combate y tu tiempo de ensayo, pero nunca olvides que estas imponiendo tus ideas a actores *vivos*, que tienen sus propias ideas, fallas, defectos y egos. Sé flexible, se observador de las capacidades de tus actores y nunca los empujes más allá de los límites de la seguridad.

La Línea del Tiempo del Director

Este capítulo consiste en una lista exhaustiva (que omitiremos por su extensión) de pasos cronológicos de los deberes y responsabilidades de un director de combate a través de cada etapa del concepto montaje, desarrollo y escenificación de una (o más) escenas de combate.

Hay dos cosas importantes que deben ser mencionadas cuando hablamos de coreografiar combates. La primera y más importante es que tú, el director, debes ser familiar con *cualquier* técnica que intentes coreografiar. No tiene sentido intentar escenificar una pelea de espadas si jamás has tomado lecciones. Es peligroso disponer un combate de boxeo si no

sabes cómo tirar un puñetazo. ¡Es negligente escenificar un lanzamiento gimnástico si no sabes cómo enseñarlo!

Los actores dependen de *tu* experiencia y entrenamiento. ¡Que no se te suba a la cabeza!

Segundo, e igualmente importante, jamás deber enamorarte de tu propia coreografía en detrimento de los actores de la obra. ¡La trampa en un coreógrafo inexperto es sobre coreografiar! ¡Muchos movimientos no hacen que una pelea sea mejor! Por lo tanto, siempre intenta hacer meno o “lo justo para contar la historia”. ¡Es mucho mejor escenificar un combate corto que los actores pueden hacer con placer y energía!

Finalmente, no impongas técnicas de combate en los actores que son imposibles de realizar para ellos. Tanto si el problema es kinético o de equilibrio o de comprensión, si una técnica o frase luce incómoda para un actor, *cámbiala*. No tengas miedo de desechar una secuencia cuidadosamente diseñada en favor de una que es más orgánica para un actor en particular o que es más segura.

¡Recuerda! La seguridad siempre es *el* factor decisivo al crear un combate. Ten el coraje de *cortar*.

Ahora que hemos analizado el lado práctico de la dirección de combate, vale la pena tomarse un tiempo estudiando alguno de los aspectos más teóricos y filosóficos de la coreografía de combate escenificada. Para lograr que un combate funcione sobre el escenario, tiene que tener muchas cosas funcionando en él, de las cuales la menor no es la *lógica*.

Una lucha moderna en una estación de autobuses y un juicio por combate formalizado, ambos deben parecer lógicos, no solo para los personajes dentro del combate, sino también para el público observador. Aún más, la imagen escénica que creas con el combate no solo es importante para los actores, sino que es una dinámica añadida para el público. Finalmente, los tiempos y ritmos creados por los cuerpos y la utilería, espadas, luces y sonido darán a la pieza el aspecto acabado y no pueden ser ignorados por un director serio.

Fraseando en Combates Escenificados

- Todas las escenas de combate están construidas con pequeñas frases que juntas hacen la escena completa. Esto no sólo le permite al público seguir la acción, sino que le da al actor pequeños “bocados” de coreografía que pueden recordar y permite que la acción construya un clímax. Las frases deben ser diseñadas para coincidir con los compases de actuación del combate, determinados por la caracterización de los actores, con la ayuda del director y el director de combate.
- Como cualquier actor experimentado puede atestiguar, tres minutos de combate es un largo tiempo. La coreografía de combate *no* necesita ser larguísima para ser efectiva. El público va a responder a la actuación del combate, más que realmente a los movimientos. El público está interesado en qué están haciendo los personajes, cómo se están sintiendo y si van a tener éxito. Un combate que es una serie de “flashes”, de movimientos ejecutados a la velocidad de la luz no va a ser tan satisfactorio como un combate bien actuado en un tempo moderado. Los elementos más importantes de cualquier combate no son los puñetazos o patadas, ni tampoco los cortes y bloqueos individuales. Estos movimientos son sólo el medio a partir del cual se están expresando los personajes y el trabajo del actor es interpretar los movimientos y frases del combate.
- Se tiene que pensar *cómo* puede pelear o pelearía un personaje. Esto es vital para el éxito, y cabe sin mencionar, la seguridad del combate, sin importar el periodo o estilo.
- Si una pelea es vista como una serie de frases, entonces cada frase debe ser sólo lo suficientemente larga para hacer su trabajo (por ejemplo, mostrar la superioridad de un personaje sobre otro). Cada frase tiene que estar cuidadosamente compuestas para encajar en la pelea general. Algunas frases van a ser más largas que otras,

pero muchas más serán cortas. ¡El valor de una frase corta es que los actores pueden ACTUAR!

- Esto nos lleva a la técnica obvia, y a menudo olvidada: la PAUSA. Esta pausa es una técnica coreográfica valiosa ya que permite al público (o a la cámara) entender lo que está pasando y les permite a los actores respirar un poco y les da el lugar necesario para un poco de actuación, o quizás diálogo. Un combate corto, bien ejecutado es siempre preferible a un combate largo y complicado – y puede parecer más realista. Las peleas reales raramente duran mucho, la mayoría de la acción es llevada a cabo por los actores desde fuera de rango el uno del otro, gesticulando, haciendo posturas y amenazando.
- Además, las frases exitosas deben seguir no sólo las reglas aceptadas del combate, como están determinadas por la época de la obra, sino también por la educación, moral, edad, salud y entrenamiento previo de los personajes. Dos personajes no van a pelear, moverse y saludar de la misma manera. Cada uno tiene un diferente objetivo y visión de mundo que debe tomarse en cuenta por el director de combate.

Fraseo Lógico en la Coreografía de Combate

- Un combate completo no sólo debe ser entretenido para el público, sino que tampoco debe forzar el sentido lógico del público. Incluso los combates estilizados tienen una lógica inherente en ellos. Para funcionar como un todo, un combate o batalla debe ser construido en partes lógicas, o frases.
- El fraseo lógico debe tener varias cosas funcionando en él. Debe ser ejecutado a una velocidad aceptable para el ojo del público. Si es muy rápida, la pelea será un movimiento difuso, que no significa nada. Si es muy lenta, el público se sentirá incomodo ya que verán los trucos y la mano del coreógrafo. Los movimientos dentro

- de las frases también deben seguir una lógica y flujo natural de los cuerpos de los actores.
- Las frases deben seguir reglas lógicas de ataque y defensa –sea armado o desarmado- para cada periodo específico de la historia. Las frases deben tener un sentido visual, físico y kinético. El público debe ser capaz de entender qué está pasando y lo que se está logrando.
 - También debemos, por supuesto, tomar en cuenta la lógica cómica que romperá todas las reglas.
 - El combate también debe tener objetivos claros, que son alcanzados (o no) en una serie de pasos (frases). Los objetivos claros son interesantes para el público. Un personaje puede tener que cambiar sus acciones cuando algún obstáculo se mete en el camino a alcanzarlo. La frase que sigue a un cambio en el objetivo debe reflejar ese cambio.
 - Las frases no tienen que ser repetitivas y predecibles por el público. La ejecución de la coreografía es un arte que se esconde a sí mismo. La audiencia nunca debe percatarse de las técnicas involucradas o de las horas de ensayo que tomo crear el combate.
 - Algunos directores usan una “lista de eventos” u “hoja de ritmo” para ayudarlos a ser conscientes de cada fraseo. Una vez que los objetivo están identificados, este tipo de listas ayudan a la creación de la coreografía, estando muy asociadas con la técnica de “punto alto a punto alto”. Un ejemplo de lista de eventos de la pelea entre Macbeth y Macduff podría verse así:
 1. Macbeth y Macduff se desafían el uno al otro.
 2. Macbeth y Macduff se acechan el uno al otro.
 3. Macbeth sorprende a Macduff blandiendo una daga oculta.

4. Los combatientes comienzan un combate cuerpo a cuerpo.
5. Macduff casi pierde.
6. El combate se revierte y Macbeth es cortado.

Cada frase, a su vez también puede tener una lista de eventos, como la siguiente:

1. Desafío (1 a 3 movimientos)
 - a. Macbeth escupe y grita.
 - b. Macduff carga, pero Macbeth lo esquiva.
- Luego de realizar este trabajo, solo queda unir los eventos con coreografía interesante y segura. Usar una lista de eventos u hoja de ritmo es una forma excelente de ahorrar tiempo y planear los combates en el papel.
- Ahora veremos la coreografía de combate estrictamente desde una perspectiva del movimiento. Movimiento de personajes a lo largo del escenario, postura, imágenes animales, tiempo/ritmo interno y externo son otra capa para la violencia escénica segura.

Patrones y Ritmos/Tempo.

- El Combate escénico será por siempre una cosa en fluctuación –móvil, líquida-, nunca congelada en una página ni fijada a un lugar en el escenario.
- Es razonable que un luchador agresivo con el asesinato en sus ojos probablemente tomara la ruta más corta a su oponente –la línea recta. En la misma línea, un luchador inseguro, titubeante, pensativo, quizás nervioso, podría preferir el ángulo más oblicuo, forzándolo a un círculo. Estas observaciones elementales de los personajes son pistas para los patrones de un combate.
- Las motivaciones de los personajes y sus relaciones físicas, emocionales y psicológicas dirigen el patrón del combate y el tempo/los ritmos. El termino *patrón* se

puede entender como el patrón de movimiento en el suelo durante una escena de combate, por un lado; o el patrón o estructura de las frases de la coreografía de combate, por el otro.

- El tempo/los ritmos son la velocidad y compás de los “movimientos” individuales de un combate. Deberían ser cuidadosamente compuesto en las fases de coreografía y ensayo del combate. El tempo/ritmo de la frase debería ser preciso, como lo siguiente.

	Tempo	Ritmo
Frase 1	Lento, suave y parejo	(6 compases)
Frase 2	Rápido, liviano y fluido	(8 compases)
Frase 3	Moderado pero staccato (cortado) y de alguna forma pesado	(7 compases)
Frase 4	Empezando lento, luego rápido	(2 compases, luego 9)

- Cada frase necesita tener un tempo estricto asignado a ella. Esto no solo es vital para la interpretación de la coreografía, sino que también es una herramienta de ensayo importante. Los actores aprenderán la pelea más rápidamente con un tempo definido y ritmos claros, o compases, para las técnicas, sean estas de combates con espadas o de combate desarmado.
- *Consejo:* Prueba un ejercicio de ritmo con cada frase de tu combate. Luego de que hallas enseñado las frases, impón al azar una nueva serie de compases regulares o irregulares y lentamente ensaya de nuevo. Los ritmos irregulares (3, 5, 7, 9) crean tensión, los ritmos regulares (2, 4, 6, 8) sugieren confianza. Fíjate

si estos nuevos patrones rítmicos pueden ayudar a los actores a encontrar nuevos impulsos.

- El diseño del set y el espacio de juego también pueden dictar, restringir o sugerir varios patrones de suelo y tempos/ritmos.
- Los patrones de movimiento en combates escenificados tienden a reflejar quien está “ganado” el combate. No es siempre el héroe o el “buen tipo”. El diseño del set juega un rol, pero no es el único. Obviamente un patrón de combate que da vueltas alrededor de un personaje tiende a destacar a ese personaje. Un patrón que entrelaza el combate en una multitud dispersa el foco del personaje principal.
- *Consejo:* nunca tengas al personaje principal a foro por mucho tiempo. ¡Los actores lo odian y el público *necesita* ver las reacciones faciales para disfrutar el combate!
- Las imágenes escénicas básicas deben reflejar el flujo del combate y deben ser factores dentro del patrón del combate como un todo. Triángulos, círculos, semicírculos, así como los patrones de entrada y salida de los luchadores, son tan importantes para la historia como las técnicas individuales de combate que empleas.

Usando el Tempo en los Ensayos.

- El uso del tempo/ritmo en los ensayos es una técnica probada y que funciona. Comienza ensayando el combate bastante lento pero fraseado en un ritmo reconocible. Cuando los actores se vuelven más familiares con la coreografía, el tempo aumenta paulatinamente mientras el ritmo se mantiene igual. El tempo debería llegar al “tempo de ejecución” para la semana del ensayo con vestuario, para que los actores tengan una semana completa para practicar el combate al

tempo/ritmo de ejecución. Los mayores errores y heridas en los combates teatrales son debidos a los *cambios repentinos* en el tempo/ritmo.

- Un buen director de combate siempre creara un combate, uniendo las frases de combate con acciones jugables. Estas acciones podrían tomar muchas formas como las siguientes: Probar, evitar contacto, castigar, mantener posición, humillar, etc.
- Otra técnica de ensayo es explorar imágenes de animales para ayudar a los actores a crear el movimiento de los personajes, lo que va a generar cambios en el tempo o los ritmos dentro de un combate. Estas técnicas habilitar al actor para combatir en una forma sutilmente diferente, casi subliminalmente para el público. Ejemplos de esto serian: combatir como un oso, serpiente, gacela, tigre, rata, demonio de Tasmania, etc.

La Música de las Espadas

En combates teatrales con espadas, usualmente escuchamos la frase “música de las espadas” que se refiere al patrón rítmico de los cortes, bloqueos, trabajo de pies e intercambios vocales de los actores. Estos sonidos no solo son importantes para el público, sino también para los personajes porque crean un ritmo repetible dentro del combate.

Los directores de combate a menudo cambian o añaden el sonido del metal al sonido de los golpes o cortes. Los directores de combate varían los cortes y bloqueos en una pelea con espadas con puñetazos, cortes fallidos que impactan en el set o en el piso, gritos, lloriqueos y risas que puntúan un movimiento –todo esto ayudar al público a concentrar su atención por una fracción de segundo. Estas técnicas le dan al combate su propia cualidad auditiva y rompen los patrones rítmicos que hacen el sonido del combate repetitivo. Aquí hay algunas ideas que a menudo son usadas para crear efectos rítmicos de sonido.

Bloqueo rápido	(Ritmo)
Bloqueos de golpe	(Golpes percutivos)
Enlaces, envolvimientos, deslizamientos.	(Deslizamientos, choques)
Atrapamientos de la hoja	(Shocks)
Pisotones	(Sonido percutivo, puntuación)
Reacciones de la multitud	(Soporte vocal para los puntos altos)
Golpes a escudos metálicos	(Notas percutivas agudas)
Golpes a escudos de madera	(Notas percutivas graves)
Pasos de corrida	(Sonido creciente o decreciente)

No te niegues a usar utilería encontrada para hacer música interesante. La utilería encontrada usada como armas, lanzadas o soltadas, dan una dinámica interesante a la música del combate. Las armas encontradas pueden incluir: un atizador de metal, madera, vidrio de azúcar, campanas, vasijas, ropa de lavandería, pan, vegetales, mimbre, piezas del mobiliario.

Un buen director de combate no solo mirara los patrones, el tempo/ritmos y escuchara a la música del combate, sino que también crear el combate alrededor de las acciones motivacionales del personaje, que se construyen hacia un objetivo o conclusión reconocible.

A pesar de que amo escuchar el chocar de las espadas, casi la mitad de mi trabajo profesional es escenificar violencia para dramas contemporáneos. Mientras muchas de las cosas que ya hemos cubierto aplican, la violencia contemporánea demanda una aproximación diferente.

Violencia Contemporánea

- ¿De qué forma es diferente escenificar escenas de combate para obras modernas que trabajar en obras de época? Por un lado, la naturaleza de la violencia en los

- dramas de época es diferente. Las peleas personales en los dramas de época son, la gran parte, organizados y formalizados. Los combatientes saben cómo encontrarse y pelear en un lugar público enfrente de testigos. Combaten dentro de un conjunto formalizado de reglas.
- Los personajes modernos usualmente no tienen entrenamiento formal en combate, con la excepción de los personajes tales como el personal de policía, miembros de los militares y artistas marciales. Sin embargo, mientras Hollywood explota estos tipos de personajes, pocas obras usan a Rambo o a James Bond en personajes principales. Hombres y mujeres comunes manipulan un autobús para que explote y no saben cómo usar una espada o boxear. Ellos pelean más orgánica, espontánea y aleatoriamente, con poca o ninguna estrategia más que su objetivo vago. Además, raramente pelea en público, sino que actúan sus historias en habitaciones, moteles, cocinas, apartamentos de mala pinta o bancos de parque solitarios. Los combates modernos sobre el escenario se asemejan más a las imágenes de un noticiero de las once.
 - ¿Alguna vez has visto una pelea real? Usualmente son cortas, violentas y desordenadas. Los combatientes posan y gritan un montón y sólo unos pocos golpes impactan. La pelea a puñetazos idealizada de Hollywood es na ficción. La idea de que alguien puede recibir varios puñetazos y patadas, como John Wayne o Clint Eastwood, y continuar peleando hasta el final es una falacia romántica. Los antagonistas enfrentándose y lanzándose una serie de puñetazos precisos simplemente no es realista.
 - El mayor problema de seguridad en los combates contemporáneos es que, por naturaleza, son ejecutados de más cerca, mucho más cerca. El contacto a menudo

- íntimo de los actores eleva la posibilidad de un accidente. ¿Por qué? El movimiento debe parecer más orgánico, natural e idiosincrático que en los combates de época.
- Es más difícil de ocultar la mano del coreógrafo cuando se conciben combates en obras contemporáneas. Los públicos modernos instintivamente saben cuándo los personajes modernos están peleando de manera irrealista. ¡Los personajes deben moverse, forcejear y combatir de la manera en que la gente ordinaria realmente lo hace! Déjame compartir contigo una técnica de ensayo que puede ayudarte a lograr un efecto realista.

Contact Improvisation (o Improvisación de contacto). La técnica de ensayo del contact improvisation es una buena forma de liberar a tus actores de los movimientos forzados y crear una escena de combate verdaderamente colaborativa. Aquí hay unas cuantas reglas para hacer esta técnica segura.

Examina la escena con el director y los actores e identifica los puntos altos (ver la sección anterior titulada “Técnicas de Coreografía de Combate”)

Crea tus puntos altos físicamente con los actores en la sala de ensayos. Es una buena idea cubrir el suelo con colchonetas y usar mobiliario y utilería seguros. Si no tienes colchonetas, protege a los actores con coderas y rodilleras y haz que usen ropa gruesa y holgada. Ensayá y fija los puntos altos varias veces.

Discutan la escena y establezcan las reglas de la improvisación. Los actores van a improvisar los movimientos entre los puntos altos, yendo al primero, luego al segundo y siguiendo así. Aquí están las *reglas*:

1. Todo movimiento tiene que ser en extrema *cámara lenta*. Las áreas sensibles o íntimas del cuerpo deberían ser evitadas.

2. No niegues los impulsos de tu compañero, síguelos. Intenta usar el set completo, incluyendo el suelo.
3. Trabaja el combate de un punto alto al siguiente. Estos deben ser identificados de antemano.
4. Analiza tu improvisación y discute qué funcionó y qué no. Haz la improvisación de nuevo y recrea las secuencias que funcionaron. Continúa explorando nuevas ideas.
5. El director de combate debe supervisar cada improvisación, deteniendo a los actores solo si la seguridad se vuelve un problema. Suprime los movimientos insatisfactorios e identifica lo que te exciten visualmente y ayuden a contar la historia.
6. Una vez que la exploración ha sido realizada muchas veces, deberías convenir en “congelar” la secuencia de combate. *Muy lentamente* incrementa la velocidad del ensayo.

La belleza de este tipo de trabajo es que los actores van a crear movimientos que sean orgánicos para *ellos*, que se sientan bien en sus cuerpos y que naturalmente van a ser más orgánicos que cualquier tipo de coreografía impuesta. El trabajo del director de combate es editar y moldear la forma del combate para lograr el mejor resultado.

Esta técnica puede ser muy efectiva. A veces es complicado trabajar con golpes (puñetazos, cachetadas, patadas) y heridas que deben ser enmascaradas para el público. Sin embargo, si estos eventos son tratados como puntos altos y escenificados antes del trabajo de improvisación, entonces son menos que un problema.

- En el caso de un combate con arma (como un cuchillo) es vital que la herida esté pre-escenificada de antemano. ¡Si se quiere profundizar en la lucha con el arma se puede hacer en cámara lenta, pero debería hacerse desarmado o con un arma de goma! Luego de que todos los problemas de seguridad sean resueltos debería ser lentamente introducido a la coreografía.

- Encuentro que los combates contemporáneos ofrecen la oportunidad para el movimiento físico extremo. Es esta fisicalidad la que emociona al público e involucra a los actores, pero que es potencialmente peligrosa. Para respaldar este tipo de acción deberías dar un área de juego segura a los actores.
- Los buenos directores de combate siempre están buscando nuevas e interesantes formas de avivar la violencia escenificada. A veces el uso de un arma o utilería no convencional puede dar un respiro de vida nueva a la escena que de otra forma podría haber sido bastante ordinaria. ¡Mira alrededor de ti, encontraras innumerables elementos con los cuales pelear!

Armas Encontradas

Las “armas encontradas” son cualquier cosa en el set que un personaje puede encontrar durante el curso de la escena, levantar y usar como un arma. Dichas armas pueden incluir cualquier cosa desde mobiliario al fregadero de una cocina. A veces nombradas como “armas de oportunidad”, éstas utilerías a menudo pueden añadir un elemento de realidad al combate que de otra forma no estaría ahí. Las armas encontradas también afectan la coreografía de maneras interesantes.

Un público moderno tiene problemas relacionándose con una pelea de espadas. Sí, son emocionantes, pero probablemente ni un miembro del público en cinco mil alguna vez ha sostenido una espada. Las armas encontradas les dan a los públicos modernos algo que pueden identificar inmediatamente

Le dan un sentido de realidad a un combate de una obra de época y son esenciales para las obras modernas. A menudo son introducidas a la coreografía de combate por el director de combate o como un “feliz accidente” durante los ensayos o las improvisaciones.

Cómo Elegir Armas Encontradas. Siempre es importante tener en mente que las armas encontradas deben satisfacer dos principios básicos:

1. Deben ser orgánicas a la acción, situación, personaje y periodo histórico.
2. ¡Deben ser construidas de forma que sean SEGURAS!

Pueden ocurrir accidentes cuando no se revisa o que la utilería sea segura por el director de combate. Si una pieza de utilería es simplemente sacada del depósito y usada en una escena de combate sin pensar en lo que debe lograr esa utilería, estas invitando al desastre.

Aquí hay algunas cosas que ver cuando compruebas utilería encontrada:

1. No debe haber *bordes filosos*.
2. El objeto debe tener integridad estructural. En otras palabras, no se debe romper bajo las exigencias que cumpla. ¡Por ejemplo, los objetos de vidrio están *fuera!*

El mobiliario sobre el que se va a combatir, especialmente las mesas que son usadas para pararse encima o para voltearlas, siempre deben estar reforzadas. Yo usualmente uso la convención de dar vuelta los muebles o de arrojarlos fuera del camino de los combatientes para añadir espacio al set: el espacio extra permite tener mayor seguridad; la mayoría de los accidentes en las obras modernas son causados por actores que accidentalmente se tropiezan o caen sobre mobiliario en sets abarrotados.

Armas Encontradas en Obras Históricas. Deja que tu exploración de utilería encontrada posible en obras de la época sea tan libre como lo sería en las modernas. ¿Qué sugieren los personajes? ¿Qué te habilita el diseño del set? Permítete libertad a tu imaginación para sugerir elementos de utilería, del set, y del mobiliario que ayuden a arraigar el combate en la realidad de su tiempo.

Permite que tus actores experimenten e improvisen con objetos encontrados y a menudo a ellos se le ocurrirán opciones mucho más interesantes de las que alguna vez pudieses haber imaginado por ti mismo.

Combates Grupales y Batallas Masivas

Antes de que podamos considerar como escenificar una batalla para teatro, es valioso tomarse algún tiempo para estudiar que constituye la experiencia de una batalla. Eisenhower, Napoleón o reyes medievales experimentaban la batalla de una manera bastante diferente a la de sus soldados. Ellos estaban retirados del combate, controlando a los hombres y a las maquinas desde una distancia segura. El hambre, la exposición, la enfermedad y el miedo eran la moneda corriente de los soldados, desde las primeras líneas de Waterloo hasta las playas de Normandía.

Nada nos puede preparar para lo que debe haber sido la experiencia de los hombres en la batalla. Intenta imaginarte en lo profundo del combate, chorreando lluvia y sudor, resbalándote en el lodo. Todo alrededor de ti es absoluto caos: flechas volando, hombres y caballos gritando. Humo de los disparos de cañón oscurecen la visión, que está restringida a sólo unos metros alrededor de ti: más aún si estas usando un casco, mirando a través de una pequeña rendija en el metal. No tendrías idea de la batalla como un todo, o de quien estaba ganando o perdiendo; sólo sabrías sobre los acontecimientos alrededor de ti. Deberías tener que cuidar tus pasos, ya que hombres y caballos heridos se desplomaban en el suelo al caer.

Tropezar y caerse significa quedar atrapado por la multitud, siendo empujado y tironeado por una masa de cuerpos, incapaz de dar la vuelta y escapar. Si tenías suerte, podías quedarte con un grupo de luchadores que podían protegerse la espalda y los lados los unos a los otros. A menudo, sin embargo, ni siquiera ibas a ser capaz de mover tu espada, ya que la presión de los cuerpos desde todos lados sería muy grande. La adrenalina que corre, harás lo mejor que puedas para mantenerte vivo.

La supervivencia personal era la realidad del momento-a-momento. El mero esfuerzo físico de combatir en cualquier batalla –sea con espadas y armadura o con rifles y bayonetas– es agotador. No podemos esperar jamás el recrear teatralmente el horror, olor y la cualidad azarosa de una batalla campal. ¡Y, aun así, ese es el trabajo de un director de combate!

Las peleas grupales o riñas, batallas, revueltas o cualquier escena de combate que involucre más de dos combatientes, tiene problemas de montaje únicos. Estas escenas deben dar la impresión de masas de ejércitos peleando, haciendo escaramuzas, cediendo y ganando terreno, dentro de los límites de un escenario. Uso la palabra *impresión* porque es imposible recrear completamente una batalla en los estrechos confines del escenario, pero es posible dar la impresión de caos, movimiento y confusión de la batalla.

Los problemas más obvios al escenificar escenas de batallas masivas son los NUMEROS, el ESPACIO y el TIEMPO. ¿Cómo puedes manipular a los actores para dar al público la experiencia satisfactoria de una batalla? El problema del espacio no es solo como llenarlo, sino como llenarlo con sonido, energía y la sensación de una batalla real. Finalmente, el tiempo de ensayo es escaso en cualquier nivel de producción, por tanto, ¿cómo puedes prepararte lo mejor posible para la escena de batalla para maximizar tu tiempo?

El director de combate debe prestar mucha atención a cada encuentro dentro de la batalla y decidir si es un combate primario (de los personajes principales), un combate destacado (de luchadores excelentes u otros personajes secundarios) o un combate de fondo

(extras, soldados, etc.) La forma en que estos tipos de combates encajen juntos es un problema de seguridad vital, así como creativo.

Consejo: Por seguridad, utiliza marcas de tiza en el piso de ensayos para mantener a los luchados su propio espacio y lechos de otras armas. Transfiere las marcas al escenario la primera vez que los actores ensayen en el set.

Las heridas más comunes en las peleas grupales ocurren cuando un actor golpea a otro que no puede ver. Los combates individuales deben ser cuidadosamente ubicados en el espacio, Y PERMANECER AHÍ. Por lo tanto, las batallas deben ser ensayadas muy cuidadosamente en cámara lenta para asegurar de que todas las piezas encajen juntas y que de que ningún actor está en peligro de perder un dedo o un ojo por la negligencia de otro. Regularmente les pregunto a los actores si sienten que están en peligro de ser golpeado por otro actor, ya que no puedo ver los movimientos de cada combatiente.

Consejo: Ensaya el plano en el suelo de la secuencia de la batalla completa con todos los actores muchas veces *sin armas de ningún tipo*. Ajusta los bloqueos (visuales) para lograr el efecto que buscas. Familiariza a los actores con sus entradas y salidas, compañeros y patrones de movimiento antes de añadir coreografía.

Toma una enorme cantidad de tiempo coreografiar una escena de batalla extremadamente complicada, con múltiples cambios de espacio, combates entrelazados, cambio de compañeros, cargas grupales y de más. Por consiguiente, cuando el tiempo es un problema, sugiero que la escena de batalla o riña, se mantenga simple. Básate en cargas corriendo fuera del escenario y en movimientos grupales más que en un montón de luchas individuales. Mantén los combates propiamente dichos para los personajes principales o para los actores que pueden manejar escenas de combate (como actores/combatientes entrenado de la SAFD), y ten extras y soldados corriendo a través o encuadrando la pelea.

Se puede crear un montón de “sonido y furia” con humo, portadores de banderas y grupos de hombres acarreado camaradas heridos, o marchando con tambores y colores a

través del escenario, y cualquier otro uso “creativo” de los actores y del negocio de la escena para sugerir el campo de batalla. No olvides añadir efectos de sonido, de iluminación, e incluso niebla para llenar el espacio.

La Historia de la Batalla

La cosa más importante para ayudar a mantener a todos los actores en sintonía los unos con los otros en una escena de batalla es la HISTORIA DE LA BATALLA. Investiga las narraciones o testimonios de batallas reales antes de escribir la tuya propia, especialmente si estas recreando un evento conocido, como la Batalla de Agincourt, Hastings o El Álamo. La historia de la batalla debe ser un escenario claro, paso a paso, esbozado por el director de combate y aprobado por el director que cuente la historia del combate.

Es importante que cada actor entienda su lugar en el esquema general de la escena de combate. Esto va a ayudar al elenco a trabajar como un equipo y los va a mantener conscientes de la escena como un todo y de su lugar en ella. Los accidentes a menudo ocurren cuando los actores no entienden la imagen completa y sólo están fuera en el escenario peleando furiosamente.

¡Consejo de Coreografía! Categoriza a los personajes que van a combatir. Yo uso un sistema de tres pasos:

Combate Primario. Este es un combate que involucra a los personajes principales o de título, o cualquier personaje con diálogo. Este tipo de pelea debe hacer que la trama avance y debe ser posicionado ventajosamente en el escenario. Este combate debe ser también el centro de foco durante la batalla, aunque no esté en el centro del escenario. Estas peleas deberían ser coreografiadas cuidadosamente para destacar a estos actores y para ayudar a contar la historia de la obra como un todo.

Combate Destacado. Estos combates involucran personajes secundarios o actores capaces de interpretar la coreografía involucrada de manera segura. Como una pelea preliminar, a veces es de ayuda emparejar a un combatiente experimentado que está interpretando un rol de apoyo (o incluso un rol no parlante), con una estrella o personaje principal. ¡Esto puede ayudar a mostrar al personaje principal como un gran guerrero! Este tipo de combate puede ocurrir en el “grueso” de la batalla, con muchos personajes combatiendo en el escenario a la vez, o durante un “cruce” con personajes que están entrando o saliendo de la escena de batalla principal.

Combate de Fondo. Este tipo de combate está diseñado para apoyar a las dos peleas principales listadas más arriba. Coreográficamente, la pelea de fondo debería ser la más simple de las tres. Movimientos que se repiten, agarres simples, el cuadro de la escena, y el ritmo son todos importantes. Ya que los actores probablemente van a tener menos experiencia con las armas, yo intento mantener estos combates fáciles, quizás con un cambio de terreno, para evitar el ojo del público se acostumbre. ¡En las películas, estos actores tienen armas de plástico para que no se lastimen los unos a los otros!

Una vez que la historia de la batalla está acordada por el equipo y el número de los actores se ha hecho coincidir con el número de armas y vestuarios, el director de combate puede comenzar a montar la coreografía. A menudo, algunos actores son reciclados dentro de la misma batalla para interpretar distintas partes.

Hay otras ideas para la puesta en escena. La mayoría de las escenas de batalla giran alrededor de algunos elementos estándar. Lo que sigue es una breve descripción de cada elemento:

- **Tradicional:** El escenario está lleno de cuerpos combatiendo, agitándose y corriendo de un lado al otro. Los combates principales emergen del caos y desaparecen en él. Las luces y el sonido juegan una parte vital en la creación de la tensión. El movimiento es realista/naturalista.
- **Estilizada:** Este elemento consiste en movimiento irrealista y elementos escénicos: cámara lenta, mimo, elementos de la danza, movimientos de conjunto, acciones detenidas (stops), surrealismo, fantasía. Un ejemplo sería una batalla encima de un gran mapa de Inglaterra que envuelve a los ejércitos.
- **Caótica:** Con este elemento, el ojo no sabe dónde mirar y los ejércitos se mezclan. Hay imágenes confusas y aleatorias. A menudo un elemento de caos es seguido por un periodo de combate claro.
- **Línea de Batalla:** Un ejército sostiene una posición en el escenario (una línea imaginaria, cuadrado, círculo o un elemento escénico como una pared, muralla, terraplén o barricada) contra un ataque y continúa mirando hacia esa dirección durante el combate. Las peleas individuales pueden romper con eso. Los heridos son acarreados detrás de la línea.
- **Ritual:** Una batalla ritual es observada por otros –esto es, por reyes, reinas, generales, jueces, o el creyente que decide, u observa, al ganador. A menudo hay formalidad en la puesta en escena, por ejemplo, portadores de banderas conteniendo la batalla, un rayo de luz definiendo un área, donde los campeones luchan para decidir el destino de los ejércitos.

- A menudo una batalla tendrá varios elementos de los de arriba dentro de ella. Adicionalmente, dentro de estos conceptos de puesta en escena hay tipos de eventos militares típicos de las batallas en cualquier momento de la historia:
- Incursión: Un pequeño grupo dejando un área protegida para llevar la pelea al enemigo. El combate subsiguiente puede ocurrir fuera del escenario o dentro de él o pueden no volver.
- Retirada: El retiro de un área de batalla bajo la presión de un cuerpo de individuos. Las retiradas pueden comenzar fuera del escenario y venir asaltadas al escenario. Las retiradas se pueden detener en el escenario y luego continuar hasta fuera del escenario. Una línea de batalla podría disolverse bajo presión y retirarse fuera del escenario dejando al otro ejército controlando el área.
- Carga: Un ataque a escala total de todas las fuerzas moviéndose hacia el enemigo. Una carga puede ir fuera del escenario o puede ir al escenario y atacar a un grupo controlando un área.
- Mantener la posición: un grupo en una formación apretada intentado aguantar un ataque desde todos los frentes. A menudo un personaje principal es rodeado junto a un grupo de personajes de apoyo.
- Marcha: Movimiento de tropa de un lado a otro. Recuerda que las tropas a menudo se van a ver más frescas y limpias al comienzo de la obra que al final. No olvides que los personajes deben llevar pertenencias personales y equipamiento militar en la marcha.
- Reconocimiento: una inspección del terreno por uno o más miembros de un ejército para determinar la posición enemiga. Recuerda que mientras más cerca esté el enemigo, más escurridizo debe ser el equipo.

- Emboscada: Una maniobra militar diseñada para sorprender al enemigo desde una posición oculta.

Un número grande de actores presenta la posibilidad de escenificar una escena de riesgo grande. Por ejemplo, caídas de altura en los brazos de un grupo de “atrapadores”, escombros cayendo, balanceos en cuerdas por sobre las cabezas de otros actores y lanzamiento de mobiliario como sillas o mesas – todos son emocionantes visualmente, pero potencialmente peligrosos para el grupo como un todo. El planeamiento cuidadoso y la consistencia son la única forma de minimizar los riesgos. También es vital mucho tiempo de ensayo siempre que una escena de riesgo inusual es requerida para una batalla.

Es primordial para la seguridad de los actores (y el éxito de la escena de combate) no llena el espacio disponible con muchos cuerpos. Mantén a los combatientes con espadas libres de “extras” que esté llenando el espacio alrededor, para que los espadachines pueden combatir con cierto abandono y mantener la energía focalizados unos en los otros, y no en la multitud.

Una vez que todos estos elementos de la historia de la batalla, diseño del set, casting, asignación de combates principales, destacados y de fondo están listos – y quizás el director de combate ha permitido al elenco repasar los elementos principales sin armas- ENTONCES la coreografía puede comenzar. Repasa cada coreografía individualmente pero no esperes mucho antes de juntar todos los elementos. Los actores deben acostumbrarse los unos a los otros y a dónde estarán en el set. Deben entender y planear como van a llegar a sus lugares asignados y cómo van a salir. Si hay cuerpos “muertos”, planea como son “golpeados”; los planes también deben ser hecho para evitar tropezar con los cuerpos. A menudo se alteran los movimientos individuales dentro de los combates para hacer la escena general más segura, la sincronización más precisa y la imagen escénica más efectiva. Ensaya lentamente y progresa hacia la velocidad de ejecución sólo cuando todos los elementos sean seguros.

El resultado, por supuesto, es que la escena de batallas dramáticas o cómicas son unos de los eventos más teatrales posibles. Una batalla exitosa debería sacar a los miembros del público de sus butacas y sumergirlos en la acción de la obra. La visión de una batalla de escenario completo siempre es memorable para aquellos que han montado, visto o participado en una.

Notación de Combate

A diferencia de la notación de Laban o la notación musical, la notación de combate no está estandarizada. Hay varias técnicas usadas hoy en día por directores de combate y maestros, y todas son válidas.

La pregunta que debe ser respondida primero cuando se considera la notación de combate es: “¿Quién va a leer esto?” Si tu notación es sólo para ti y es usada para recordar frases y secuencias, y quizás para mantener tu creación privada, entonces un tipo de notación, corta, a mano, es apropiada. Cualquier combinación de símbolos, signos y garabatos va a funcionar siempre que *tú* entiendas a lo que te refieres. No importará que otros no puedan descifrar tu notación escrita.

Por otra parte, la notación que está destinada a ser leída por los actores cuando intenten aprender o recordar la coreografía de combate, debe ser más accesible. Debe incluir descripciones de posicionamiento en el escenario, asuntos especiales, unidades de actuación, así como las técnicas, golpe por golpe, empleadas en el combate en sí mismo. Este tipo de notación usualmente es una combinación de descripciones escritas en inglés junto con sistemas simples de numeración. La mayoría de técnicas de notación de peleas con espadas usan los números estándar para bloqueos y ataques reconocidos internacionalmente, que son como sigue:

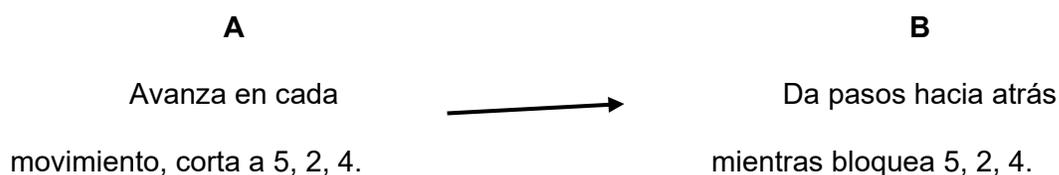
Bloqueo	Objetivo	Posición de la mano
Primero (1)	Pierna izquierda	Media pronación
Segundo (2)	Pierna derecha	Pronación
Tercero (3)	Brazo derecho	Pronación
Cuarto (4)	Brazo izquierdo, pecho	Supinación
Quinto (5)	Cabeza derecha, hombro	Media Pronación
Alternativo (5 ^a)	Cabeza Izquierda, hombro	Media Supinación
Sexto (6)	Brazo derecho, pecho	Supinación
Séptimo (7)	Pierna izquierda	Supinación
Octavo (8)	Pierna derecha	Supinación

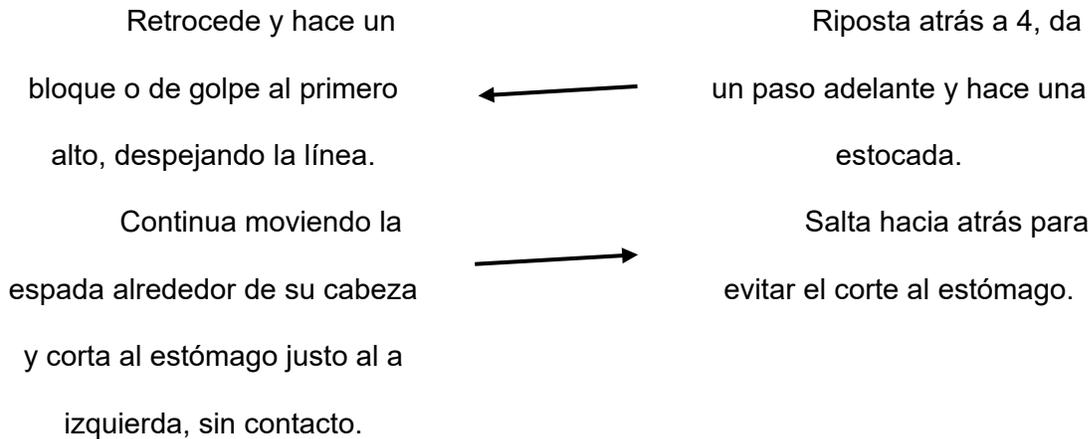
Pronación significa nudillos al techo: *supinación* significa nudillos al suelo.

Adicionalmente, terminología estándar de esgrima es usada para describir técnicas especiales (como *beat parry*, *croisé*, *prise de fer*, *ballestra lunge*, *punto reverso*, etc.) usadas en el combate de una forma que será entendida como por todos los que la lean. Las definiciones de estos términos pueden ser encontradas en el apéndice de este libro.

Vamos a ver dos de las formas de notación más comunes. Estas son los métodos *de lado a lado* o *escalera* y el método de *prosa*.

El tipo de notación de coreografía lado a lado divide una página de papel por la mitad: una mitad representa a un compañero (A), y la otra mitad representa al otro (B). Las flechas son usadas para indicar quien es el “agresor” o “iniciador” en cualquier momento. Por ejemplo.





La ventaja de este sistema es que puedes ver fácilmente cual es la reacción a cualquier movimiento en el combate. También puedes ver el flujo del combate a lo largo de la página. Esta coreografía sólo debe ser cuidadosa de hacer que la pelea fluya a lo largo de la página y hacer que las flechas de un lado y del otro sean claras para el lector.

La otra forma de notación es la técnica de “prosa”, que es más laboriosa, pero más detallada. Esta técnica requiere que el coreógrafo anote en prosa (más que abreviado) los detalles del combate hacia abajo en el papel, más que hacia los lados. El combate se organiza en frases como en el método *de lado a lado* y las reacciones a un conjunto de movimientos siguen inmediatamente abajo en la página. Lo siguiente es un ejemplo en estilo de *prosa* a la misma coreografía escrita arriba:

- A. Avanza hacia B, con un avance por corte, corta a 5, 2 y 4.
- B. Da pasos hacia atrás con pierna derecha, izquierda, derecha; bloquea 5, 2, 4, pero riposta inmediatamente al 4 de A con una estocada con la pierna derecha.
- A. Retrocede fuertemente y consigue bloquear golpeando la espada de B con un bloqueo primero alto, que transforma en un barrido al estómago, de derecha a izquierda, hacia B, avanzando fuertemente.
- B. Atrapado, recupera su estocada y salta hacia atrás para esquivar el barrido.

En ambos estilos de notación, el elemento importante es la claridad y el detalle. Elementos del set, detalles del trabajo de pies, enmascaramiento, relaciones corporales, y quien está iniciando la acción son todas cosas importantes para la coreografía anotada.

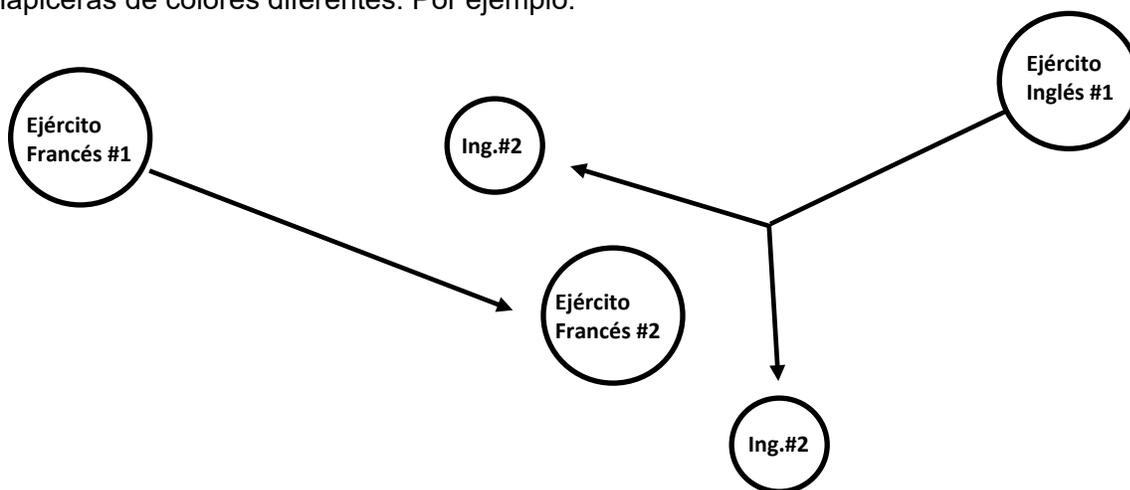
Como un ejercicio de notación, si uno es nuevo en ello, debería practica anotar una acción simple, de todos los días, y luego hacer que alguien la repita usando tu notación. ¡No es tan fácil como suena!

Finalmente, una buena notación va a reflejar el combate completo y va a ser una herramienta útil para los actores, la gestión escénica y el director de combate en armar y mantener un combate. También es útil si alguna vez quieres recrear tu trabajo en años próximos o registrarlo en derechos de autor.

Notación de Batalla

Intentar seguirles el rastro a todos los elementos en una batalla puede ser difícil en el mejor de los casos. Para anotar los movimientos de una batalla uso dos métodos simultáneamente.

La primera técnica me permite planear el flujo de movimiento de grupos grandes de gente dentro del set. Uso fotocopia del plano del set, marco los movimientos principales con lapiceras de colores diferentes. Por ejemplo:



- Consiste en realizar un dibujo o gráfico dónde se expliciten los movimientos de los distintos grupos de gente. El número corresponde a la fase del movimiento, es decir, “#1” es la primera fase, ocurre el movimiento y “#2” es la fase subsiguiente.

Estos diagramas muy simples son sólo un patrón básico de suelo en el cual basar la coreografía de combate. No toman en cuenta momentos individuales e imágenes que identifiquen y destaquen los líderes de los grupos como generales, príncipes o reyes. Usualmente los movimientos de grupo son liderados por alguno de estos personajes, ayudándonos a seguir la historia visualmente. A menudo un portador de bandera o estandarte es posicionado cerca de estos personajes para ayudar a identificarlos.

Esta simple técnica de mapeo a ayudar al director de combate a crear el movimiento de barrido de grupos grandes en el set. También puede ayudar adquirir un plano del set del diseñador y trabajar con “hombres pequeños” –tapas de botellas o soldaditos de juguete- para representar los ejércitos. De esta forma el director de combate puede ser incluso más específico acerca de donde están los personajes principales y seguir el rastro de un gran número de individuos.

Casio	Rodrigo	Montano	Yago	Soldado Italiano 1	Soldado Italiano 2	Soldado Chipriota 1
Entra de la izquierda y tira un	Entra, ve a Casio, esquiva el manotazo	Detiene a Casio cerca de la puerta	Espera.	Reacciona y se mueve al centro adelante.	Agarra y sostiene a Rodrigo en el	Sostiene el lado derecho del escenario.

manotazo a Rodrigo	y corre al centro	luego del manotazo.			centro atrás.	
Le da un codazo a Montano en el estómago.	Forcejea.	Reacciona y se deja al suelo, lastimado.	Espera.	Sostiene, hace foco en Montano.	Sujeta a Rodrigo de los brazos.	Sostiene.
Corre hacia Rodrigo.	Se suelta y se esconde detrás del Soldado Italiano 2	Sostiene desde el suelo.	Se mueve hacia Casio para detenerlo.	Sostiene.	Suelta a Rodrigo, se vuelve hacia Casio.	Va hacia Montano corriendo hacia el escenario de la acción.
Empuja a Yago lejos hacia el lado derecho del escenario.	Sostiene.	Sostiene y hace foco en Casio.	Tropezca en el lado derecho del escenario.	Sostiene.	Avanza un paso hacia Casio.	Levanta a Montano a una posición sentada.
Barre su espada al Soldado Italiano 2.	Corre hacia el proscenio derecho.	Se levanta con ayuda.	Empuja a Rodrigo mientras va pasando.	Corre a la izquierda, fuera del escenario, gritando.	Esquiva el barrido y cae de espaldas,	Ayuda a Montano a pararse.

Finalmente, si un director de combate quiere anotar los cortes y bloqueos individuales durante una batalla, aquí está la forma más simple de usarla. Esto debería ayudar al director de combate a seguir el rastro de quien está combatiendo con quién y cuándo otros combates empiezan y se detienen en relación a aquellos alrededor.

Usemos un ejemplo de una producción imaginaria de *Othelo*. En esta escena, tenemos a los personajes principales: Casio, Yago, Montano y Rodrigo, así como dos soldados italianos y un soldado chipriota, haciendo un total de siete.

Ahora uno puede empezar a poner en capas la coreografía movimiento por movimiento y a seguir el rastro de todos. Va a ayudar tener un boceto cerca al cual referirse. Si uno estudia el ejemplo debajo, verá un montón de acción simultánea. También va a notar que ciertos personajes sostienen, esperan o hacen el foco en acciones específicas dentro del combate. Las líneas se dibujan horizontalmente para indicar los cambios mayores en las unidades y verticalmente para separar personajes.

Como uno puede ver en el ejemplo de arriba, un montón sucede en un corto periodo de tiempo. Este método ayuda a uno a darse cuenta quien está luchando, cuando la acción se superpone y quien está esperando. Uno puede hacer el papel de notación tan grande como sea necesario. Para combates grandes, a menudo uso varias piezas de papel juntas para tener suficiente lugar para escribir todo.

Leyes de Derechos de Autor para Coreografías

- De acuerdo a las leyes de derechos de autor, las coreografías de combate, como las coreografías de danza, se vuelve propiedad del creador en el momento en que son creadas (en EEUU, se debería considerar la realidad legal de cada país).
- En otras palabras, aunque a un director de combate le pueden pagar para crear escenas de combate para una producción en particular, los productores solo le están pagando al director de combate para “alquilar” sus combates durante la duración de la temporada original de la obra.
- La *Notación* y filmación de los combates son métodos válidos para registrar la coreografía para propósitos de los derechos de autor. En producciones comerciales

de obras (es decir, no teatro educacional o sin fines de lucro). Un director de combate puede desear alquilar sus combates y recibir regalías basadas en los ingresos semanales de la producción.

- La dirección de combate es un proceso complicado. A muchos directores les gusta usar un asistente para ayudarles a seguir rastro de todos los detalles, mantener un ojo en los actores en los ensayos y las funciones, tomar notas y ayudar con las miríadas de detalles. Esta persona invaluable es llamada un *capitán de combate*.

El Capitán de Combate

Todas las producciones necesitan tener un capitán de combate. El capitán de combate ayuda al director de combate durante los ensayos; y cuando el director de combate no está presente, el capitán de combate está a cargo. El capitán de combate es una persona elegida por el director de combate en consulta con el director y la gestión escénica. El capitán de combate es alguien que, por su experiencia y entrenamiento, está calificada para dirigir ensayos de combate, ensayar con los suplentes, supervisar el mantenimiento de las armas y generalmente mantener los combates al día y seguros durante las temporadas que dura el espectáculo.

El capitán de combate a menudo es uno de los actores de la obra, pero también puede ser alguien de la gestión escénica. Los deberes de un capitán de combate a menudo comienzan antes de los ensayos, y pueden incluir lo siguiente:

- Trabajar con el director de combate para investigar la obra y el periodo histórico.
- Ir a todas las reuniones de producción y a todas las reuniones de diseño.
- Trabajar con el director de combate para ayudarle a crear los combates.
- Notar la coreografía y aprender la coreografía principal.
- Ser el compañero de los actores durante las sesiones de enseñanza.

- Interactuar con el equipo de producción sobre las necesidades y cambios diariamente.
- Ir a todos los ensayos de combate con los principales y suplentes.
- Chequear y supervisar el mantenimiento de toda la utilería de combate y armas diariamente.
- Prepararse para los ensayos de combate llevando utilería, limpiando zonas, guiando los calentamientos y tipeando apuntes.

El capitán de combate debe ser elegido con un ojo puesto en la seguridad; pero también es igualmente importante que él o ella tengan la habilidad de lidiar con la gente y comunicarse bien.

Los ensayos de combate antes del espectáculo son la mayor responsabilidad del capitán de combate luego de la noche de estreno. Estos ensayos suelen empezar varios días antes de la primera función.

Los actores suelen pasar los combates en un orden pre-arreglado dispuesto por el director de combate. Es una práctica común ensayar la secuencia de combate a media velocidad y luego nuevamente a velocidad de ejecución. Esto les da a los actores oportunidad para calentar, recordar el combate y ajustar problemas pequeños.

Cualquier cambio en la coreografía, cualquier problema o cuestión de seguridad que surja, al menos que sea una emergencia, debería ser solucionado a través del director de combate, sea por teléfono o en persona. De otra forma, es el juicio del capitán de combate que pone las reglas.

No es una mala idea elegir a alguien para esta posición durante el proceso de casting, ya que logrará una producción más ajustada y no será dejado al azar.

Peleas Cómicas

Las peleas cómicas tienen su propia lógica, como las peleas dramáticas. Hay situación, conflicto y miedo real. Hay acciones y consecuencias. Sin embargo, en la comedia los personajes son capaces de dejar el miedo y, más importante, el *dolor* de una pelea de lado luego de que ésta termine y rápidamente avanzar en la trama hasta el próximo evento.

Las peleas cómicas son capaces de romper las reglas de las peleas realistas burlándose de ellas y montándolas para hacernos reír. Las peleas cómicas no tienen complicados subtextos o significados ocultos. Funcionan porque reconocemos los estereotipos humanos.

Sincronización. Las peleas cómicas son más difíciles de interpretar que las dramáticas porque deben tener un ritmo increíble y parecer que se hacen sin esfuerzo. Las rutinas que son lo suficientemente lentas para que el público las perciba jamás van a hacer reír. Los fragmentos físicos que son complicados o pesados en algún sentido, contradicen el ritmo al que estos personajes viven sus vidas

Una de las reglas aceptadas de la comedia es que los fragmentos cómicos y las peleas cómicas funcionan con la regla de “tres”. Tres es más gracioso que dos, o cuatro o cualquier otro número par. Me refiero a la cuenta individual de un gag físico, por ejemplo:

1. Arlequín carga una pistola
2. La apunta a Smereldina, que tiembla
3. Tira del gatillo y una súper pelota rueda fuera del cañón y rebota hacia Smereldina.

La tercera cuenta te da la oportunidad para el resultado. El resultado funcionara si se ha ganado, y una cuenta de tres o cinco usualmente funciona. Esta súper bola saliendo del arma no funcionaría también si saliera en la cuenta uno, ya que no tendríamos tiempo de verla venir. La excepción es cuando es seguida por un “mayor” o tempo más grande.

1. Arlequín aprieta el gatillo nuevamente y una súper bola gira fuera del barril y rebota hasta Smereldina.
2. Smereldina agarra la pelota y se ríe de Arlequín. Ella tira la pelota fuera del escenario pro sobre su hombro.
3. Hay una tremenda explosión, que la derriba. Arlequín mira su arma con sorpresa.

Las peleas cómicas, sean desarmadas o con armas de cualquier tipo, funcionara mejor cuando son diseñadas sobre series de frases con tempos impares, 3s o 5s.

Dispositivos cómicos. Hay muchos dispositivos cómicos estándar que pueden funcionar apara ayudarte a crear tu pelea cómica. La mayoría de estos dispositivos vienen de los antiguos días del teatro, de vuelta en las tradiciones de la commedia dell'arte. Aquí hay un desglose de las técnicas más comúnmente usadas que pueden ser usadas en cualquier combinación.

Máximo-mínimo. Las reacciones y los ataques cómicos casi nunca son realistas o naturalistas. Siempre se exageran en una dirección o en la otra, o muy grande o muy chico. Mientras que un personaje dramático podría darle un puñetazo en la cara a otro personaje, infringiéndole dolor a la víctima, en la comedia la victima puede o (1) no sentir nada o (2) experimentar tanto dolor que la obra se detenga y permita la reacción.

Los ataques pueden minimizarse tanto que se realicen con un dedo o una pluma, infringiendo gran "dolor". Igualmente pueden ser realizadas con furia violenta y un enorme movimiento, como un gran golpe con un palo.

Repetición. Otro gag estándar de la comedia es la repetición. No es suficiente darle un cachetazo a alguien realistamente. Intenta cachetear a alguien tres veces – ¡o diez veces! - en sucesión rápida.

La repetición puede ser trabajada en un combate o frase individual, sacando ventaja del ritmo, con una cachetada, patada, o tirón de oreja repetido, pero también puede ser parte de

gags recurrentes a lo largo de toda la obra. La repetición de un movimiento varias veces durante el transcurso de la noche, configura al público para ver el patrón roto. El ritmo de la repetición es importante ya que el resultado (o la venganza) es configurado naturalmente para ser vista por el público.

Opuestos. Usar reacciones, ataques y utilerías opuestas también es una tarifa cómica estándar. Los opuestos funcionan porque mantienen abierto el elemento de sorpresa y pueden ayudar a crear variedad visual. Ej. Una espada sostenida al revés, una pistola que dispara, la bala rebota y le pega a la persona disparando y un puñetazo que le falla al tipo malo y le pega al sheriff son todos ejemplos de opuesto visuales. Incluso reacción en la dirección incorrecta (opuesta) a una cachetada puede funcionar con gran efecto en situaciones cómicas.

Respuestas. Los cómicos exitosos son maestros de las respuestas cómicas o reacciones. Un director de combate debería trabajar el combate en los ensayos y exagerar las reacciones y respuestas, especialmente para la "víctima", por ejemplo, una respuesta temprana, tardía y en cámara lenta. En nuestro ejemplo de abajo, Ron y Jim construyendo una respuesta tardía podría verse así.

Ron le da un puñetazo feroz a Jim en la cara.

Jim hace el knap y gira al público, pero no reacciona de ninguna otra forma.

Ron se aleja caminando.

Jim colapsa al suelo luego de que Ron se va.

Consejo:

Obviamente las respuestas se pueden minimizar o maximizar como vimos antes, pero también se pueden componer las unas con las otras, como sigue:

Respuesta máxima tardía.

Respuesta máxima temprana.

Respuesta opuesta, mínima, tardía

Respuesta lenta, máxima.

Prueba estas cuatro respuestas como un ejercicio. Reacciona a un compañero que te esté tirando un puñetazo o cachetada sin contacto.

Efectos de Sonido. El efecto de sonido en una pelea cómica aumenta la experiencia de la pelea del público y elevan el combate a un plano de realidad donde no nos importa el dolor del personaje y podemos disfrutar la situación que se nos presenta. Los sonidos que apoyan movimientos específicos – como un sonido silbante cuando un hierro caliente es aplastado contra una mano, ruidos de trituración cuando una nariz es girada o sonidos de crujidos cuando se tuercen los dedos y otros efectos irrealistas y maximizados similares- son parte de casi cualquier pelea cómica.

Las Voces de los Actores. Los actores tienen que tener su parte en crear la “partitura” vocal de la pelea. Reaccionar vocalmente al dolor, miedo y agresión es solo el comienzo. Un director de combate debería explorar los opuestos vocales también, como un personaje grande y masculino que reacciona con una voz de falsete o uno femenino que usa su registro bajo.

Efectos de Sonido en Vivo y Grabados. *Por lejos el método más satisfactorio para integrar efectos de sonidos en una pelea cómica es a través de un ejecutante en vivo. Este puede ser uno de los personajes de la obra o un músico profesional integrado al concepto de la producción. O incluso la orquesta entera de instrumentos puede estar disponible para ayudarte a apoyar tu trabajo.*

Obviamente es importante colaborar con esta persona cuando uno dirige y crea la pelea para poder elegir los efectos de sonido más apropiados. Uno debería experimentar con distintos sonidos y trabajar con esta persona para lograr una sincronización consistente. Si el equipo de producción decide usar un artista, sugiero que mientras más temprano se pueda sumar al ensayo, más éxito tendrá la idea.

Los sonidos grabados también pueden ser efectivos y se tiene la ventaja de la grabación multipista. Sin embargo, la desventaja es que una vez la grabación fue realizada, los actores nunca podrán variar la ejecución ni siquiera un poco. Es muy difícil anticipar los tiempos de una pelea particular que funcionara por la temporada completa de un espectáculo e imposible para los actores contener las risas. Un diseñador de sonido brillante ayuda, así como un operador de sonido con buen ojo. La nueva tecnología como las grabaciones digitales ayudan a aliviar este problema, ya que es mucho más responsivo que los sonidos de efecto en cinta.

Utilería Cómica. ¡La imaginación se vuelve loca con las posibilidades! La utilería cómica se permite estrechar el envoltorio del realismo y, debido a nuestra amiga la lógica cómica, está permitida de existir en el mundo que creamos.

Ya que estamos hablando de armas aquí y no de utilería en general, seamos específicos. Lo que un directo de combate busca en las peleas escenificadas son piezas de utilería que sean SEGURAS, VISUALES y DIVERTIDAS.

Primero, es importante que el director de combate elija utilería que va a ser segura a lo largo de todo el desarrollo del espectáculo. El director de combate debería examinarla directamente y experimentar con ella para probar su resistencia, y añadir acolchado extra si es necesario para proteger a los actores, y reforzar la utilería si necesita recibir abuso repetido. ¡No tomes riesgos!

Segundo, la diversión de la utilería cómica es que puedes dejar tu imaginado volar libre. El director de combate debería elegir utilera que inspire y sea bien leída por el público. ¿A qué me refiero? Usaremos algunos de los principios discutidos en este capítulo y aplicarlos a la selección de utilería.

Máximo: espadas grandes y pesadas, armas de fuego gigantescas, grandes explosiones, cascos enormes.

Mínimo: un ejército de uno, piedras flotantes rellenas de helio (construidas alrededor de globos), hojas de espada de largas plumas, una baña que puede ser encontrada y reusada.

Opuestos: un tipo grande con una espada pequeña, un arma pequeña con una gran explosión, una espada blanda que está pegada al piso.

Lo que está buscando el director de combate son cosas visuales para el público y utilería que inspire al director de combate y a los actores a inventar coreografía maravillosa. El director de combate debería considerar armas inusuales o incluso rotas.

Las armas de goma, especialmente las dobles de utilería existente, son visualmente efectivas cuando se apoyan con efectos de sonido. En otras palabras, puedes golpear a alguien con un martillo de goma, pero escuchamos un “ding” para que venda.

Finalmente, el director de combate no debería descontar el uso el de armas realistas de formas nuevas e interesantes.

La Lógica de la Comedia. La mayoría de los personajes en la comedia son conducidos por motivos de base como la ambición, la lujuria y la glotonería. Ya sea que estas emociones estén escondidas bajo capas de modales como en Molière o en la superficie como en la commedia dell'arte, todos son conducidos por el deseo.

Debido a esta lógica invertida, la violencia en la comedia puede tomar formas irrealistas y el público suspenderá su incredulidad para seguirla. Un director de combate deberá trabajar horas extras para que las peleas cómicas parezcan fluir sin esfuerzo y debería explorar los movimientos extremos con los personajes. Uno debería divertirse, explorar y no olvidar ese sabio consejo: *¡Más fuerte, más rápido, Más divertido!*

Peleas de Comida

¡Ah! ¡La gloria de una pelea de comida al viejo estilo! Sin embargo, si uno intenta montar una pelea de comida inmediatamente se va a encontrar con un montón de problemas de seguridad. Ahora, puedo garantizar que las peleas de comida son muy divertidas y complacen al público, pero hay que ser incluso más cuidadoso que en las peleas convencionales. ¿Por qué? Porque la comida es resbaladiza, una cosa viscosa y va a hacer tropezar a los actores antes de que puedas decir torta de crema. Si no es limpiada adecuadamente, el residuo de una pelea de comida puede permanecer en el suelo para el resto del espectáculo, poniendo en peligro a los actores durante las escenas posteriores.

El problema de seguridad básico para las peleas de comida es la comida en sí misma o los contenedores que la contienen. También es peligroso porque la comida debe ser *tirada* a otros actores, y eso presume un cierto nivel de control y precisión. De seguro, algo de la comida va a fallar o ser esquivada, pero un poco tiene que aterrizar en el objetivo o sólo no será divertido.

Lo principal en la mente del departamento de utilería y del director de combate debería ser “¿Cuáles son las piezas de utilería más seguras que están disponibles para hacer el trabajo?”

(En el libro se detalla una lista de comidas y contenedores seguros)

Siempre asegúrate de tu comida de utilería. Cuando se a posible, constrúyela de otros materiales. La utilería de comida es perecedera, huele mal, son complicadas de almacena y debe ser reemplazada luego de cada función y son un gasto más para cada producción.

Una Pelea de comida Elaborada. Mientras las peleas de comida son simples y de corta duración, también pueden tomar, digamos, en un buffet de casamiento, entonces necesitaremos recrear la ilusión de un catering de comida elaborado y realizado profesionalmente.

Una Pelea de Comida Simple por sobre una Cena Romántica. De la misma forma se puede elaborar una pelea de comida en una cena romántica a través del uso creativo de la comida y sus contenedores.

Espectáculos de Variedades. Las peleas de comida a menudo se usan en espectáculos de variedades o noches de vaudeville. Hay pocas obras legítimas que requieran peleas de comida en el curso de la acción. Para cualquier director que planea añadir alguna de estas peleas a la noche de un espectáculo de variedades, recomendaría colocar la comida o en el fin de un acto, en el intermedio o bien al final del espectáculo. De esta forma un equipo puede venir y limpiar a fondo el enorme desastre antes de que el espectáculo continúe.

Reglas de Seguridad de Sentido Común. Alguna seguridad de sentido común debe prevalecer, también, cuando se crea la pelea. Incluso cuando se usa la tan llamada utilería segura, el peligro es creado cuando los actores deben ejecutar más allá de su habilidad, cuando el piso se pone muy resbaladizo o cuando comida de utilería o contenedores duros entran en contacto con áreas sensibles del cuerpo.

Toda comida de utilería que va a ser realmente arrojada y que va a hacer contacto con el cuerpo de un actor debe ser suave, estar en un contenedor seguro, o no estar en ningún contenedor, y nunca debe golpear nada más que grupos musculares grandes. La comida dura debería ser usada como floritura, para atacar y fallar, golpear cosas como mobiliario, o ser arrojada y esquivada.

La cosa importante que no hay que olvidarse cuando escenificamos una pelea de comida elaborada o simple es que todos -y me refiero a TODOS- los contenedores deben ser seguros. ¡Eso significa *nada de vidrio en ningún lado!* Eso incluye cualquier platería o elemento sobre las mesas.

Los directores de combate o directores de escena deben ser conscientes que mientras la pelea progresa y se intensifica, la superficie del piso se va a poner progresivamente más resbaladiza. Esto no es chiste.

Por lo tanto, los directores de combate deberían mantener las peleas de comidas simples, sin mucha cosa compleja – ¡y con una diversión resbaladiza, viscosa y pegajosa!

Cómo Trabajar con Directores de Combate

Es vital que los directores de teatro entiendan como trabajar con un director de combate como un colaborador creativo, tanto como trabajan con los diseñadores escenográficos, lumínicos y de sonido para crear su visión en el escenario. Quizás un mejor nombre para el trabajo sería diseñador de combate, para encajar bien dentro del equipo de diseño.

La siguiente es alguna información básica que un director de combate necesita para empezar a trabajar:

- Una idea clara de tiempo, espacio y concepto.
- Un diseño escenográfico/de set y diseños de vestuario

- Una idea aproximada de la ubicación de los actores antes del combate y luego del mismo.
- Dónde va a tomar lugar la acción principal.
- Una idea aproximada del tiempo disponible para crear y ensayar los combates.
- Los pensamientos e impresiones del director sobre cómo ve el estilo de los combates (realista, sangriento, surrealista) y cómo quiere que el director de combate trabaje con él.

Hay muchas formas en que un director de combate puede interactuar con la producción y el tiempo de ensayo varía tremendamente. Las siguientes son las tres formas más comunes:

Método 1. Todo el Tiempo. En una situación ideal, un director de combate es llamado para casi todo el período de preproducción y de ensayos. Las peleas serán fijadas temprano en las etapas de ensayo y serán mantenidas y mejoradas gradualmente a lo largo de los ensayos hasta la noche de estreno. De esta forma, un director puede ver cada mejora y comentarle directa y diariamente al director de combate cualquier cambio o sugerencia.

Método 2. Una Semana Antes, Una Semana después. El director de combate es contratado temprano en los ensayos para fijar y crear las secuencias de combate. Una semana (la primera o la segunda) es usualmente tiempo suficiente para hacerlo. Luego de la aprobación del director, el director de combate deja los ensayos en manos de un capitán de combate entrenado. Los combates son ejecutados, mejorados y mantenidos durante las próximas pocas semanas de ensayo. El director de combate es entonces traído de vuelta justo antes del ensayo con vestuario para montar el combate en el teatro y para ultimar la velocidad y elementos técnicos como la iluminación y el sonido. La comunicación constante por teléfono entre el director de combate, el capitán de combate, la gestión escénica y el director es vital.

Método 3. Las últimas dos semanas. En este método el director de combate es contratado y se le da un montón de tiempo en las últimas dos semanas antes del estreno o preestreno de la obra. Esto presume que una gran cantidad de trabajo sobre el personaje, las líneas y la fijación general, ya ha sido hecha por el director. El director de combate sólo necesita crear rápidamente y pasar las secuencias una y otra vez antes de los ensayos con vestuario. Obviamente, las secuencias extremadamente complicadas, experimentales o el trabajo de ensamble o combates altamente técnicos no pueden ser creados de manera segura con este método. La desventaja aquí es que si la producción está detrás del calendario y el director se siente apurado o nervioso respecto a renunciar algo de tiempo, son los combates y la seguridad de los actores los que lo sufrirán.

Es claro que hay muchas otras formas de usar los talentos de un director de combate competente, pero los ejemplos de arriba son los más comunes y permiten el mayor tiempo de ensayo y la mayor libertad artística.

Lo que no está claro es cuanto tiempo de ensayo toman las secuencias de combate para parecer reales, para ser seguras, y para tener ritmo y verdad para el público. El director siempre debería presupuestar generosamente cuando planea tiempo de ensayo para crear escenas de combate.

Recuerda que el director tiene la palabra final en lo que eventualmente llegará a las candilejas. Un director jamás debería dudar de cuestionar la lógica o seguridad de secuencias particulares. El director debe pedirle al director de combate que le explique cualquier cosa que no esté clara o sea incómoda en las escenas de combate. ¡En otras palabras, un director debería involucrarse en el proceso creativo del combate de principio a fin!

Finalmente, un consejo para el director: Busca un director de combate con un historial comprobado. Contrata a alguien que comparta tus sensibilidades artísticas y tu visión y alguien

que sea un buen comunicador. Busca a alguien con los intereses de la compañía en el corazón y no con los suyos propios. Busca a un trabajador en equipo, no un solitario.

Mientras que es complicado contratar a un director de combate basado sólo en su currículum, aquí hay unos cuantos consejos adicionales que puedan ayudar a encontrar uno.

Calificaciones de los Directores de Combate

Es fácil para cualquiera que ha tomado un taller de combate escénico en un fin de semana decir que él o ella es un director de combate calificado. Muchos estudiantes, profesores, directores y actores profesionales han sido expuestos a técnicas de combate escénico. Sin embargo, debería estar enfatizado, que en todos estos talleres, el entrenamiento es de la naturaleza más básica y es diseñado primariamente para actores, en oposición a los directores de combate. No es razonable esperar que una persona con experiencia mínima como esta pudiera ser un director de combate calificado.

La única asociación en los Estados Unidos que está evaluando y reconociendo actores de combate escénico, profesores certificados de combate escénico y maestros profesionales de combate (directores de combate) es la Society of American Fight Directors (SAFD) o –en español- la Sociedad Americana de Directores de Combate. Esta organización es una corporación sin fines de lucro, dedicada a la excelencia en las técnicas, la educación y los estándares de seguridad del combate escénico. Tiene rigurosos procedimientos de evaluación que los aplicantes en las tres categorías deben aprobar antes de ser considerados. El término *certified* (o *certificado*), sin embargo, ha causado alguna confusión en la industria y a los intereses de la seguridad, vamos a tratar esta cuestión aquí.

Para ser un miembro de la SAFD uno debe sólo pagar las cuotas. Esto no califica a alguien como director de combate. Ser “certificado” o “reconocido” sólo significa que una persona ha aprobado una de tres barreras impuestas por la SAFD como estándares *mínimos*

de seguridad en la industria. Permítanme citar de la declaración de política de la membresía oficial de la SAFD (1992):

Actor Combatiente Reconocido: Un individuo que ha recibido entrenamiento básico en al menos las formas de tres armas y que ha pasado un examen de ejecución con un número mínimo de movimientos requeridos. Este reconocimiento *expira* tres años luego de la fecha de emisión y es renovable a través de un proceso de re-evaluación. Esto no califica a este individuo para enseñar combate escénico o para organizar escenas de combate. Reconocemos a esta persona como un ejecutante competente y seguro.

Profesor Certificado: Un individuo que ha tenido entrenamiento educacional extenso, y que ha aprobado evaluaciones en las siguientes áreas: Evaluación de Habilidades de Actor Combatiente, técnicas de enseñanza, estilos históricos, primeros auxilios, teoría y práctica de armas y coreografía teatral. Aprobamos a estos individuos para la enseñanza de combate escénico.

Maestro de Combate Certificado: Un individuo que ha completado todos los requerimientos de un Actor Combatiente y un Profesor Certificado. Más allá de esto, debe tener un promedio de doce años de experiencia profesional, incluyendo un mínimo de veinte producciones de la Unión y deben aprobar exitosamente una examinación oral, escrita y práctica. Aprobamos a este individuo para enseñar, entrenar y coreografiar en teatro profesional, cine, televisión y la arena académica.

Es obvio que estos requerimientos son muy rigurosos y que necesitas serlo. Recomiendo a todo gestor escénico, director, producto y las cabezas de cualquier teatro o programa dramático o comité de búsqueda que esté leyendo este libro a chequear cuidadosamente las credenciales de cualquier que diga ser un director de combate. Si esta persona no está afiliada a alguno de los grupos listados debajo, entonces él o ella debería tener al menos entrenamiento equivalente a de los estándares dispuestos por estos grupos. Estos

grupos son: la SAFD, la BASSC (British Academy of Stage and Screen Combat), la BADC (British Academy of Dramatic Combat) y la FDC (Fight Directors Canada). La SBFDD (Society of British Fight Directors) disuelta en 1996).

Contrata a alguien que no solo este calificado técnicamente, sino que tenga los intereses de los actores en mente. Cuando tengas dudas, supervisa los ensayos de combate. Si existe una sombra de duda acerca de los métodos de un director de combate o la habilidad para comunicar la coreografía, sabrás que debes buscar a alguien más.

Cómo Ensayar Combates de Forma Segura

He presenciado esta escena incontables veces. Es el primer día de ensayo de combate. Llego al estudio de ensayo con una bolsa de espadas debajo de mi brazo. Soy recibido cariñosamente por los actores y soy presentado al director de combate. Pero antes de que pueda quitarme la chaqueta, ya hay manos ágiles metidas en la bolsa de espadas, sacando espadas de todo tipo y moviéndolas en el aire para ver como suenan, inconscientes de la gente alrededor.

La velocidad es la asesina cuando se intenta montar, ejecutar o pulir un combate. El objetivo *final* de una serie de ensayos de combate debería ser la “velocidad de ejecución”. El método usual, y el menos seguro, es que una vez que los actores han memorizado los movimientos básicos y la estructura externa de la pelea, entonces sólo la hacen. ¡La seguridad al viento y tiremos unos espadazos!

Permítanme mencionar que la escena de arriba será cierta en teatros académicos, profesionales, la televisión, el cine y para toda la eternidad. ¿Por qué? Naturaleza humana ¡Queremos ir a la escena de combate rápidamente porque nos hace sentir tan bien y porque nos queremos ver bien en frente de nuestros compañeros actores y hacer crecer nuestros músculos!

Dejando esta actitud arrogante de lado, ¿cómo se aproxima uno al ensayo de un combate? Para empezar, mientras más grande la contienda, más tiempo va a llevar. Sin embargo, no deberías negar los “pequeños enfrentamientos”. Se lastiman más actores en los pequeños enfrentamientos que en los grandes combates, principalmente porque no se les presta la suficiente atención a estos pequeños enfrentamientos.

Toma algunas provisiones montar un calendario de ensayos de combate decente y apegarse al mismo. Aquí hay algunos consejos sobre cómo hacerlo de forma segura:

1. *Contrata un director de combate.*
2. *Acuerda la duración y la historia del combate antes de los ensayos.*
3. *Presupuesta realístamente la cantidad de tiempo para los ensayos de combate.*
4. *Enseña los combates por partes de manera realista.*
5. *Ajusta el combate para adecuarse a las habilidades de los ejecutantes.*
6. *Altera el tempo del combate durante los ensayos.*

Cuando trabajas en frases, o estás pasando la pelea completa, ralentiza el tempo. Uso estos conceptos que son comunes en la industria:

Tai Chi: (una técnica de movimiento hiperlento). Los compañeros intentar mantener contacto visual y fluir a través de la coreografía suavemente. El centro y el equilibrio son muy importantes. La *precisión* en los ataques y reacciones, sean estos armados o desarmados, es enfatizada. La colaboración y la sincronización son los elementos finales. No está permitido que ninguna emoción interfiera con el movimiento. Recuérdales a los compañeros respirar mientras trabajan.

A un Cuarto de la Velocidad: (un cuarto de la velocidad de ejecución). El combate ahora es llevado un poco más allá de ese estado sin emoción y los ejecutantes “marcan” los movimientos más realístamente. Los movimientos difíciles como asesinatos y técnicas de

contacto son seguros a esta velocidad. Los combates grupales se benefician ampliamente de esta técnica.

A la Mitad de la Velocidad: (la mitad del tiempo de ejecución final). Los combates pueden ser ensayos con algunos elementos de actuación, como la voz completa, pero aún en un tempo reducido. La precisión aun es la clave. El equilibrio, la colaboración, los ritmos, el enmascaramiento y el control aún están siendo enfatizados. Los combates a media velocidad tienden a acelerarse sin el conocimiento del ejecutante. Debe tenerse cuidado para mantener el ensayo a media velocidad. Este tempo sólo debería ser intentado cuando *todos* los ejecutantes estén cómodos con la coreografía, la utilería esté dispuesta, la superficie del escenario este limpia, y las unidades de actuación sean entendidas por todos. El tempo de combate a media velocidad debería ser alcanzado al menos unos cuantos días antes de los ensayos técnicos.

Velocidad de Ejecución: (el tempo objetivo de los ensayos de combate). Este tiempo a diferencia de lo que alguien podría creer, no es un tempo determinado a “¡lo más rápido que lo podamos hacer!” La velocidad de ejecución es un tempo dictado por el coreógrafo que cuenta la historia, ilumina a los personajes, esconde los trucos, emociona al público y se mantiene uno o dos compases adelante del ojo crítico, pero por sobre mantiene la ejecución segura. La velocidad de ejecución debería ser alcanzada sólo luego de varios ensayos a un cuarto y a media velocidad, con todos los elementos de escenografía, vestuario, iluminación, utilería y demás. Los ejecutantes deberían ser familiares con todos los elementos de la producción, la coreografía de combate y la caracterización. Algunos directores afirman que la velocidad de ejecución es realmente un tempo a tres cuartos, con la patada de adrenalina añadida que la ejecución le da.

7. *Elige un capitán de combate.*

8. *Prepárate para los ensayos.*

Hay tres fases separadas que un combate debe atravesar en su camino al estreno. Es una buena idea tener estas fases en mente mientras el director de combate trabaja. Cada

producción tendrá un marco temporal diferente y una aproximación realista al uso del tiempo ayudará a que el combate llegue a la velocidad en tiempo para los ensayos técnicos.

Es suficiente decir que antes que los ensayos comiencen, el combate debe ser “creado”. El director de combate, en colaboración con el resto del equipo, va a haber trabajado en detalle todos los elementos escénicos y dramáticos del combate, de principio a fin. Va a haber una historia clara que contar y el combate va a haber sido creado con el texto, escenografía, época y caracterizaciones en mente.

Desde aquí, la primera fase del ensayo de combate está lista para comenzar. Ésta es llamada “Montar el combate”.

Montar el Combate. Montar el combate significa enseñárselo a los actores/ejecutantes movimiento por movimiento. Éste es también el tiempo cuando el director de combate y el directo cuentan la historia del combate a los actores. Esto ayuda a que todos los actores comprendan a dónde está yendo el combate.

Este también es un tiempo para la colaboración, las sugerencias del director, del equipo y de los actores en sí mismos. Los actores a menudo aparecen con sugerencias brillantes que pueden ser incorporadas.

El trabajo del director de combate ahora es enseñarles los movimientos del combate claramente, frase por frase, a cada uno de los actores involucrados en el combate. El director de combate también les dice que hacer a los otros personajes que o miraran o participaran de forma no combativa. Éste también es el tiempo para planear efectos escénicos especiales, así como el sonido, la utilería y los elementos de iluminación.

El proceso de familiarización con la coreografía, la utilería (si es que hay alguna) y los toros actores, continua hasta que la coreografía entera esté aprendida y pueda ser ensayada a media velocidad. Aquí es donde los problemas de seguridad deberían ser solucionados, ¡antes de que las cosas se pongan muy rápidas!

Pasar el Combate. Una vez que la coreografía ha sido aprendida por el cerebro, ahora es hora de que los músculos la aprendan. Esta fase del ensayo consiste en el combate sea pasado como una sola pieza. Los actores necesitan tiempo para que los movimientos se hundan en su memoria muscular y para encontrar maneras de realizar la coreografía con las intenciones de los personajes.

Aunque aún se está en el modo de ensayo de preproducción, los combates pueden ser manipulados con algunos pequeños cambios, ajustes de tempo, fraseo, y otras mejoras. Normalmente, sin embargo, durante los ensayos los combates son pasados a un cuarto y a media velocidad, luego se dan las notas. Los combates son pasados una vez más, con los cambios incorporados por los actores. Aun se puede tomar tiempo aquí para ensayos intensos de uno-a-uno, para trabajar problemas de sincronización, dialogo, enmascaramiento, ilusión y tempo.

Mientras el espectáculo se acerca a la producción, otros elementos deben ser añadidos. Zapatos, efectos de sangre y piezas de vestuario encabezan mi lista. Sin embargo, escenografía/set, mobiliario, luces y el espacio del teatro van a afectar la ejecución del combate. Los actores serán descolocados por cada nuevo elemento.

Por lo tanto, el combate debe ser pasado con cada nueva cosa en mente. Los actores necesitan acostumbrarse a los vestuarios, la sangre, las luces, la música, la escenografía y el decorado. Necesitan acostumbrarse al espacio del teatro en sí, si no es familiar.

Finalmente, el(los) combate(s) deben ser pasados dentro del contexto de la obra en sí misma. Las pasadas de actuación, o pasadas de obras completa son pasos importantes para los actores. Ellos deben ser capaces de encajar la coreografía dentro de los personajes que están retratando. No debe verse como si el combate fuera un elemento separado de la obra. Debe haber una transición fluida en el comienzo y final del combate. ¡El director de combate no debería negar detalles, tales como de qué forma sacar los cuerpos “muertos” del escenario!

¡El director de combate no debería espera antes el primer ensayo con vestuario para pasar los combates a tempo completo! Si los vestuarios completos no están disponibles, el director de combate debería pasar los ensayos con piezas de vestuario, incluso si sólo son los zapatos.

Finalmente, mientras se acerca el día de producción, el último elemento del ensayo de combate puede entrometerse y solaparse con el previo. Lo llamo “pulir el combate”.

Pulir el Combate. Cuando los actores están claramente a gusto con la coreografía, es tiempo de pulir el combate. Por pulir me refiero a enfocarlo. Siempre hay ciertas frases, movimientos o unidades de actuación dentro del combate que deberían ser apuntados al público. El director de combate necesita tener muy claro cuáles serán esos momentos.

Cualquier combate, sea una pelea de espadas o una pelea desarmada a puño limpio, se verá mejor si ciertos puntos altos son llevados a la atención del público. En una pelea de espadas, podría ser una secuencia particularmente rápida (¡pero segura!) o una pausa cuando los combatientes dan vueltas alrededor de una posición. En un combate a puñetazos, podría ser un puñetazo particularmente grande o un momento cómico.

Los momentos de foco no sólo suceden arbitrariamente. O surgen de imágenes rítmicas o visuales particularmente interesantes durante una pelea o tienen que ver directamente con las unidades de actuación de uno de los personajes.

El pulir secciones del combate puede empezar tan temprano como la primera semana de ensayos, si los actores son lo suficientemente rápidos para aprender las rutinas.

La serie completa de ensayos de combate debería ser un proceso constante de refinamiento de la coreografía para que sea segura, emocionante y kinéticamente involucrantes para ayudar a que la historia se mueva hacia adelante. EL director de combate debería guiar a los actores a lo largo del proceso, manteniendo los elementos del capítulo en mente. El director de combate debería incentivar a los actores y seguir recordándoles ir más lento hasta que aprendan las frases de memoria.

Este consejo va a ser verdad con actores profesionales tanto como con otros con menos experiencia. El director de combate puede estar en una situación donde un combate tiene que ser creado y ensayado por grupos de teatro del colegio, la secundaria o incluso comunitarios. Esto requiere un tratamiento particular, ya que el rendimiento y la experiencia atlética van a variar ampliamente. ¡Cualquier director de combate que trabaje con gente joven o amateurs debería leer esto!

Reflexiones sobre la Seguridad en Producciones de Teatro Escolares, Amateur y Comunitarias.

Muchas obras que involucran escenas de combate son producidas por escuelas primarias o secundarias o para teatros comunitarios o amateur. Mientras que mantener márgenes de seguridad es una prioridad para estos tipos de producciones, es sabido que pocos, o ninguno, de los actores estarán entrenados en combate escénico o uso de armas. Sin embargo, escenas de combates muy efectivas pueden ser escenificadas de manera segura que harán justicia a cada obra individual.

- Escenificar escenas de combate realistas para chicos y ejecutantes jóvenes puede ser inapropiadamente violento. Los chicos quizás no tienen las habilidades físicas,

no están emocionalmente preparados, o no tienen la disciplina para ejecutar coreografías de combate naturalistas y complejas. Usa de mimo, danza, cámara lenta y otros conceptos no realistas para indicar la violencia.

Cuando me preparo para trabajar con estos grupos –conceptualizando escenas de combate, reuniendo armas y utilería- he tenido en mente que mientras menos experiencia tiene un ejecutante, más nervioso esta.

Ya que los elencos de las producciones escolares o comunitarias usualmente son grandes, se puede hacer un uso efectivo de movimiento en masa de los cuerpos.

Escenas de persecución. Las escenas de persecución son usualmente bastante seguras, si no involucran demasiada gimnasia o corridas en superficies resbaladizas. La misma regla cautelar se podría aplicar a sets/decorados multinivel, escaleras empinadas, o escenas de persecución a través del público. Todo esto puede ser muy efectivo, pero debe ser trabajado a fondo con antelación para prevenir y minimizar el riesgo de lesión. Acción emocionante puede ser sugerida por una escena de persecución buena (y segura). Una buena cantidad de comedia también puede ser encontrar en las persecuciones usando puertas, ventanas, reacciones grupales y una o dos sorpresas.

Armas. Corresponde decir algo sobre las armas siempre que uno está hablando de ejecutantes jóvenes o de teatro amateur o comunitario. Siempre dudo respecto de darle a alguien una espada de metal, un cuchillo u otra utilería realista y pesada, como un caño o un garrote, y jamás consideraría usar armas de fuego en esta situación. Se puede lograr mucho sin coreografía complicada y dificultosa y sin usar armas “reales”. ¡Además, quizás te estás buscando problemas! No hay nada malo con darles a ejecutantes inexpertos espadas bien hechas de plástico, goma o madera, cuchillos u otra utilería de destrucción. Este tipo de pensamiento sigue dos principios: primero, las peleas son más seguras; segundo, usualmente

incentiva las peleas “no realistas” que son inherentemente más seguras que la coreografía realista.

Se sabe de hace mucho que Hollywood le da armas de goma, madera y plásticos a los extras en las escenas de batalla gigantescas. Luego se añaden sonidos de efectos en la sala de edición para darle el efecto a la batalla. Esta misma técnica puede usarse en el escenario para añadir profundidad a grandes batallas o para sugerir combates fuera del escenario. Una grabación hecha mientras los miembros del elenco están golpeando cacerolas, ollas y palos, gritando, quizás superpuesto con tambores y cuernos para darle el efecto de una gran batalla cuerpo a cuerpo y va a ser muy divertido de crear para el elenco.

Cuando actores jóvenes o inexpertos deben realizar una escena de batalla sobre el escenario, más que fuera del escenario, uno debería darse cuenta de que pueden ser heridos por espadas de utilería de madera y uno debería, por lo tanto, mantener la coreografía al mínimo. Los golpes repetitivos son lo mejor aquí, ya que son fácilmente recordados y se ven aceptables cuando están hechos en distintas partes del escenario. Patrones como “Arriba, abajo, arriba, abajo” o “hombro derecho, hombro izquierdo, hombro derecho, hombro izquierdo” son lo suficientemente fáciles para que todos los recuerden. Mientras más joven el ejecutante, más fácil debería ser el patrón. Al mismo tiempo, mientras más inexperto el ejecutante, más amplios deberían ser los bloqueos o movimientos defensivos. Los bloqueos, amplios, con el brazo estirado, son lo que debe ser usado aquí para mantener el margen de seguridad máximo. Incluso los movimientos simples como esquivar agachándose y cortes al estómago son potencialmente peligrosos, así que, ¡TEN CUIDADO!

Escenas de Batalla. Otra sección de este libro trata de combates grupales, pero es sabio mantener en mente que más simple es mejor con ejecutantes jóvenes. El director de combate debe tener en mente claramente el área donde quiere que vaya cada combatiente individual. ¡El director de combate debería usar líneas hechas con tiza o con cinta sobre el piso

del escenario en los ensayos para ayudarles a los ejecutantes a recordar! Si el director tiene, por ejemplo, cuatro grupos de combatientes, debería darles tanto espacio sobre el escenario como le sea posible para que se metan en el espacio del otro. El director de combate debería considerar cambios de patrones simples, también, para mantener las cosas interesantes. El director de combate debe asegurarse que ambos grupos tengan el mismo número de golpes ¡De esta forma ambos combates deberían terminar al mismo tiempo!; ¡y en un grito fuerte y claro, que todos los grupos deben escuchar ellos pueden cambiar posiciones, añadiéndole además “confusión” a la batalla!

El director de combate puede tener peleas progresivas para mostrar pequeñas cantidades de coreografías. Por ejemplo: El Grupo 1 puede correr y comenzar, entonces los Grupos 2 y 3 pueden entrar y sumarse, y finalmente guardamos el Grupo 4 para un momento apropiado.

Los “extras o no luchadores pueden añadir a la emoción o corriendo a través del set (en áreas seguras), entrando y mirando, cayendo (cuidadosamente) sobre el escenario o muriendo de heridas no vistas hechas fuera del escenario o arrastrares hasta niveles superiores para alentar para su lado.

Otro consejo para las escenas de batalla, así como para combates más pequeños y de dos personas, es la cámara lenta. Acompañada de un cambio de iluminación y alguna música o tambores de fondo se puede ver incluso más dramática que una pelea a “velocidad real”. El director de combate puede trabajar con los ejecutantes cada detalle cuidadosamente, quizás usando un metrónomo para mantener a todos en el mismo “marco temporal”

También he usado la técnica donde todas las armas son mimas por la compañía. Ya que la gente joven usualmente es bastante física y creativa y ya que muchos de ellos han jugado “a la guerra” con armas fingidas, es técnica es muy natural para ellos. EL mimo también

abre un mundo enorme de posibilidades, desde arcos y flechas a lanzamientos de cuchillos a armas de rayos supersónicos.

Coreografía de Combate Estilizada. Los combates en el teatro para niños y musical a menudo se prestan para una aproximación estilizada. Estos tipos de combates a menudo pueden ser “danzados” sin necesidad de “realismo”. Si nos aproximamos a la escena de combate desde la danza, algo de la energía peligrosa de los ejecutantes jóvenes es disipada. La utilería también se puede abrir a armas sugestivas – eso es, longitudes de tubos de plásticos para las espadas, bufandas rojas para la sangra, un molino hecho con los cuerpos de los actores y hojas u otras ideas creativas y no tradicionales.

Armas de Utilería y Combates con Espadas. Muy poco se gana dramáticamente imponiendo una batalla dificultosa y realista en los ejecutantes, incapaces de ejecutarla de forma segura. Una buena regla aquí es: *menos es más*.

Cuando estamos recolectando utilería o haciendo espadas, es una buena idea recordad que debe ser segura, pero resistente. Una espada de madera debe ser muy resisten y gruesa en el mago para aguantar su propio peso y no quebrarse. Los bordes y las puntas deben ser cuidados también, para que no estén muy puntiagudos o filosos. Redondeado, obtuso y romo, romo, romo, es la clave aquí.

Otra idea para hacer espadas es tener largos tubos de plástico huecos, acolchados con espuma y luego encintados con cinta aislante. Se puede hacer una guarda con una botella de plástico cortada a la mitad y encintarla también. Estas “espadas” son livianas y fácilmente manipulables por manos pequeñas. También pueden ser cortadas a medida.

Las espadas de utilería no están destinadas para largas secuencias de “cortes y bloqueos”. La madera se va a astillar y a debilitar de este tipo de abuso. Las espadas de madera son para mover de un lado a otro, amenaza y mimar cortes, pero nunca para combate

real. Lo mismo es cierto para el plástico, aunque, ya que el plástico es ligero, un poco de “combate” es posible. Me refiero específicamente a esas espadas de juguete con un molde hueco o esas hechas cuidadosamente con materiales resistentes.

Mantener una distancia segura entre luchadores es un concepto complicado para los ejecutantes profesionales. ¡Es casi imposible para los jóvenes! Si un director de combate está montando una pelea entre dos o más personajes, los personajes deben ser cuidados desde cerca ya que se encimarán los unos con los otros. El director de combate debería intentar mantenerlo lo más lejos posible, para que las “espadas” apenas puedan tocarse. Un ejercicio es tener a un ejecutante sosteniendo su espada totalmente estirada y dejar que el compañero “corte” sobre ella. Luego pueden cambiar, con el primer compañero “ofreciendo la espada”. Se debería recordar siempre a lo largo de los ensayos que mantenga la distancia.

También se puede hacer utilería de “reemplazo” de muchas formas distintas. Se pueden hacer garrotes muy efectivos con un calcetín relleno de algodón o rocas de goma espuma pintada.

Heridas y Asesinatos. Para ejecutantes inexpertos, los asesinatos “realistas” están fuera de cuestionamiento -y quizás son inapropiadamente violentos. Puñaladas, cortes y estocadas con espadas de metal son ilusiones avanzadas técnicamente y son bastante peligrosas para ejecutantes profesionales, ni mencionarlo para gente no entrenada y muy joven.

Más que intentar “asesinatos” realistas, en este nivel son mejores los “indicados” al público. La forma más fácil de matar a un personaje con una espada es la probada y útil estocada bajo la axila. La espada, sin embargo, jamás debería ser apuntada directamente a otro ejecutante, sino a los lados de las costillas por seguridad. Como regla, los “cortes” hechos con el “filo” de una espada de madera o plástico son más seguros que las estocadas. De esta

forma la punta nunca se está moviendo directamente hacia otro ejecutante. Si el “filo” de la espada se *posiciona* en el estómago o pierna de otro y se desliza cuidadosamente sacándola del camino, con una reacción apropiada de la persona siendo herida o asesinada, puede verse muy efectivo y es razonablemente seguro.

El peligro viene de sacar la espada hacia la cara o no sacar del camino de otro ejecutante o “cachetearla” muy fuerte. Otro daño puede venir de una reacción violenta a la herida donde el ejecutante herido se tira al piso o hacia su compañero sin mirar, chochando contra él o contra su espada.

Más que arriesgar este tipo de lesión, el ejecutante herido debería desarmarse lentamente en el suelo o caer en los brazos de unos cuantos “extras”, “asistentes” o “soldados” que están esperando y que lo van a agarrar y bajar al piso. Las espadas y cualquier otra arma deberán ser soltadas antes de caer en los brazos de otro ya que uno de estos “atrapadores” podría ser herido por esta utilería.

Una puñalada siempre debería ser corrida hacia un costado a último momento y hacerse sin contacto, incluso para un cuchillo de goma o plástico.

Tampoco hace falta decir que ejecutantes sin experiencia *jamás* deberían ser confiados con armas de fuego de ningún tipo.

Creo que muchos, muchos tipos de escenas de combate son escenificables con jóvenes ejecutantes o sin entrenamiento de la comunidad. Pero intentar mucho es arriesgar una lesión, y ninguna producción vale ese precio. La atención cuidadosa al detalle, el no empujar a los ejecutantes más allá de sus límites y un poco de creatividad pueden servir de mucho para minimizar el riesgo.

La concentración es complicada para los ejecutantes jóvenes. Intentar una complicada escena de combate realista es más de lo que la mayoría de los estudiantes de secundaria

podrían absorber. Hay ciertas excepciones a esta regla, pero uno siempre debería mantener las sesiones cortas y mantener una concentración fuerte en el trabajo. Un director de combate debería recordar lo siguiente:

- Mantén las ramas lejos de las áreas de la cabeza y el rostro.
- Nunca uses armas de fuego reales, pistolas o rifles de ningún tipo.
- Mantelo simple.
- Usa la multitud para “esconder la acción”
- Ensaya el combate desde el principio, no a último minuto.
- No uses armas de metal si otra cosa puede funcionar.
- Mejora las escenas de combate con luces y efectos de sonido.
- Asegúrate de que las armas de utilería estén acolchadas y romas.
- Presta mucha atención al espacio entre los ejecutantes y a la distancia entre ellos.
- Está atento a la energía excesiva y el entusiasmo.
- Considera la cámara lenta como una alternativa segura al realismo
- Espera que los actores jóvenes realicen los combates al menos diez veces más rápido que la velocidad de ensayo, no importa lo que hagas.
- Enseña la coreografía por un periodo de semanas o meses, reduce la complejidad en proporción directa a (1) la edad de los ejecutantes y (2) la cantidad de tiempo de ensayo.
- ¡MENOS ES MÁS!

Responsabilidad Legal

Es naturaleza humana que los accidentes ocurren. Hacemos todo lo que podemos para prevenirlos. Cada elemento de una pelea escenificada es importante para la seguridad general

de los actores. Y debería entenderse que la responsabilidad de la seguridad de los actores cae directamente sobre los hombros del director de combate.

Los directores de combate tienen que asegurarse de que no se les suba a la cabeza. Si un director de combate no tiene el entrenamiento en el uso de un arma en particular, él o ella no debería pretender o tergiversar la información en su currículum. En una corte legal quizás tenga que probar tu entrenamiento al jurado.

Hay varias cosas que un director de combate puede hacer para protegerse y estar preparado en caso de una pregunta sobre su responsabilidad legal. Primero, un director de combate debe ser sensible a las capacidades de un actor. Un director de combate no debería hacer que un actor ejecute coreografía que es muy complicada o peligrosa para el actor. ¡Sabe cómo decir no! Esto puede requerir que un director de combate rechace escenificar algo que el productor o el director tiene en mente. Si en la opinión de un director de combate, un evento, movimiento o efecto particular es muy peligroso, el director de combate debe estirar su columna y decir ¡no! ¡Es el trabajo de un director de combate! Recuerda el director de combate es el experto en seguridad.

Es una buena idea tener una notación de tu coreografía: de esta forma si alguna vez hay una pregunta sobre cómo fue concebido un movimiento, está en blanco y negro.

Algunos directores de combate incluso tienen seguro de responsabilidad legal. En el caso de un accidente y una demanda, el director de combate no debería depender de la compañía de seguros del teatro para cubrirlo o cubrirla al menos que sea parte del contrato de ese director de combate.

La mayoría de las demandas por responsabilidad legal buscan probar la negligencia. Bajo la ley, la negligencia tiene 4 elementos.

1. *Deber*: Nuestro deber de escenificar un combate seguro.
2. *Incumplimiento*: Específicamente como incumpliste ese deber.
3. *Causa*: Razón del incumplimiento, como inexperiencia o alcoholismo

4. *Daño*: Daño específico causado por tan incumplimiento del deber

Los siguientes son algunos consejos que pueden ayudar a un director de combate a evitar una demanda por negligencia:

1. Compra equipamiento que cumpla o exceda tus necesidades.
2. Mantén registros de compra, reacondicionamiento y mantenimiento.
3. Compra de distribuidores reconocidos.
4. Haz que los distribuidores monten el equipo. No compres partes ni las ensambles tú mismo al menos que tengas experiencia.
5. Advierte a los actores sobre los riesgos involucrados en una escena de combate.
6. Ensaya con testigos, como algún personal de la gestión escénica.
7. Reconoce si un teatro no puede enfrentar la compra de equipamiento seguro, los combates deben ser re-concebidos.
8. Mantén registros de tu propio entrenamiento: horas, cursos, profesores.

Actuando el combate

La cosa más importante, además de la seguridad, sobre cualquier combate escenificado, es la HISTORIA. Contar la historia bien va a comprometer al público, los actores deben ACTUAR el combate. Es más fácil decir esto que hacerlo.

Muchos actores, atrapados en la técnica del combate, se olvidan de que los “movimientos” deben ser interpretados tanto como el texto de la obra. Pelear sin motivación, objetivo y a través de las líneas, es sólo “atravesar las emociones” y el público no va a seguir la historia o el espectáculo. La actuación involucrada emocionalmente debe estar en el núcleo del conflicto; y el director de combate, el director, y los actores deben mantener este objetivo final en mente desde el primer ensayo hasta el estreno y después.

Cada actor y director se aproxima al objetivo del espectáculo de forma diferente, pero aquí hay unas cuantas reglas simples que abarcan los diferentes estilos y que son elementales para cualquier combate bien ejecutado.

1. El público debe crear lo que cada personaje es capaz de hacer, tanto psicológicamente como fisiológicamente.
2. Los objetivos del personaje dirigen el combate.
3. Evita los estereotipos. La decisión y movimiento de los personajes debe ocurrir orgánicamente.
4. La emoción “real” debe ser mantenida a raya durante el combate, sin embargo, hay lugar para los momentos “reales” durante las pausas.
5. Cada personaje cree que él o ella “tiene razón” y que va a ganar la pelea.
6. Ningún personaje quiere morir, incluso en el momento de la muerte (¡exceptuando el suicidio!).
7. La respiración y la vocalización son herramientas importantes y son esenciales para el combate.
8. Evita lo obvio, lo esperado, lo redundante y lo repetitivo.
9. Cree que el combate está sucediendo por primera vez.
10. En los ensayos, los actores deberían explorar estilo, movimiento del personaje, postura, acciones básicas del esfuerzo de Laban, patrones, ritmos, tempo.
11. Atrévete a tomar decisiones (de actuación, no decisiones peligrosas) en los ensayos.
12. Usa imágenes de animales para alterar el estilo, movimiento o interpretación.
13. *Invieste el movimiento* de realidad y convicción. ¡Si no te lo crees, el público jamás lo hará!
14. ¡La seguridad primero, última y siempre!

Actuar el Combate

Encuentro que las actuaciones más exitosas son debido a la colaboración del actor conmigo en la creación del combate, más que el actor meramente mimando mi coreografía.

¡Haz tu tarea en casa! Toma decisiones sobre cómo se sentiría, movería y pelearía tu personaje y comunica éstas ideas a tu director de combate. A menudo les recuerdo a mis estudiantes que no hay dos personajes iguales y que ningunos dos pelearían igual. No todos los personajes son jóvenes, están limpios, saludables, descansados, bien alimentados, bien arreglados, son psicológicamente estables, entrenados brillantemente o están peleando en un espacio seco, derecho y bien iluminado. Sin embargo, muchos actores caer en el movimiento generalizado de “combate” no importa a quien estén interpretando.

Movimiento del personaje. ¿Cómo pelea cada personaje? Bueno, una examinación rápida de las circunstancias dadas le dará al actor un punto de partida. Aquí hay algunas cosas simples que van a afectar como se mueven y combaten los personajes. Recuerda que cada decisión que toma un actor afectara la vida física del personaje, de los zapatos que está usando a su visión de mundo.

- Edad
- Motivación
- Salud
- Dolor
- Proporción altura/peso
- Inteligencia
- Posicionamiento social/Cosmovisión
- Salud psicológica

Unidades de Actuación. ¡De lo que estamos hablando aquí es de decisiones fuertes! Los actores preparan un rol decidiendo sobre los rasgos específicos del personaje que van a interpretar, y claramente analizar la escena de combate debe ser parte de ese proceso. Es importante que un actor se aproxime a los ensayos de combate con algo más que sus líneas aprendidas y con ideas claras y de ayuda sobre CÓMO el personaje del actor usara una espada, atacara, se parara, saludara y se moverá generalmente a través de las diferentes unidades del combate. El actor debe ser específico y comunicar sus ideas al director de combate, para que la coreografía sea responsiva a ellas.

Para ayudar al actor a lo largo de su camino de creación de la vida física del combate, el actor necesita anotar las unidades de actuación de su combate. La vida física debe ir de la mano con la vida psicológica y subtextual del personaje que un actor está interpretando. Con suerte, el director de combate habrá dividido el combate en frases. Cada una de estas frases usualmente implica un cambio en las unidades de actuación.

El trabajo del actor es tener estas unidades claras en su cabeza para poder interpretarlas, de otra forma el actor está meramente actuando momento a momento, un corte de espada a otro, sin objetivo para que lo vea el público.

Relajación. Es un trabajo tremendamente difícil como actor estar a la vez comprometido emocionalmente en una escena de conflicto físico, pero al mismo tiempo consciente de la coreografía de combate y en la necesidad de continuar respirando y de mantener el cuerpo energizado pero relajado y el combate seguro. Hay una cualidad casi esquizofrénica al realizar un combate, ya que un actor debe ser consciente del próximo movimiento en la coreografía, pero aun actuar momento a momento.

Sólo mediante ensayos repetidos y constantes un actor puede relajarse lo suficiente con la coreografía como para que entre al subconsciente y a la memoria muscular. Esto no puede

sucedir de otra manera, y es la clave para una interpretación realmente relajada y orgánica de la coreografía de combate.

Un actor no debería meramente depender de los ensayos de combate programados para trabajar en su coreografía. Un actor debería pasar los combates en su cabeza muchas veces diariamente durante los ensayos. Debería visualizar el combate, movimiento por movimiento, unidad de actuación a unidad de actuación, hasta que se vuelva una película que puede ser retrocedida a voluntad.

Partitura Vocal. La partitura vocal de un combate es tan importante como los movimientos individuales de un combate. La voz de un actor es un instrumento de ataque, un espejo de las emociones. Muchos dramaturgos incluyen diálogos dentro de las escenas de combate, sin embargo, los “gruñidos y quejidos” son igual de importantes.

Un actor debería experimentar desde el primer día para crear la partitura vocal para su personaje. Respiración fuerte, gritos y esfuerzo físico, tanto como dolor, miedo y triunfo, son todos rasgos humanos que ayudan al público a involucrarse en la contienda.

Como estas vocalizaciones son agotadoras para la voz, un actor debería trabajar con un entrenador vocal para ayudarle a posicionar estas vocalizaciones de una forma en que no dañe su voz.

Compañerismo. Ser un buen compañero es vital. Conectarse con un compañero emocionalmente, visualmente (contacto visual) y físicamente es extremadamente importante.

La sincronización de los movimientos, el flujo de las emociones, el sentimiento de cumplir o fallar objetivos es todo sobre el compañerismo.

A los actores les digo, cuiden de sus compañeros en las escenas de combate. Si están cansados, vayan más lento. Si están dudosos, denles confianza para continuar. En general, cuiden de ello y ellos cuidaran de ustedes y todo mejorara. ¡Se un compañero generoso!

Cómo Morir

Los personajes siempre están muriendo sobre el escenario. Los actores siempre están golpeándose contra el escenario, moreteándose las rodillas y caderas en el proceso e intentando no respirar muy fuerte para no arruinar la ilusión.

Un buen lugar para comenzar a detallar una escena de muerte es hacer alguna investigación sobre qué le pasa realmente a un cuerpo cuando es apuñalado, disparado o, de otra manera, violado. Uno debería hablar con doctores o enfermeras sobre experiencias de la vida real o ir a la biblioteca y examinar libros médicos o patológicos.

Diferentes estilos de teatro requieren distintas aproximaciones a las escenas de muerte. Los actores deben entender la importancia que el dramaturgo le otorga a la muerte.

Finalmente, unos consejos sobre cómo no morir. Evita morir con tus ojos o tu boca abierta: son invitaciones para los insectos voladores. No mueras en posiciones incómodas que son complicadas de sostener. No mueras con tu parte posterior apuntada a la primera fila. Mientras más tiempo permanece un cuerpo muerto sobre el escenario, menos muerto se ve; haz que te arrastren fuera o te cubran con un vestuario, tela o bandera.

Trabajar con un Director de Combate

Los directores de combate a veces exhiben distintos rasgos de personalidad. Estos son:

- El bravucón
- El entrenador de esgrima

- El gurú
- El amigo
- El profesor
- El macho
- El sargento instructor.

Un actor debe aprender a trabajar con todos. Los aportes de un actor, sin embargo, son importantes para el proceso creativo. Un actor debería compartir sus pensamientos y sensaciones sobre la habilidad de combate, elección de arma y estilo de combate de su personaje. Si un actor no tiene entrenamiento desde donde aportar, debería hablar generalmente sobre cómo ve a su personaje. Este aporta no puede ayudar, pero sí influenciar al director.

También es importante que los actores compartan información sobre lesiones o limitaciones físicas o miedos que puedan tener.

Mientras que los directores de combate competentes van a agradecer los aportes de un actor, un actor debería tener cuidado en no sobrecargar a un director de combate con muchos consejos. Usualmente no hay time para hablar sobre cada movimiento del combate y explorar alternativas. El director de combate tiene un problema de tiempo, uno que los actores deben respetar.

¡Finalmente, un actor debería hacer su tarea en casa! En los ensayos, un actor debería trabajar su coreografía justo como haría con sus líneas. Un actor debería aparecer en los ensayos sabiendo el combate del día anterior, tomar notas, calentar, concentrarse y ¡divertirse!

Una Nota Final. ¡Realizar escenas de combate es una oportunidad maravillosa para un actor y debería ser disfrutada! Una vez que un actor ha dominado la coreografía, debería trabajar con su compañero para hacer la pelea tan emocionante como sea posible y trabajar para encontrar verdad en los movimientos del combate.

¡Si un ejecutante anticipa una carrera en actuación, debería entrenar! Debería buscar profesores competentes y directores de combate que compartan su conocimiento. Las habilidades de combate como el combate teatral con espadas, el combate desarmado, las caídas, y el movimiento de época son habilidades que van a durar toda la vida. Las artes marciales populares también pueden ayudar a un aspirante a actor: la mejor entre ellas es aikido, pero karate, kendo, judo, y pensak silat también tienen cualidades importantes, de las cuales las menores no son el respeto por la tradición y la disciplina física. Paralelo al entrenamiento físico esta la investigación. Un actor debería leer todo lo que pudiera sobre duelos, guerra, armas y armaduras, e historia.

Un actor debería trabajar duro para construir una escena de combate, entrenar para incrementar sus habilidades y fortalecer su cuerpo, divertirse e interpretar el combate con disfrute, estilo, y esa indefinible cualidad de ZA!¹

Cómo Liberarse de la Ansiedad de Actuación en las Escenas de Combate

1. Siempre ensaya con la velocidad de ejecución como objetivo *final*.
2. Siempre conecta con los ojos de tu compañero antes de comenzar el combate y antes de las secuencias complicadas.
3. Crea un “frase segura” en caso de pérdida de memoria. Decide si va a volver a un punto específico en el combate o si va a ir a un punto predeterminado cerca del final. ¡Ensayo esto!
4. ¡Sigue respirando! Esto ayuda a liberar el cuerpo completo – ¡y además necesitarás el oxígeno!

¹ "Za" era la palabra de Cean para la mordedura del acero - una excitación, energía y explosión de vida en un solo momento (Walker-Fitzpatrick). Braun McAsh recuerda a Paddy - su antiguo maestro de lucha - diciendo que nada encarnaba mejor el espíritu del combate escénico que el corte en el aire". *Battles Staged By...: The Development and Organization of Stage Combat in Canada* (2012). J. Harrison, Nicholas.

5. No te preocupes sobre recordar la pelea completa de una vez, solo recuerda los primeros movimientos y el resto vendrá solo. ¡Relaciona la coreografía con las UNIDADES DE ACTUACION!
6. Más lento es mejor, si no estás seguro.
7. Más complicado *no* es mejor.
8. Si te olvidas los movimientos, vuelve atrás: *¡No inventes!*
9. Aprende a “pelear con los dedos” la coreografía (repasarla con tu compañero usando los dedos) en el detrás de escena o en los vestidores tan cerca del combate como sea posible.
10. No te saltes los ensayos de combate.
11. Empieza el combate a velocidad lenta o moderada; esto le va a dar lugar a progresar. Si el ritmo es muy rápido, es más difícil de sostener. Mantén el ritmo.
12. En combates grupales o batallas masivas, ten cuidado con aquellos alrededor de ti. ¡Podrías golpear a alguien o ser golpeado! ¡Nunca cambies el tempo de tu coreografía ya que va a afectar a aquellos alrededor de ti!
13. Si estas en una función completamente perdido y tu personaje debe morir, no puedes evadir eso, ¡suicídate! Es actuación burda, pero vas a vivir para ensayar de nuevo.
14. Ensaya el escenario de una espada rota. Haz que el capitán de combate diga “Espada rota, Romeo (o quien sea)” durante un ensayo y ensaya lo que harías en esa situación. Siempre debería haber una espada adicional ya sea en el escenario, o vestida o acarreada por otro personaje, o inmediatamente fuera del escenario. Comprueba que esta espada de seguridad sea prefijada cada noche.
15. Finalmente, *¡sé el mejor compañero que puedas ser!* Un combate no es dos monólogos, sino un dialogo físico. Es sobre compartir, sincronía e ilusión.

Armando el combate

El proceso de armado del combate debería ser tan cuidadosamente investigado por el proceso de vestir a los actores. ¿Cuál es la mejor forma de invertir el poco dinero disponible que el presupuesto de utilería usualmente tiene?

Muchas preguntas deben responderse antes de levantar el teléfono y comprar o alquilar armas:

1. ¿Cuál va a ser el periodo histórico o el concepto de la obra?
2. ¿Cuántas armas se van a necesitar?
3. ¿Qué tipo de armas se van a necesitar?
4. ¿Nos alcanza el presupuesto?
5. ¿Alquilar o comprar?
6. ¿Han sido olvidadas las pequeñas cosas? (como armas de repuesto, fundas, elementos de mantenimiento, etc.).

Armas a Través de las Épocas

Una parte importante de elegir las armas correctas para una obra es entender la vasta cantidad de opciones disponible. Un director de combate que no está familiarizado con estas opciones se limita, así como a los actores a un conjunto individual de conceptos coreográficos:

Debajo una lista de las armas escénicas principales de 4 periodos en la historia.

Grecia Antigua y Roma

- Espada (“corta” o “gladius”)
- Daga
- Escudo
- Lanza

- Honda
- Tirapiedras
- Arco
- Armadura
- Jabalina
- Tridente
- Red

Europa Medieval 1066-1450

- Espada ancha de dos manos
- Espada ancha de mano y media o Espada bastarda
- Espada ancha de una mano
- Escudo
- Daga
- Hacha
- Maza
- Estrella de la Mañana
- Cadena con un peso
- Mangual
- Armas de asta:
 - Pica
 - Alabarda
 - Partisana
 - Hacha de asta
 - Guja
 - Martillo

- Horquilla

- Bastón (Lanza Larga)
- Arco Largo
- Ballestas
- Cañón de mano
- Martillo de guerra
- Hacha de guerra

Renacimiento Europeo (1450-1660)

- Espada ancha
- Estoque
- Daga
- Arco Largo
- Ballesta
- Arma de asta
- Hacha de mano y de guerra
- Escudo
- Rodela
- Capa
- Guantelete
- Estoques duales
- Armas de fuego
- Arcabuces
- Pistola/rifle de llave de rueda
- Pistola/rifle de llave de chispa
- Maza

- Martillo de guerra
- Linterna
- Bracamarte
- Puñal

Periodo de la Restauración (1660s)

- Espada chica
- Sable
- Daga (estileto, puñal)
- Arma de Asta
- Armas de fuego
- Bayoneta acoplable
- Espada de caza

Equipo Protector para Actores

El equipo protector para evitarle una herida a un actor a menudo es olvidado en el apuro de escenificar un combate, pero puede ser tan simple como usar rodilleras o tan elaborado como acolchar partes del set.

¡Es importante recordar que la protección NO HACE INVULNERABLE A UN ACTOR!

Protección Básica.

- Rodilleras (las grande de fútbol americano)
- Coderas (las rodilleras pequeñas o las protecciones largas de antebrazo que llegan al codo)
- Riñoneras (del tipo de fútbol americano)

- Conchero (protección para la entrepierna)
- Canilleras (de plástico duro y con espuma detrás)
- Muñequeras (con inserciones de metal o plástico duro)
- Protección de cuero o Kevlar: estas protecciones personalizadas pueden ayudar a proteger de un corte de contacto o una herida de puñalada. Aun así, este tiene que tener mucho cuidado al realizar estas ilusiones, ya que las protecciones no están diseñadas para DETENER una hoja, sino para proteger al actor del impacto o abrasión. Un chaleco de Kevlar puede ser creado de una chaqueta de esgrima.
- Protección personalizada: hecha con espuma para las zonas que necesitemos. Puede estar escondida bajo el vestuario.

Sangre Escénica

Hay veces cuando la sangre debe ser usada para lograr el efecto requerido. Primero veremos algunas de las formas más comunes de usar sangre en el teatro, antes nos focalizaremos en cómo lograr estos efectos especiales.

Sistemas de Suministro de Sangre y Trucos Simples

1. *Bolsas de sangre, grandes o chicas*: Usualmente escondidas en bolsillos, manos, utilería, en el decorado o encintadas al cuerpo de un actor.
2. *Botellas apretables*: Botellas de plástico escondidas en el decorado donde los actores puedan alcanzarlas. A veces otros actores pueden echar sangre en sus compañeros actores o en sus bocas.

3. *Esponjas de sangre*: Son pequeñas esponjas dispuestas en contenedores a prueba de fugas que pueden estar escondidos en el decorado, donde los actores pueden meter sus manos/dedos para mancharlos con sangre.
4. *Dispositivos explosivos*: Los pequeños petardos entran en esta categoría. Éstas son cargas explosivas pequeñas colocadas debajo del vestuario de un actor, diseñadas para simular una herida de bala.
5. *Hidráulicos*: Con este sistema hecho con bombas operadas a batería, tubos de cirugía y alta tecnología, se genera un sistema de suministro hidráulico de sangre. Es un método de suministros muy caro, que sólo debería ser diseñado y construido por un profesional de efectos especiales, acompañado por un maquillador de prótesis.
6. *Piezas impregnadas de utilería o del decorado*: Este es un sistema de suministro que se basa en que el actor golpee o sea golpeado por una pieza de utilería o decorado construida con una parte suave impregnada con sangre. El contacto con la parte suave dejará un poco de sangre en el actor.
7. *Cambio de utilería*: Esta es una ilusión simple donde una utilería limpia es cambiada por una previamente ensangrentada.
8. *Cuchillos falsos*: Un “Cuchillo de sangre” puede ser hecho por el departamento de utilería, removiendo el mango del cuchillo y reemplazando todo o parte de él con una ampolla exprimible.
9. *Armadura corporal*: Dispositivos de bolsas de sangre dentro de la armadura corporal que uno puede realmente apuñalar y que sangrarán pueden ser hechos tomando el molde de la parte del cuerpo de un actor (pecho, pierna, espalda) y moldeando dos centímetros de policarbonato en esa forma. La forma resultante es unida forrada o

revestida con protección y acomodada con tiras y una protección de cuero es pegada permanentemente en el frente del área a ser golpeada. La bolsa de sangre es encintada en posición sobre el objetivo y una capa de Styrofoam® es puesta sobre ella (para que el cuchillo tenga algo en donde atascarse).

Cómo Hacer Bolsas de Sangre

1. Las bolsas de sangre constituyen el “método de suministro” más común y menos caro. Las bolsas son fácilmente hechas por el departamento de utilería y son o vestidas por el actor, o pasadas a un actor en el momento apropiado por otro actor, o escondidas en el escenario para ser recogidas en un momento conveniente.
2. El dispositivo manual más simple o la bolsa de sangre corporal están hechos con bolsas de plástico. Estas pueden ser hechas de muchas formas y ser hechas antes de la función cada vez. Estas bolsas pueden ser grandes o chicas y son difíciles de romper. Aquí cómo hacerlas:

Bolsa de Sangre Chica.

1. Compra una caja de las bolsas de plástico para sándwiches más barata.
2. Echa la mezcla de sangre en una esquina de la bolsa.
3. Cierra la bolsa enroscándola y haz un nudo.
4. Lleva el nudo contra la esquina donde la sangre fue echada y apriétalo bien para hacer un empaque tan tenso como sea posible.
5. Corta el exceso de plástico.

Bolsa de Sangre Grande.

1. Compra una caja de las bolsas de plástico para sándwiches más barata.
2. Echa una buena cantidad de la mezcla de sangre.
3. Con cuidado cierra la parte de arriba de la bolsa con cinta, dejando una pequeña abertura.
4. Con cuidado aprieta y saca cualquier aire remanente.
5. Sella la bolsa.
6. Encinta la bolsa a un soporte (cuero, madera, plástico) para que quede bien ajustado.
7. La bolsa debería sentirse tirante y debería poder romperse fácilmente.

Es inusual hacer bolsas de sangre más grandes que el tamaño de un sándwich porque se vuelven inestables y es probable que se rompan bajo su propio peso.

Romper Bolsas de Sangre.

Romper bolsas de sangre, como dicen, es más fácil decirlo que hacerlo. Una pequeña bolsa de sangre sostenida en la mano puede ser “cacheteada” contra el cuerpo para romper la bolsa y conseguir el efecto requerido. Las bolsas más grandes pueden tener que ser apretadas para que se exploten, y se suele necesitar un poco de ensayo para esto.

Las bolsas manuales a veces chorrean sangre en direcciones extrañas y ensayar con bolsas de agua a menudo soluciona este problema, aunque el agua corre más rápido que la sangre. La bolsa debe ser sostenida firmemente y la mano debería abrirse solo en el último segundo antes de impactar contra el cuerpo. A menudo, las bolsas grandes deben ser “ordeñadas” de sus contenidos presionando, exprimiendo o, de otra manera, manipulando el

lugar con las manos. Uno no debería dejar esta parte vital de la ilusión para el último ensayo con vestuario, ya que es más difícil de lo que parecería.

Sangre de la Boca

A veces, debe parecer que los actores están sangrando de su boca, o porque han sido golpeados en el rostro durante una pelea de puñetazos o quizás fueron apuñalados y están teniendo hemorragia interna.

La solución más común este problema es usar una pequeña bolsa de sangre pre-hecha del tipo de las “bolsas de sándwich”, deslizada dentro de la boca en un momento crucial. Esto puede volverse un problema cuando el actor debe pelear con una bolsa llena en su boca o debe hablar mientras está muriendo, ya que la bolsa vacía se mete en el camino de la producción vocal; además, una bolsa en la mejilla le da al actor un vago aspecto de “ardilla”. Es mejor que la bolsa este fuera de la boca hasta el último momento posible. Es escondida en un pañuelo y dada al actor por otro actor, la bolsa puede ser deslizada dentro de la boca durante un ataque de tos, de otra forma puede ser palmeada.

Ocasionalmente ocurre que un actor debe realizar una escena de combate completa con la bolsa de sangre en la boca. Esto puede ser peligroso ya que podría ser accidentalmente inhalada durante el esfuerzo físico del combate. Uno debería tener cuidado si uno intenta esto, pero debería intentar evitarlo.

El método de suministro de sangre de la “bolsa en la boca” también necesita descartar la bolsa vacía una vez que ha sido explotada mordiéndola. ¿Qué hacer con este poquito de plástico? Bueno... con suerte puede mantenerse en la boca si el personaje muere, hasta que el actor sea quitado del escenario. En las patas puede ser escupida de forma segura. Sin embargo, si el actor debe sangrar por la boca y continuar hablando, la única respuesta es

enrollarla con la lengua y ponerla debajo de la misma o pegarla en el paladar para ser removida en la primera oportunidad.

Otras opciones a la bolsa de plástico en la boca incluyen esconder una botella apretable en el bolsillo del actor, o esconder en el escenario una esponja de sangre para mojar los dedos y mancharse con sangre los labios y la barbilla. Otra opción es esconder una botella apretable, que puede ser escondida en el decorado o ser palmeada por otro actor en el escenario y chorreada directo en la boca en un momento ventajoso del combate (durante una caída o un tropezón entre la multitud), de esta forma el actor no tenga nada más que un poco de líquido en la boca y nada de plástico por reciclar.

Sangre en los Vestuarios

La sangre es la pesadilla de los vestuaristas y el personal de guardarropas.

Durante el suministro de sangre, debe tenerse cuidado de que otros actores no sean accidentalmente manchados o se arrodillen en la sangre en el suelo.

He trabajado con muchos vestuaristas profesional en mi carrera y todos tienen distintas aproximaciones al “problema de la sangre”. La solución usualmente se logra de diferentes formas juntas:

1. El material puede ser tratado con una sustancia a prueba de agua para reducir la penetración en las fibras.
2. El uso de una receta de sangre con base de jabón es vital.
3. La inmersión inmediata del artículo en agua fría cuando sale del escenario reduce la mancha.
4. Uno quizás es capaz de lavar el artículo con lejía (nota que muchas telas no pueden ser blanqueadas).

Otro truco que he usado es tener una sección desechable del vestuario, o un área del vestuario que puede ser revelada por así decirlo, removiendo una capa, que muestra al público una herida sangrienta fresca aparente. La herida, sin embargo, ha sido pintada permanentemente en este vestuario y hecha para verse fresca y húmeda. Está, sin embargo, seca, no puede manchar a otros actores, no va a chorrear y no requiere mantenimiento. Este proceso también funcionara para prótesis escondidas debajo de los vestuarios.

Siempre que sea posible uno debería intentar mantener la sangre fuera de los vestuarios. Para reducir la posibilidad de que la sangre ensucie los vestuarios, y para hacer que los actores estén lo más confiados posible, los manchones con sangres deberían ser trabajados con mucha antelación al estreno, idealmente con la cooperación y supervisión de un miembro del departamento de vestuario.

Ensayos con Sangre

Es importante que los actores se acostumbren a tratar con todas las pequeñas bolsas, botella y esponjas necesarias para crear una ilusión satisfactoria. Cuando esta utilería se maneja mal o es usada de manera incómoda, el público es consciente de que algo está mal.

Tu aliado clave en los ensayos del manchado con sangre es el AGUA. Lisa bolsas, botellas y esponjas son llenadas con la vieja y buena H₂O, y las bolsas son rotas una y otra vez en los ensayos sin daño a las personas o a los vestuarios. Todos los problemas pueden solucionarse de esta manera con un desorden y costo mínimo. El personal de utilería puede acostumbrarse a hacer los dispositivos y los actores pueden acostumbrarse a lanzarlos, esconderlos y romperlos.

También que descubierto que ocasionalmente una bolsa de sangre llena con agua se va a ver como sangre en el escenario bajo las luces. Esto puede solucionar un problema de

limpieza mayor. Dependiendo del color del vestuario (Azules oscuros, rojos y púrpuras son los mejores) y el color de las luces, y dependiendo de la distancia del público con el escenario, el vestuario mojado con una explosión de una bolsa de agua *puede* verse como sangre. Los directores deberían probar esto por sí mismos.

También es importante ensayar los distintos tipos de heridas pretendidas para hacer que la sangre fluya. Las heridas de los variados cortes y estocadas con cuchillo o espada, golpes y disparos deberían ser ensayados cuidadosamente para no lastimar a los actores.

Finalmente, durante un ensayo técnico, la sangre debe ser usada con todos los elementos del espectáculo: iluminación, vestuarios, efectos especiales y demás. Debe hacerse una vigilancia cercana del escenario para asegurarse de que las bolsas de sangre o los actores ensangrentados no goteen en el escenario. Si se pasa por alto en los ensayos, este pequeño problema puede tener un efecto expansivo a lo largo de varias escenas y puede potencialmente crear un problema o manchar un vestuario varias veces durante la noche.

Sangre en el Escenario

Entiende desde el inicio que la sangre va a manchar el escenario, creando condiciones resbaladizas. Uno debería permitir esto en la fijación y tener un tramoyista o personaje en la obra que limpie con una toalla húmeda seguida por una toalla seca, tan pronto luego del accidente como sea posible.

Otro problema común es que otros actores se ensangrienten cayendo o arrodillándose cerca de personajes heridos.

Finalmente, uno debería ser consciente de que, si no se limpia la sangre, correrá el riesgo de manchar los vestuarios en escenas posteriores.

Alternativas a la Sangre

Sí, hay alternativas a la sangre. El método obvio es no usar nada. Absolutamente nada. Deberíamos permitir que nuestras imaginaciones hagan maravillas y nuestra incredulidad sea suspendida.

Sin embargo, usando alguna utilería creativa puede ayudar al público a involucrarse en una escena de muerte mejor. Tomando un ejemplo de la opera China, el uso de una larga seda roja puede funcionar de maravilla. También el uso de plumas rojas, rayos o estrobos de luz roja (con combates en cámara lenta), luces pines en la cara, y rayos de luz roja pulsante donde la escena de muerte es posicionada.

Estas alternativas a la sangre escénica real son, a veces, mucho más efectivas que la pegajosa sangre escénica para lograr que los miembros del público usen su imaginación y suspendan su incredulidad. Siempre es valioso considerar una alternativa a la sangre escénica, que puede ser un trabajo intenso, y desordenado. Sin embargo, si uno desea hacer sangre escénica, las recetas están debajo.

Recetas de Sangre

Hay tres tipos de sangre escénica que se pueden usar. La primera es la que llamo "Sangre de boca". Esta es hecha con productos naturales y puede ser usada de manera segura en la boca.

La segunda, que tiene una base de jabón, la llamo "sangre de vestuario" debido a su conveniencia para el uso en vestuarios. El tercer tipo es sangre escénica de varios tipos disponible comercialmente.

Sangre de Boca. Para hacer “sangre de boca” mezcla lo siguiente en un gran contenedor sellable (usa guantes de goma, ya que el colorante sin diluir mancha la piel): O una botella de jarabe claro Karo® (o jarabe de maple ligero) ² con dos cucharaditas de colorante rojo para comida/tortas (más o menos dependiendo del color deseado) o una botella de jarabe claro Karo® con suficiente ketchup para conseguir el color deseado. Mantequilla de maní, Hersey's®, chocolate o cacao, y pequeñas cantidades de colorante para comida/torta azul, son ingrediente que a menudo son añadidos para mejorar la consistencia o color en ambas recetas para sangre de boca.

Sangre de Vestuario. Mezcla lo siguiente: (1) Woolite® con tempera roja o colorante para comida/torta rojo o (2) detergente para platos, como Dawn® o Palmolive® con tempera roja o pasta de diente Close-Up® o colorante para comida/torta rojo.

Sangre Comercial. La sangre escénica viene premezclada por varios distribuidores de maquillaje. Usualmente se ve y fluye muy bien. Puede ser comprada por mail con distribuidores como Alcone Inc. O de casas como Bob Kelly. Es comercializada bajo nombres comerciales como “Reel Blood”, “Technicolor blood”, “Filmblut”.

La también llamada sangre A-B es una sangre en dos partes disponible bajo los nombres comerciales de “Magic Blood”, “Zauberblut”, o incluso “A-B Blood”. Como este nombre implica, esta sangre depende de una reacción química entre la parte A y la parte B para crear la ilusión de un cuchillo cortando en la piel.

Así funciona la sangre A-B. La Parte A es aplicada en la piel del actor cerca de media hora antes del efecto. La Parte B es aplicada al arma –digamos, al filo de un cuchillo romo- Es importante que la Parte B siga mojada, o la ilusión no funcionara. Cuando la hoja mojada del

² Creemos que puede funcionar de igual forma la miel.

cuchillo es pasada por sobre la piel, la reacción química crea un color (más o menos) rojo que puede ser muy sorprendente. ¡Este es un efecto útil en entornos íntimos, cerca del público, ya que ellos pueden ver claramente que no hay trucos! La sangre A-B es difícil de remover de la piel y casi imposible de remover de la tela. Estos productos están disponibles por Alcone Inc. Y Zeller. Estos productos no deberían ser usados cerca de los ojos o la boca.

Aspectos Psicológicos de la Sangre

El impacto de la violencia y la muerte en el público es bien entendido por los dramaturgos. Sin embargo, a menudo olvidado el impacto psicológico de la mutilación, la violencia, la muerte, y la sangre en un actor. La mayoría de los actores puede justificar la violencia escénica a través de su personaje y permanecer de alguna forma, desconectado emocionalmente de ella. Sin embargo, la adición de sangre a veces dispara un trastorno emocional en el actor. A veces es complicado saber por qué pasa esto. Esto puede ser enfatizado por un personaje o incluso un evento de la vida del actor que es rememorado cuando es vista la sangre.

Mi consejo es prevenir cualquier problema que pudiera surgir discutiendo el uso de sangre con el elenco mucho antes de que sea traída para su uso. Se debe prestar particular atención y cuidado a los actores el primer día que se use la sangre y cualquier problema debe ser anticipado, identificado y discutido con el director, director de combate y los actores involucrados. Es una buena idea, en las escenas particularmente emocionales y violentas, sacar de la sala a todos aquellos que no estén directamente involucrados.

Éste es un tema sensible para la compañía, el equipo y particularmente los actores. No es un tema para ser barrido debajo de la alfombra, sino que debe ser tratado con cuidado y sin vergüenza. Si la apariencia de la sangre continúa disparando emociones no queridas, ciertamente debería discontinuarse su uso.

Seguridad con Armas de Fuego

¡Las armas de fuego son aterradoras! Sin embargo, tienen un encanto magnético que arrastra a la gente hacia ellas. ¡Los dramaturgos modernos han posicionado a las armas de fuego en el centro de muchas escenas, porque las armas representan poder! Las obras de época que están conceptualmente en tiempos modernos a menudo encuentran que un arma de fuego o dos reemplazan las espadas y cuchillos de siglos anteriores.

Mientras las espadas, los cuchillos y otras armas frías son peligrosas, nada vence a un arma de fuego en su poder destructivo instantáneo. Debido a que he encontrado que la mayoría de los actores y directores de escena saben muy poco sobre armas de fuego, este capítulo sería muy útil de estudiar antes de escenificar un disparo.

Responsabilidad de las Armas de Fuego

Es muy caro comprar o alquilar una pistola, rifle o arma de pólvora negra, pero aún más importante, es una responsabilidad seria. Grandes heridas o incluso la muerte pueden resultar del tratamiento inadecuado de las armas de fuego. Es la responsabilidad del productor, director, director de combate, personal de utilería y finalmente de la gestión escénica, alquilar o comprar armas de fuego de calidad y SUPERVISAR SU USO. Es importante que la compañía completa sepa donde serán almacenadas las armas, quien podría utilizarlas, y quien las va a cargar y limpiar.

NADIE que no use las armas directamente en escena debe tener permitido manipularlas. Tampoco debería permitirse que se coloquen las armas en una mesa de utilería fuera del escenario por largos periodos de tiempo donde cualquiera podría manipularlas. La munición y las armas de fuego deberían ser almacenadas de manera separada, en áreas

cerradas. No hace falta decir que *jamás* debería usarse munición viva (¡balas reales!) en el teatro.

Uno debería planear un camino seguro para el movimiento de cada arma de fuego en la producción. Los actores y el equipo de producción deberían ser entrenados para siempre entregar un arma a alguien más abierta para mostrar que está descargada o cargada. Para un arma automática, se muestra que el cartucho este vacío y la corredera es abierta para mostrar lo que haya en el barril (el cartucho puede estar vacío, pero puede quedar una bala en el barril). Para rifles y escopetas debería seguirse el mismo procedimiento. ¡Uno debería aprender donde está el seguro en las armas y usarlo!

Seguridad con Armas de Fuego en el Espectáculo

Las armas de fuego siempre deberían tratarse como si estuvieran cargadas. Todas las armas de fuego deberían ser consideradas peligrosas. Una falsa sensación de seguridad puede ser creada pensando que el arma está descargada o “meramente” cargado con munición blanca -y ser por tanto un juguete. La gente es arrastrada a las armas y quieren manejarlas. El manejo inseguro de las armas de fuego puede llevar a la tragedia.

Durante los ensayos y las funciones la etiqueta de seguridad de las armas de fuego debe ser enseñada al personal de utilería, actores, y equipo, y luego seguida religiosamente.

Aquí hay algunas reglas de seguridad simples para seguir cuando se manejan armas de fuego:

1. Antes de manipularla, siempre abre el arma y muestra que está descargada. Esto es igual para pistolas y rifles, tanto revólveres como armas automáticas.
2. Siempre usa munición blanca (o de fogueo/salva) nueva del tamaño correcto (calibre o milímetros) del arma. ¡Nunca intercambies salvas!

3. Nunca cargues el arma hasta justo antes de ser usada.
4. Nunca peles o forcejees sobre un arma cargada –puede quedar inesperadamente cerca del cuerpo, cara u oído.
5. Luego de que un arma ha sido descargada sobre el escenario y ha sido removida de él, debe ser *entregada* a una persona de utilería o de la gestión, no puesta aleatoriamente en una mesa o en el vestidor.
6. Usa salvas solamente bajo la supervisión de un experto entrenado.
7. Descarga la munición no usada luego de cada función.

Cuando se descargan armas en el escenario, es importante recordar unas cuantas reglas simples. Sin embargo, estas reglas no cubren cualquier eventualidad, así que, de nuevo, uno siempre debería consultar a un experto antes de comprar o usar munición blanca.

1. Nunca apuntes directamente a la cara, cabeza, o cuerpo de un actor.
2. Siempre apunta fuera de la línea, o más a proscenio o más a foro de la víctima
3. Siempre mantén un mínimo de 7 metros entre el final del barril y la persona siendo disparada.
4. Se consciente de que las armas automáticas o semiautomáticas eyectarán casquillos calientes a alta velocidad. Mantén a otros actores lejos de su trayectoria. No permitas que los casquillos caigan en el público.
5. Nunca payasees con armas de fuego. No las sostengas contra tu cabeza, tapes el barril o las pongas en tu boca. Nunca las apuntes a otra persona por diversión.
6. Usa protección de oídos siempre que sea posible. Mientras más grande el calibre del arma, más fuerte será el sonido. Los tapones de oído comerciales, algodón o cerca colocados en las orejas re protegerán contra la pérdida de la audición.

7. No muevas tu arma innecesariamente, ya que podría descargarse accidentalmente.
8. Nunca descargues un arma a corta distancia, como en un forcejeo, una escena de agarres o un combate de lucha libre.
9. No le quites el seguro, pongas el dedo en el gatillo o de otra manera, prepares un arma para disparar, hasta el último momento posible. Aprende dónde está el botón de “seguridad” en un arma de fuego, ¡y úsalo!
10. Siempre usa munición blanca nueva comprada de un distribuidor de armas de fuego con licencia, preferiblemente un distribuidor familiar con orientaciones teatrales.
11. Nunca intentes “tapar” el barril de un arma de fuego, o hacerlo “seguro” para el escenario de otra manera alterando su mecánica. Hacerlo podría causar que el arma explote al descargarse.
12. Nunca intentes alterar balas “reales” para volverlas salvas.
13. Siempre usa la carga mínima de salva posible para hacer el trabajo. Mientras más grande la carga, más grande el factor de riesgo.
14. Chequea y re-chequea que el arma es descargada *cada* vez que es usada, y sólo carga el arma a último momento. Descarga el arma entre funciones, y límpiala.
15. Cuando estas disparando un arma desde fuera del escenario para simular un disparo hecho en el escenario, jamás debería ser disparado hacia las cortinas, utilería u otras cosas inflamables, y nunca descargues el arma hacia personal fuera del escenario. Los individuos disparando armas fuera de escena debería usar protección de ojos y de orejas.
16. Siempre que sea posible, usa un arma de “utilería” (ya sea de goma, plástico, una que no dispare, esté descargada o una de metal) para los actores que deben vestir

- un arma. Policías, personal militar, vaqueros, miembros de una pandilla y otros más son opciones obvias. Si el arma debe ser disparada durante el transcurso de la obra, usa un *segundo* arma que se asemeje al arma de utilería. Esconde el arma cargada en el escenario o tenla de fácil acceso fuera del escenario. Este método de uso de las armas es seguro y reduce la posibilidad de descargas accidentales. La persona que va a descargar el arma debe ser capaz de recibir el arma en un momento de la obra cercano al momento en que el disparo sucederá. Este método de usar una segunda arma elimina la necesidad de vestir un arma carga o de detenerse a cargarla, sin mencionar el forcejear con una.
17. Nunca permitas que haya armas de fuego cargadas en manos de actores inexpertos, especialmente personas jóvenes. El director de combate y el director son los responsables de determinar quién podría manipular esta utilería de manera segura. Si hay alguna duda sobre la confiabilidad de un actor, usa un disparo desde fuera de escena. Si la proximidad de los actores entre ellos o con el público es tal que una situación peligrosa pudiese ocurrir, usa un disparo fuera de escena.
 18. Nunca permitas que haya munición viva (balas reales) en cualquier lugar del edificio teatral. Pueden ser usadas erróneamente en el arma con un efecto mortal.
 19. Mantén todas las armas limpiándolas entre funciones. Los kits de limpieza están disponibles en todas las armerías. La pólvora sin quemar es muy corrosiva y va a dañar el arma a lo largo del tiempo. Siempre usar un individuo experimentado, y maduro para ejercer esta función, asegurándose de que el arma esté descargada antes de intentar limpiarla.
 20. Nunca apuntes un arma de fuego (incluso descargada) hacia el público). Pone al público nervioso y es una violación grave al protocolo de seguridad con armas de fuego.

21. Los directores de escena y directores de combate siempre deberían tomarse el tiempo de aprender y de enseñarles a los actores sobre la seguridad apropiada para las armas de fuego sobre el escenario. ¡No hacerlo es una violación seria a las reglas de seguridad y es buscarse problemas!

Escenificando un Disparo

Una vez que uno ha decidido usar un disparo en vivo en una producción escénica, y ha dispuesto alquilar o comprar un arma de fuego apropiada, uno debe resolver el problema de escenificar el disparo en sí mismo.

Un poco de preparación hace falta antes de que, por decirlo así, un director de combate le dé un arma de fuego a los actores y las posiciones en el escenario. Aquí hay unas cuantas preguntas que deberían ser respondidas primero:

1. ¿Quién podría estar en el camino del disparo en sí mismo? ¿Otros actores en el escenario? ¿Extras? ¿Personal fuera del escenario?
2. ¿Hay algo inflamable cerca que podría incendiarse por el fognazo y por la pólvora ardiente saliendo de la boca?
3. ¿La escenificación amenazará al público de alguna forma? Los miembros del público no deben sentirse amenazados, por ejemplo, por un movimiento excesivo del arma en su dirección antes o después del disparo
4. ¿La escena puede ser escenificada de una forma en que, desde la perspectiva del público, luzca como si el arma estuviera apuntando a la víctima, aunque realmente este apuntando más a foro o proscenio?

5. ¿Hay alguna forma de apuntar o de sacar el arma para que el movimiento no cruce la línea de la cara de la víctima? Un movimiento de elevación del brazo es usualmente más seguro que uno descendiente.

Teatros de Proscenio. El tipo más común de escenificación es el estilo de proscenio, en donde la víctima está a proscenio de la persona disparando y el disparo es apuntado a varios metros de la víctima. Aproximadamente 2 metros *fuera* de la línea de la víctima es una distancia razonable. Mientras más grande el teatro, más fuera de la línea debe ser apuntado el arma, aunque manteniendo la ilusión. Asegúrate de que la persona disparando este a al menos 6 metros de la víctima, y apuntando fuera de la línea.

La inversión de esta escenificación funciona, pero no es usado a menos. Aquí, la víctima se para a foro de la persona disparando y el disparo es apuntando a foro del atacante.

Si la víctima está a foro, al centro, y la persona disparando está a proscenio, a la derecha o a la izquierda, el ángulo de disparo se puede cambiar de forma segura, disparando a proscenio de la víctima. Siempre comprueba el ángulo de disparo para ver que no halla personal amenazado fuera del escenario.

Escenario de Empuje. ¡Es más complicado escenificar un disparo fuera de objetivo en el ambiente de un escenario de empuje! ¡Si la víctima está a proscenio, un disparo fuera de línea en cualquier dirección es apuntando directamente al público! Esta disposición es altamente inaceptable.

La única forma posible de efectuar un disparo en vivo en un escenario de empuje es tener a la víctima a foro de la persona disparando. De esta forma el arma puede ser desviada lejos del cuerpo de la víctima por varios metros en cualquier dirección, izquierda o derecha. Si

el arma es elevada y disparada rápidamente (¡sin mencionar precisamente!) la ilusión de disparar hacia la víctima se mantiene.

Otra solución es el disparo fuera de escena, o el uso de una pistola de retroceso, de salida o de tapa, donde la descarga es o mínima o nula.

Teatro Circular o Arena. El tipo de teatro más complicado en donde escenificar un disparo en vivo, seguro, con salva es el estilo arena o teatro circular. El problema de seguridad aquí es obvio: ¡no hay ningún lugar en el escenario donde un actor pueda apuntar un arma fuera de la línea de la víctima sin apuntar directamente al público! Sin embargo, aquí hay unas cuantas formas posibles de salvar el día con una escenificación creativa.

1. Usa un disparo fuera de escena, que venga de una entrada vomitoria cercana a la acción.
2. Si las entradas/salidas al espacio son particularmente anchas, sean rampas, escaleras, o vomitorios, posiciona a la víctima cerca, para que el arma pueda ser apuntada hacia esta área abierta. La persona disparando debe ser muy precisa, para no apuntar a ningún miembro del público. Este truco requiere mucho ensayo para ser seguro y verse real.
3. Posiciona a la víctima en el suelo, para que el arma pueda ser descargada en el suelo, varios metros lejos del cuerpo del actor. Esto previene que el arma sea apuntada hacia el público o la víctima.
4. Escenifica un forcejeo sobre el arma (completamente *descargada*) en donde el arma va a desaparecer entre los combatientes, escondida del público. Entonces un disparo fuera de escena puede ser realizado, como si el arma hubiera sido descargada durante el forcejeo.

El Disparo fuera de Escena. Un disparo fuera de escena que simula un disparo en vivo en escena es un dispositivo común en el teatro. Es usado cuando la edad o inexperiencia de los actores es tal que usar un arma de fuego cargada con salvas es muy peligroso. También es usado cuando los actores están muy cerca para hacer la descarga de arma de manera segura. El disparo fuera de escena puede resolver este problema y jamás debería ser evitado por la suposición de que es un disparo “falso”. Cuando se sincroniza correctamente, es muy efectivo y, además, absolutamente seguro para los actores.

El disparo fuera de escena es usualmente disparado por alguien de la gestión escénica, aunque a veces una persona de utilería va a cumplir esta función. Debe tenerse cuidado de usar una lata de metal para absorber el sonido y cualquier material proyectil que pueda salir del arma. La protección para ojos y de oídos es una obligación.

Es importante saber qué tipo de arma de fuego usar para simular el ruido. ¡Es cómico simular el disparo de una pistola de salida de calibre 22 cargada con munición de salva fuera de escena para simular el disparo de una escopeta en escena!

Deben ser organizados ensayos del disparo para que el actor que está sosteniendo el arma y la persona que está disparando fuera de escena puedan coordinar el disparo. Ocasionalmente, un tercero como un director de escena va a señalar el disparo por un auricular, ya que el disparador fuera de escena no siempre es capaz de ver el escenario. Uno debería experimentar poniendo el disparador fuera de escena en varias posiciones detrás de escena. Fuera a la izquierda, fuera a la derecha, atrás al centro detrás de una cortina, o incluso a veces, debajo del escenario sonará mejor. El director o director de combate debería sentarte en el público y escuchar los diferentes sonidos que tiene el posicionamiento del disparo.

¡Sincronizar el disparo fuera de escena es crucial! Cuando está sincronizado mal, los actores van a estar nerviosos, y el público va a ser consciente del truco para detrimento de la

obra en general. ¡Es especialmente embarazoso tirar el gatillo de una pistola descargada y para el público escuchar el sonido del golpe del martillo, seguido por una pausa incomoda, una muerte tardía fingida por la víctima, mientras que se escucha un disparo fuera de escena! Un truco para la sincronización es acordar en una palabra clave como en la escena de asesinato en *Julio César*. En esta escena, Casca dice “¡Manos, hablen por mí!” y lanza el primer golpe a César. En una producción moderna, la daga usual sería reemplaza por una pistola y un disparo fuera de escena podría ocurrir un momento luego de la palabra “mi” o directamente en la palabra “mi” o “hablen” o cualquier otra palabra. Un disparo fuera de escena podría permitir a Casca poner su arma (descargada) directamente *en* el cuerpo de César.

Este truco funciona mejor cuando la persona que está disparando la pistola, rifle u otra arma de fuego no *tira* del gatillo. Tirar del gatillo y permitir que el martillo caiga “a secas” es confundir al público con un sonido extra que llama la atención en sí mismo. El único sonido que el público debería escuchar es el del estallido fuera de escena. La “víctima” también debe esperar hasta escuchar el estallido para reaccionar al disparo.

Estas tres formas de sincronización deberían ser ensayadas muchas veces antes del estreno y una debería lograr una ilusión satisfactoria (¡y segura!).

Finalmente es importante ensayar la “patada” (o retroceso) del arma en las manos del disparador, que debería reaccionar una fracción de segundo después de escuchar el estallido del arma fuera de escena. Esto ayuda a simular un disparo en escena, da energía al movimiento y mejora ampliamente la ilusión del disparo.

¡Terminamos!

Nada es más satisfactorio como ver una rugiente pelea de espadas. Nada más desgarrador que ver un momento dramático de violencia contemporánea. Sin embargo, nada es más horrible que un mal combate escénico.

Cuando el público es consciente de la mano del coreógrafo o de la técnica del actor, el público es transportado *fuera* de la experiencia teatral y se reirá del combate.

¡Cuando todos los elementos se unen – y el equipo de producción, los actores, el texto, y la coreografía de combate se mezclan impecablemente- el efecto es mágico! La incredulidad es suspendida con gusto y el público es transportado a las vidas físicas de los personajes. ¡El aplauso a menudo sigue a un combate bien concebido!

Si hay un objetivo para este libro, es permitirle a un director de combate escenificar un combate de forma segura, creativa, y con perfección técnica, y compartirlo con el público. Mi mensaje para el actor es que se involucre emocionalmente en el combate y entrene a lo largo de toda su carrera. Crea para nosotros un acontecimiento digno de ver. Que cuente la historia y sea técnicamente brillante.

Si deseas ser un directo de combate, ¡entrena! Debes emplear muchas horas en un estudio aprendiendo todo lo que puedas sobre las armas de un periodo, seguridad con armas de fuego, caídas, y violencia contemporánea. Toma clases de producción vocal y movimiento. Adquiere libros de combate, guerra, y armas, y colecciona armas teatrales para comenzar tu propio arsenal. Analiza tus habilidades de comunicación y trabaja duro para mejorarlas. Y finalmente, no dejes que se te suba a la cabeza. Nunca aceptes un trabajo que este más allá de tus posibilidades o que pueda poner en peligro a los actores.

El combate escénico es una parte maravillosa del teatro. Me ha mantenido activo y en forma por más de veinte años y espero lo haga por veinte más. Tú también encontraras un lugar en este negocio. Te incentivo a hacerlo. Podría suceder que crees o interpretes muchos combates alucinantes en tu carrera. Quizás deseas dirigir combates profesionalmente. De cualquier manera, hay un lugar para ti. Mientras los dramaturgos sigan escribiendo obras, seguirá habiendo escenas de violencia.

Pero el comienzo de todos estos viajes es el salón de clases. Incluso te abriré la puerta y prenderé las luces. Las espadas están listas, resplandeciendo en sus armeros, y las colchonetas están sobre el suelo. Primero, un saludo y luego... ¡Vamos!

Nota del traductor: Omitimos la mayoría de este capítulo. Para mayor información sobre tipos de armas de fuego modernas y antiguas, y municiones, remitirse a este libro citado en la bibliografía.

Lista de control

Durante el proceso de ensayos y el desarrollo del espectáculo, el director de escena es el responsable de la calidad y seguridad de las escenas de combate. La mayoría de los directores de escena profesionales han tenido alguna experiencia lidiando con combates y combatientes, utilería, espadas y armas. Han tenido que encargarse de “ensayos de combate” y de actores que cambian la coreografía. Los mejores directores de escena con los que he trabajado sabrán cómo anticiparán los problemas y cómo impedir que nada ni nadie se salga de control. Una vez que la obra ha sido estrenada y el director y director de combate han dejado la ciudad, el director de escena (con ayuda del capitán de combate) es el jefe.

Para aquellos individuos que nunca se han encargado de un “espectáculo de combate”, aquí hay algunas ideas para tener en mente.

El Proceso de Ensayos

Durante el proceso de ensayos, el director de escena debería ser responsable de la preparación de la sala de ensayos y debería asegurarse de que toda la utilería esté en posición para el ensayo. Aquí hay una lista de control para un proceso de ensayos:

1. ¿El piso de la sala de ensayos, está limpio, encintado y libre de mobiliario excesivo?
2. ¿Hay un botiquín de primeros auxilios, bien abastecido, a la mano?

3. ¿Hay rodilleras/coderas disponibles para uso en el sayo?
4. ¿La iluminación de la sala es clara y uniforme?
5. ¿Está toda la utilería de combate disponible al comienzo del ensayo?
6. ¿Se contabilizó toda la utilería de combate al final del ensayo y se almacenó de forma segura?
7. ¿Hay un número de teléfono de emergencia al alcance de la mano en caso de un accidente?
8. ¿Han tenido un número adecuado de ensayos de combate cada semana?
9. ¿Han sido consultado los otros departamentos (iluminación, utilería, vestuario, escenografía) sobre cualquier cambio en la pelea?
10. ¿Has planeado un espacio fuera del escenario para cada arma? ¿Dónde/Cómo van a ser almacenadas fuera del escenario? ¿Debería ser construido un armero?
11. ¿Te has familiarizado con cualquier arma de fuego en la obra? ¿Dónde se van a almacenar fuera del escenario? ¿Quién tiene permitido manejarlas?
12. ¿Han ensayado la escena los suplentes?
13. ¿Has trabajado en estrecha colaboración con el departamento de utilería para determinar dónde deben ir colocadas las armas para las entradas de los actores?
14. ¿Han sido anticipados los efectos especiales? ¿Han sido planeados en el presupuesto y construidos de manera segura? ¿Es necesario un ensayo especial por razones de seguridad?
15. ¿Hay utilería sustituta hasta que llegue la real? (Los ejemplos incluyen cuchillos de goma, armas de plástico, etc.)
16. Si las caídas han sido anticipadas, ¿necesitarás una colchoneta o quizás múltiples colchonetas en los ensayos?
17. ¿Han sido discutidos y planeados los requerimientos para la sangre?

Durante el proceso de ensayos, un director de escena alerta es un estímulo enorme para los ejecutantes y el director de combate, ¡así como otro ojo puesto en la seguridad! La/las escenas de combate en la obra no son el único elemento importante en la mente del director de escena, pero sí uno que requiere atención concentrada ya que el riesgo potencial de un accidente es muy alto. Presta atención a detalles como: la forma en que cada ejecutante trabaja la pelea, dar señales a los ejecutantes (si es necesario) desde fuera del escenario y cómo funcionan los efectos especiales (tales como música, niebla, explosiones, etc.) en escena.

Durante el desarrollo del espectáculo

Después de la locura de la semana del ensayo técnico y la furia de la noche de apertura, el desarrollo del espectáculo es el momento donde puede suceder el deterioro del equipamiento y de los ejecutantes. Problemas especiales ocurren durante un largo desarrollo de varias semanas o más, durante una gira o durante una obra realizada en un repertorio rotativo con varias otras obras. Mantener las escenas de combata frescas y seguras por un período de semanas es la responsabilidad del director de escena.

Un aliado importante en esta responsabilidad es el capitán de combate, un individuo elegido por el director de combate bajo consulta del director y elegido por su experiencia manteniéndose al día con los ensayos de combate, manteniendo su equipamiento y recordando las coreografías de combate.

El aspecto más importante de mantener las peleas “a la par” durante el desarrollo del espectáculo es el ensayo de combate. Usualmente, mientras más grande es el combate, más tarde es el ensayo de combate. Por lo tanto, si hay una gran escena de batalla que ensayar, la mayoría del elenco es convocado más cerca del “ensayo de media hora” y no al comienzo del “ensayo de combate”. Un ejemplo sería ensayar las escenas de *Romero y Julieta* en orden

inverso, dejando la contienda del principio para el final y empezando con la pelea entre Romeo y Paris.

El ensayo previo a la función debe ser ensayado en el set/escenario, con iluminación de trabajo adecuada y con toda la utilería necesaria. Siempre chequea la integridad de las armas y la utilería de combate y permite a los miembros de la compañía calentar, especialmente a aquellos con secuencias complicadas. El ensayo de combate debe ser obligatorio, especialmente con un elenco rotativo y en situaciones de gira donde los ejecutantes se deben acostumbrar al espacio de distintos teatros rápidamente. El ensayo de combate jamás es un tiempo para que ensayen los suplentes o los reemplazos, aunque deberían observar. Debe organizarse un ensayo separado para eso. La siguiente es una lista de control para la dirección escénica durante el desarrollo del show:

1. Ten un botiquín de primeros auxilios fuera del escenario donde sea fácil de encontrar.
2. Ten pegados los números telefónicos de emergencia en lugares obvios en la cabina, fuera del escenario y en los vestidores.
3. Supervisa el ensayo de combate antes de cada función.
4. Asegúrate de que el escenario está libre, que ha sido barrido y que todo el trabajo está terminado antes de que el ensayo de combate comience.
5. Encárgate de que toda la utilería esté en su lugar antes del comienzo del ensayo de combate.
6. Ocúpate de que los efectos de sangre sean contruidos y mantenidos. Haz que limpien la sangre de la utilería y que las esponjas de sangre en el escenario sean rellenas antes de cada función.
7. Encárgate de que los suplentes observen el ensayo de combate. (Éste debe ser un ensayo separado).

8. Ten una versión escrita de cada pelea en el libro de instrucciones, para consultar en caso de cambios.
9. Está alerta de las “mejoras de los actores” en las escenas de combate y arréglalas o ponlas bajo la atención del capitán de combate.
10. Está alerta a los problemas de drogas o alcohol que pueden estar afectando el desempeño de algún miembro del elenco.
11. Organiza el mantenimiento de las armas (por ejemplo, limpiar las armas de fuego, mantenimiento de las espadas, etc.) con el capitán de combate y el personal de utilería.
12. Para situaciones de gira, o temporadas largas, siempre ten hojas de espada de reemplazo junto con la utilería para reemplazo rápido de hojas rotas accidentalmente. Para una temporada extensa en el mismo teatro, ten una “espada de emergencia” a la izquierda y a la derecha fuera de escena en el caso de que una se rompa en el escenario. De esta forma, un actor puede simplemente caminar fuera de escena para agarrar una nueva y continuar.

Encontrarás, casi inmediatamente, que los actores citados a un ensayo de combate se detendrán, gruñirán, desaparecerán e incluso te golpearán en ocasiones. Este es el comportamiento normal. Depende de ti si mantener la cabeza o agarrarte firme a las armas. Si tu actitud es de “desentenderse”, entonces los actores se darán cuenta y verán el ensayo de combate como una tarea más que una necesidad.

La idea de tener un arma extra fuera de escena en caso de ruptura es un viejo truco de director. Cuando hay una temporada especialmente larga del show, la posibilidad de que la hoja de un estoque se rompa, aumenta. Durante una función de una producción de *Hamlet* en el *North Carolina Shakespeare Festival*, una hoja se rompió durante el segundo combate entre Hamlet y Laertes. Habían dispuesto que dejarían una espada de repuesto fuera de escena, del lado izquierdo, bajo la posibilidad remota de que esto pudiera pasar. Luego de una pausa, el

personaje de Osric abandona el escenario y vuelve inmediatamente con una “nueva” espada y los actores pueden continuar desde donde lo habían dejado. La alternativa hubiera sido que hubieran tenido que improvisar el resto de la pelea con una espada rota “real” – ¡una propuesta proposición muy peligrosa! Siempre que sea posible, una espada debería dejarse de reserva fuera de escena, a la izquierda o derecha – una que sea lo más similar posible al estilo de espada que los actores están usando. Esto va a asegurar que los actores no sean “confundidos” por el arma nueva y que pueda permanecer en el espectáculo antes que una nueva hoja pueda ser ordenada, enviada, recibida y remontada, a menudo en un período de varios días

Un director de escena siempre debería intentar tener una versión escrita de cada pelea el libro de instrucciones oficial. Esta es un control contra las “mejoras de los actores” ya que la anotación siempre puede ser consultada. Un director de combate experto estará feliz de proveerla.

Los números telefónicos de emergencia deberían estar pegados de forma visible y destacada en la cabina y en las áreas del detrás de escena. Minutos preciosos se han perdido, cuando un accidente ocurre, buscando el número de teléfono de una ambulancia. Haz un cartel a mano, de ser necesario, con letras grandes y pégalo en todo el teatro, ¡sólo por si acaso!

También debería haber una discusión sobre “qué hacer” si, Dios no lo permita, un arma accidentalmente se rompe y vuela hacia el público, asustando – o peor, golpeando- a un miembro del público ¿Debería detenerse el espectáculo, ser prendidas las luces y ser llamada la dirección para chequear la gravedad del incidente? ¿El miembro del público debería ser chequeado por un doctor, sólo por si acaso? Laurence Olivier, en su prólogo al libro de William Hobbs: *“Techniques of the Stage Fight”* (Técnicas del Combate Escénico), habla de hojas, “silbando en la sala para ser recibidas por un grito femenino, un bufido masculino indignado de ‘Mira aquí te digo y una salida sollozante a través de las puertas batientes’”. Esta es una situación potencialmente explosiva – una que debería ser discutida por la dirección con el dueño del teatro, el productor y el director.

Finalmente, me gustaría sugerir que cualquiera que desee hacer su carrera en la dirección de escena tome algunas clases de primeros auxilios y resucitación cardio pulmonar (RCP). DEBERÍAS saber qué hacer en una situación en la que un actor, miembro del equipo o espectador es herido. La Cruz Roja Americana da clases de muy alta calidad, así como la Organización YMCA/YWCA. Tomar clases de combate armado y desarmado también es una buena idea porque puedes aprenderás rápidamente cuál es la experiencia de los actores.

Tengo un gran respeto por los directores de escena. Ellos son la pieza fundamental de una producción, y tienen que tener puesto un dedo en el latido de cada departamento, ya que trabajan hacia un objetivo común. Más allá de los consejos mencionados más arriba, sólo agregaría que un director de escena siempre debe mantener un ojo de halcón para los problemas de seguridad y anticiparlos siempre que sea posible.

Lista de control de seguridad básica

Espacio de ensayo o escenario.

1. Barrer y trapear el piso. Chequear por espacios mojados.
2. Arreglar cualquier clavo, quitar las astillas y remover el exceso de mobiliario, utilería o de cabinas de almacenamiento de la sala de ensayos.
3. Asegurarse de que la luz sea clara y uniforme en toda la sala.
4. Durante el ensayo “técnico”, ayudar a los actores a acostumbrarse a la poca luz de la función.
5. Revisar las plataformas por desplazamientos, huecos y astillas.
6. Tener un botiquín de primeros auxilios disponible y tener números de emergencia o de equipos de algún hospital pegado en el detrás de escena y en la cabina.
7. Comprobar que la sala de ensayos tenga altura suficiente.
8. Redondear las esquinas agudas de la escenografía o el mobiliario.

Armas.

1. Comprobar que no tengan bordes elevados, huecos ni astillas; de ser necesario, reparar.
2. Revisar que cada actor use su arma asignada.
3. Contar las armas antes y después de cada ensayo o función.
4. Comprobar que no tengan pomos, mangos o guardas flojas.
5. Tener una mesa separada o un armero detrás de escena para organizar las espadas.
6. Limpiar y aceitar las espadas una vez a la semana.
7. Limpiar y aceitar las armas de fuego, cada vez que sean usadas.
8. Guardar las armas y su munición de manera separada. Ponerle los seguros.
9. Crear un procedimiento a prueba de fallas para cargar y limpiar las armas de fuego modernas y de pólvora negra.
10. Rastrear todas las armas a lo largo de la producción.
11. Comprobar que los escudos no tengan grietas, astillas o mangos flojos.
12. Prestablece un arma de “emergencia” fuera de escena en caso de ruptura.

Actores.

1. Chequear por heridas antiguas.
2. Organizar calentamientos y tutoriales en los ensayos.
3. Disponer suspensores, vendas y protecciones acolchadas para que estén disponibles durante los ensayos y funciones.
4. Buscar señales de tensión, agotamiento, abuso de drogas o alcohol y “fiebre de luz roja”.
5. Asegurarse de que los actores usen ropa y calzado de ensayo adecuados.

6. Organizar una rutina de seguridad en caso de herida o pérdida de memoria durante las funciones o ensayos.

Equipo

1. Tener equipo de primeros auxilios cerca y abastecido regularmente. Tener pegados los números telefónicos de salas de emergencia y ambulancias.
2. Discutir y crear una política del teatro en caso de heridas de actores sobre el escenario y de heridas a los miembros del público.
3. Alguien en el equipo debería tener el entrenamiento equivalente al de primeros auxilios de la Cruz Roja, así como de RCP.

La lista de control de seguridad de un vestuarista

Un jugador clave en el equipo de producción es el diseñador de vestuario. Mientras trabaja hacia una fuerte afirmación visual y precisión histórica, a veces el vestuario o la pieza de vestuario puede poner en peligro a un actor interfiriendo con el movimiento o la visión segura. La lista de control siguiente es un recordatorio para que aquellos vestuaristas que han enfrentado estos problemas y es una guía para aquellos que no.

1. Todo el calzado tiene suela antideslizante.
2. Todas las costuras de las axilas y la entrepierna están reforzadas o doblemente cosidas para mayor resistencia.
3. Los cascos, sombreros, capotas, turbantes, pelucas o cualquier otra pieza de vestuario para la cabeza no limitan la visión del actor.
4. Hay rodillas y coderas disponibles para los actores.
5. La protección a medida está asegurada y es invisible al público.
6. Los efectos de sangre se tienen en cuenta en la limpieza.

7. Las armaduras están acolchadas y hechas a medida para cada combatiente.
8. Las correas de cuero y las hebillas son mantenidas o reemplazadas si están gastadas.
9. Los cordones, cintas, puños o brazaletes no restringen el movimiento de la mano cuando se realiza una pelea de espadas.
10. Son provistos guantes de cuero para todos los actores que pelean con espadas.
11. Son provistos cinturones, vainas y ganchos para todos aquellos personajes que lleven o pelen con espadas.

Criterio para el Trabajo Audiovisual

La parte de investigación audiovisual del proyecto fue claramente a la que, por falta de conocimientos técnicos o personas especializadas, se le dedico menos tiempo y trabajo. Sin embargo, a partir de la observación crítica de escenas de acción y de las pequeñas secuencias y ejercicios que filmamos, pudimos llegar a generar ciertos criterios a tener en cuenta a la hora de generar escenas de acción frente a cámara.

En principio, la mayoría de las técnicas que se utilizan en el formato escénico son igualmente aplicables al formato audiovisual si se tiene en cuenta:

1. Que la “la línea mágica” de visión del público que las técnicas deben atravesar para ser creíbles, surge derecho desde donde está la cámara filmando hasta toparse contra una pared u otro plano opaco. Por tanto, el director de combate y los actores deben saber desde que plano van a filmarlos.
2. Que las acciones deben tener una actuación más controlada, “realista” y orgánica que en el teatro, ya que la cámara suele estar mucho más cerca y permite ver una mayor cantidad de gestos expresivos, haciendo que a menudo algo que sería veraz para el teatro, se vea exagerado ante cámara.

3. Que si bien los sonidos en vivo pueden ser grabados en la filmación y escucharse correctamente, condicionan las técnicas con la ejecución de los knaps y los planos, lo que puede quitarle realismo a las técnicas. Es mucho mejor encontrar sonidos o realizar grabaciones de calidad (aparte de las técnicas) y añadirlas en post-producción.
4. Que más que enmascarar las técnicas, jugando con las posiciones en el espacio, se debe hacer énfasis en el cambio de planos y el montaje de los mismos en la etapa de edición.
 - El ataque y reacción a una técnica se puede ejecutar con un cambio de planos sin necesidad de enmascararla. Por ejemplo: se puede filmar como el atacante lanza un puñetazo en un plano americano lateral a la acción y mostrar en un plano medio corto, desde el punto de vista del atacante, como la víctima lo recibe; o un plano subjetivo donde el puñetazo va “directo a su cara”. *El enmascaramiento se produce en el cambio de planos, en la edición y en el montaje.*
 - Si se quiere realizar un plano secuencia (en donde el cambio de planos no es posible) se pueden aplicar las técnicas de enmascaramiento aplicables al formato escénico (sin tener en cuenta los knaps) y se debe jugar con la vertiginosidad, caos y rapidez de la acción, tanto como con la actuación, para hacer que las técnicas se vean creíbles (ya que serán realizadas sin impacto, o con un contacto superficial mínimo y una reacción a la par de lo que sería la acción “real”). La sincronía y calidad de las reacciones y los sonidos que se coloquen posteriormente son esenciales para la credibilidad de la secuencia de combate.

- Una técnica útil es filmar la reacción de una víctima a una técnica comenzando con la imagen de su reacción y el arma o parte del cuerpo del atacante, posicionada en la zona que impacta. Por ejemplo, frente a un puñetazo a la cara, comenzar filmando en un primer plano o plano medio corto, la cara de la víctima arrugada y girando hacia el costado, con el puño del atacante posicionado contra ella, e inmediatamente continuar la filmación con la reacción de la víctima (con la fuerza real que le hubiera provocado el puñetazo realmente).
5. Que lo limitado del marco de un plano permite ejecutar técnicas que en el formato escénico no se podrían realizar de manera creíble, escondiendo maquinaria y artilugios para lograr las mismas de forma segura y veraz. Por ejemplo: ejecutar una caída muy alta desde un gran balcón. Se puede construir tan sólo el borde del balcón sobre una plataforma elevada, poner una pantalla verde detrás en donde se coloque luego la imagen de la ciudad, y filmar sólo el momento de comienzo de la caída. La plataforma estará a baja altura y habrá un colchón adecuado debajo para que el actor o doble de riesgo caiga sin poner en peligro su integridad física.
- Lo mismo sucede respecto a las películas de acción de artes marciales donde los actores realizan las secuencias colgados de arneses.
6. Que se pueden agregar efectos especiales para jugar con elementos más allá de la realidad (sobrenaturales, míticos, de superhéroes, etc.) Por ejemplo, que Iron Man lance un rayo de energía, que será agregado en post-producción, y que la víctima reaccione a la par de ese estímulo-ataque. Dichos efectos son muy complejos de realizar en un formato escénico de manera creíble y estética.

Generación de Secuencia de Acciones a partir de Coreografías de Combate Escénico, Aplicables a Cualquier Disciplina Escénica Corporal, y a Cualquier Estética o Especie Teatral – Por Santiago Silva

El trabajo de la beca de investigación de Santiago Silva consistió en consolidar la *secuencia de acciones* como una base específica sobre la cual el intérprete pueda sumar capas de complejidad y observar el propio proceso de trabajo para tomar decisiones de todo cambio que desee hacer en él.

Se pretendía trasladar los principios del combate escénico (el foco y la concentración, el equilibrio y control del cuerpo, y la intención) para la elaboración y desarrollo de secuencias de acciones; y dejar un registro escrito y audiovisual que oriente al intérprete de forma clara, específica y accesible del proceso a desarrollar, sobre cómo construir secuencias de acciones a partir de coreografías de combate escénico.

Se buscaba lograr un cuerpo comprometido física, mental y emocionalmente para cualquier disciplina escénica corporal, cualquiera sea su especie y estética; desarrollar la capacidad de elaborar de forma rápida y eficiente escenas de calidad a partir de las secuencias de acciones que se lleven a cabo; elaborar criterios que lleven al intérprete a cargar su trabajo no solo de aspectos formales, visuales y virtuosos, sino también de un contenido emocional e imaginativo; y abrir la posibilidad de tomar coreografías de cualquier disciplina para hacerlas evolucionar hacia secuencias de acciones, al servicio de una escena o espectáculo en el que pueda aplicarse.

Como último objetivo se buscaba elaborar un material teórico-práctico que sea útil, accesible y aplicable para actores, bailarines, acróbatas y mimos, de manera que se salven las brechas consideradas entre éstos;

Tratamiento de la secuencia/partitura de acciones desde el Odin Teatret

Hacia la definición de secuencia de acciones

Hemos indagado la posibilidad de encontrar una viable definición de secuencia de acciones propuesta por el Odin Teatret. Sin embargo, quizás porque es algo que se define en la práctica, porque al elenco danés no le interesa asentar una definición escrita, o porque simplemente no puede definirse, los integrantes del Odin se limitan (o extienden) en ideas, en fábulas poéticas, en analogías, en ejemplos, que sugieren apenas un acercamiento hacia qué es la secuencia de acciones.

Desde su experiencia personal, Julia Varley habla de cómo construye su “presencia escénica mediante una forma de comportamiento vocal y físico denominada partitura” (Varley, 2017, p.93). Ahora bien, ese comportamiento es también habitado por una *subpartitura*, que

“no solo se vincula con un flujo mental consciente basado en imágenes. El recorrido puede relacionarse con sensaciones físicas, abstracciones, informaciones que son percibidas de diferentes maneras por el cerebro y recordadas/olvidadas por una memoria que sitúo en las células más que en el pensamiento (...). La subpartitura es para mí un proceso físico/mental invisible que acompaña de manera fija y fluctuante las acciones que ve el espectador”. (Varley, 2017, p.94)

Por su parte, Eugenio Barba habla acerca de cómo debe aparecer la energía del intérprete en escena, aclarando que

“la energía es fuerza muscular y nerviosa (...). Lo que nos debe interesar es el modo en el que este proceso biológico de la materia viviente se convierte en pensamiento, es remodelado, puesto-en-visión para el espectador.

“Para re-modelar artificialmente su energía, el actor debe pensarla en formas tangibles, visibles, audibles, debe representársela, descomponerla en una gama, retenerla,

suspenderla en una inmovilidad que actúa, hacerla pasar con distintas intensidades y velocidades, como en un slalom, a través del diseño de los movimientos". (Barba, 1994, p.111)

Ahora bien, prestemos especial atención a lo que sigue: "Comprobamos entonces, que lo que llamamos "energía" son, en realidad, saltos de energía (...). Estos saltos son variaciones en una serie de detalles que, sabiamente montados en secuencias, las distintas lenguas de trabajo llamarán "acciones físicas", "diseño de movimientos", "partitura", "kata". (Barba, 1994, p.111). En cuanto al cuerpo, "La exactitud con que es diseñada la acción en el espacio, la precisión en que es definido cada trazo, una serie de puntos de partida y de llegada exactamente fijados, de impulsos y contra-impulsos, de cambios de dirección, de sats, son las condiciones preliminares para la danza de la energía" (Barba, 1994, p.112).

En efecto, encontramos acercamientos, sugerencias, vivencias con respecto a las secuencias de acciones. Pero como nuestro trabajo se posiciona dentro de un ámbito académico, proponemos una definición que reúna las principales cualidades de las secuencias de acciones, haga dialogar las palabras citadas, y nos oriente para la continuidad de nuestra investigación. Proponemos entonces:

"Secuencia de acciones es un diseño preciso de comportamiento físico y vocal, acompañado de una subpartitura a través de la que se seduce el entendimiento, imaginación y emoción del espectador"

Ahora bien, precisamos también definir el significado de subpartitura. Valiéndonos de las citadas palabras de Julia Varley formulamos:

"Subpartitura es un proceso físico/mental consciente y continuo, donde el intérprete evoca una fantasía de estímulos sensoriales e imaginativos que lo llevan a re-accionar durante la ejecución de su secuencia de acciones"

Generación de material creativo para la escena desde sus asociaciones análogas

Cuando el espectador observa una coreografía de combate escénico entiende que se trata de un cuerpo-en-acción-codificada, y requiere de todo un aparato semántico (el conjunto de signos y símbolos que constituyen el texto espectacular) que le permita completar el sentido de lo que observa. El espectador deberá habituarse al código del espectáculo generando un puente de entendimiento donde, en principio, lo que observa le será incoherente y luego coherente.

“Los diversos modos de construir un comportamiento escénico artificial, pero creíble, no nos parecen más extraños que la obvia diferencia entre los diversos idiomas hablados. Descuidamos así el pensamiento implícito en la praxis de las técnicas extra-cotidianas: la incoherencia coherente (...). Pero aún más interesante es el hecho que la incoherencia, esa inicial no adhesión a la economía de la praxis cotidiana, se desarrolle luego en una nueva y sistemática coherencia”. (Barba, 1994, p.48)

Ahora bien, ¿qué ocurre con el sentido que el intérprete atribuye a su coreografía? ¿Es el mismo que percibe el espectador? ¿Es el mismo que transmite el espectáculo en el que es partícipe? Sabemos que no necesariamente. Es más, resulta sumamente enriquecedor cuando la ficción que vive el intérprete contrasta con la que el espectáculo propone.

En este sentido, Roberta Carreri describe mediante su propia experiencia:

“Cada acción está tomada directamente de la improvisación y tengo que serle fiel, pero a la vez tengo que cambiar ligeramente la dinámica original de mis *in-tensiones*, para darles un significado lógico para el nuevo contexto.

“Por otro lado, debo atender a no adaptar mis nuevas *in-tensiones* hasta el punto de hacerlas puramente ilustrativas, perdiendo de este modo la complejidad que las hace ricas en significados.

“Hay que tratar de no hacer obvia la acción pero tampoco incomprensible. En la interpretación de la partitura está el espacio de la improvisación del actor en escena. “El actor debe seducir (*se-ducere*, conducir hacia sí mismo) la mente del espectador hasta hacerle llegar a ese momento de gratificación que deriva de comprender lo que “realmente” está pasando”. (Carreri, 2013, p.106)

Asimismo, las acciones no deben explicar, sino sugerir e irradiar múltiples alusiones según el contexto en el cual serán insertas (Varley, 2017).

Asociación imaginativa con una ficción y un objetivo

Este es quizás el momento más difícil y que define un antes y un después para el proceso. Muchas veces, cuando los intérpretes recibimos una dirección con respecto a cómo movernos, a qué lugar del espacio dirigimos, en definitiva, qué hacer con nuestro cuerpo en escena, olvidamos lo fundamental: ¿Por qué y *para qué* hacemos lo que hacemos?

En este punto se vuelve fundamental interpelar al intérprete con una sencilla pregunta: *¿Qué estás haciendo?* Esta sencilla pregunta es fundamental para que el actor/actriz, con una coreografía de combate escénico ya aprehendida, encuentre un pequeño relato, una imagen, un objetivo, un estímulo, una mínima situación a partir de la que su coreografía no sea sólo forma y movimiento, sino que también sea transformada por un estímulo imaginativo, incluso diferente al que contenía la ficción que originó esa coreografía. “No se trata de tomar la emoción como punto de partida, sino como una reacción oculta del intérprete, una consecuencia de algo que sucede” (Varley, 2017).

Julia Varley aplica un sistema similar de interpelación para sus estudiantes:

“Cuando algo no me convence en las acciones de una joven actriz, le pido los verbos de sus acciones. La mayoría de las veces obtengo respuestas generales, con adjetivos y sustantivos que describen estados de ánimo en vez de verbos que constituyen el

esqueleto de la acción. O bien recibo respuestas en donde los verbos no corresponden a lo que me fue mostrado porque las acciones no tienen en consideración los detalles que son la consecuencia necesaria de los verbos elegidos”. (Varley, 2017, p.56)

Analizando técnicamente este proceso mínimo, retornamos a la concepción stanislavskiana de objetivo. Con su libro “La formación del actor” el director ruso formula algunos aspectos del objetivo que nos interesa resaltar:

“Serán reales, vivos y humanos; no muertos, convencionales o teatrales (...). Serán verdaderos, de modo que ustedes mismos, los actores que con ustedes representen y el público, puedan creer en ellos (...). Deberán tener la cualidad de atraer y emocionar al actor (...). Deberán tener valor y contenido, para corresponder a la esencia íntima del papel. No deben ser superficiales o huecos (...). Serán activos, para llevar adelante el papel y no dejarlo estancado” (Stanislavski, 2015, p.117-118).

El trillado término “*amor*” puede ser una respuesta al para qué. Hago esto para expresar amor. Excelente, pero, amor *cómo*. El amor no se trata de una imagen abstracta, sino de un conjunto de estímulos y sensaciones sobre las que el intérprete debe ser capaz de reaccionar. El amor en escena no existe a menos que se manifiesten sus besos, su pasión, el sexo, los abrazos y las caricias. Efectivamente, la acción realizada no se trata de la descripción de movimientos ni de la inútil búsqueda forzada de la emoción (Serrano, 2004).

Seguir imágenes claras, preguntarse concretamente *qué estoy haciendo*, cómo respetar la realidad imaginada y restituirla en la precisión de la acción, percibiéndola con todos los sentidos, dejando que se materialice en variación de ritmos, impulsos, direcciones, formas (Varley, 2017).

En definitiva, el intérprete debe procurar tener un objetivo que lo conmueva, que le sea real, que lo motive, que lo estimule y que lo lleve a accionar.

Dosificación de la coreografía: En búsqueda de la acción oculta

Hay un viejo y conocido cuento que relata acerca de un niño vecino de un escultor. Un día entró al taller del artista y presenció un gran bloque de piedra. Dos meses después, al volver a ingresar, se topó con la gran estatua de un caballo en lugar donde antes estaba el bloque. Volviéndose al escultor preguntó: ¿Cómo sabías que el caballo estaba ahí adentro?

La historia parece simpática y sin relación con nuestro tema, y sin embargo refleja con mucha cercanía qué es lo que buscamos en el trabajo del intérprete que busca transpolar su coreografía de combate escénico en secuencia de acciones.

Supongamos ahora que aquel niño es el espectador. El intérprete es escultor de su coreografía. Al ejecutarse, el espectador verá un hermoso bloque de mármol que oculta aquel caballo (es decir, la acción que el actor/actriz porta consigo en secreto). Ahora bien, ¿cómo llega el intérprete a descubrir la acción oculta dentro de su coreografía?

Para un intérprete occidental acostumbrado a un comportamiento propio de la vida cotidiana y de un lenguaje psicológico (Artaud, 2005), es sumamente complejo adoptar un *pensamiento en acción* (Carreri, 2013) capaz de nominar movimientos sumamente virtuosos como acciones específicas, donde la mente reconoce cierta imagen creada a partir del movimiento. Y al igual que los objetivos deben ser verdaderos, creíbles, estimulantes y conmovedores para el intérprete, las acciones funcionan de la misma manera, y también deben tener esta capacidad de volver activo al intérprete.

Es mediante la acción que aquellas suposiciones (buscar el amor, buscar la felicidad, ser, etc.), antes abstractas, saltan de la relativa abstracción del lenguaje hacia la más compleja realización escénica (Serrano, 2004).

La definición que nos recomienda Raúl Serrano, y que creemos que (a pesar de las distancias entre métodos, técnicas, géneros, poéticas, etc.) continúa teniendo validez. Nos dice

Serrano que la acción es toda conducta voluntaria y consciente, que tiende a un fin determinado, transformador de un aquí y ahora (Serrano, 1982).

Pero para acercarnos a la danza-teatro (campo más cercano a nuestro interés), en las poéticas palabras de Julia Varley, la acción

“no debe ser necesariamente realista, sino real: debe recrear en la escena un equivalente de las fuerzas activas en la vida de todos los días. Ejecutar acciones reales presupone precisión y decisión. La precisión de una acción real en escena está dada por su inicio, por su final y por el recorrido entre estos dos puntos, que no es lineal sino que contiene un cambio de tensión”. (Varley, 2017, p.54).

Sin embargo, es complejo para el actor condicionado por la coreografía de combate escénico decir (sólo por dar un ejemplo) “estoy abrazando el aleteo de una mariposa con mis dedos” mientras ejecuta un *Carrot punch*. ¡Por supuesto! Está preocupado por las líneas y tensión de su cuerpo, por su presencia escénica, por la forma, y no tiene tiempo para pensar en la mariposa.

Para ello Eugenio Barba nos recuerda que “El actor, a través de una larga práctica y un entrenamiento continuo fija esta “incoherencia” en un proceso de inervación, desarrolla nuevos reflejos nerviosos-musculares que desembocan en una nueva cultura del cuerpo, en una “segunda naturaleza”, en una nueva coherencia, artificial, pero signada por el bios” (Barba, 1994, p.48). Y sigue más adelante: “A pesar de la artificialidad “estilizada” de la gestualidad, quien observa percibe una coherencia equivalente, aunque distinta, a la que se manifiesta en la vida cotidiana” (Barba, 1994, p.49); es decir, además de la coreografía de combate escénico, formal, violenta, llamativa, el espectador percibe vida en la escena, una vida paralela a la propia, pero distinta, transformada.

“En efecto, una vez que el intérprete repite su coreografía de lucha y la ejecuta a la perfección es cuando se vuelve capaz de convertir su comportamiento escénico formalizado en

una segunda naturaleza” (Carreri, 2013) y de añadir pensamiento-emoción-acción (pensamiento-en-acción) a esa coreografía.

Recordando la descripción que Roberta Carreri hace sobre la improvisación, reconocemos tres tipos:

Improvisación con **elementos fijos**, donde hay una secuencia de acciones específica, y desde allí se improvisa su dinámica, dimensión y orden de cada parte.

Dentro de un principio. La improvisación es absolutamente libre, pero dentro de un esquema de reglas limitadas, que luego puede aplicarse a una secuencia de acciones propuesta.

A partir de un tema. Se propone un flujo de asociaciones a partir de un tema, que puede tener una relación análoga (no directa) con la ficción a representar mediante esa improvisación. Por ejemplo, puedo improvisar sobre un pájaro escapando de su cazador, y generar una secuencia de acciones con ello. Esa secuencia creada puede luego aplicarse (mediante ciertas alteraciones) para una escena de un asesino limpiando su crimen (Carreri, 2013).

A partir de esto, considerando a la coreografía del intérprete como un *elemento fijo* sobre el que improvisará para encontrar su *acción oculta*, proponemos una serie de procedimientos a partir de los cuales el actor/actriz pueda hacer que su acción le sea orgánica, cercana, creíble:

- **Cambio de magnitud de la acción:** Hacer la acción más amplia o más reducida.

En el caso de la reducción/absorción, la acción se reduce en amplitud, mostrándose diminuta, pero sosteniendo la energía del movimiento y los cambios de tensión del torso; Julia Varley lo describe como “Una sensación de implosión sustituye a la de explosión. Primero me muevo como un gigante que ocupa más espacio del que ocupa mi cuerpo, llegando al máximo de mis posibilidades, y luego absorbo el volumen para hacer ver siempre menos la forma externa”. (Varley, Julia. 2017,

p.70). Para evitar que la energía de las acciones originales se corte en su reducción, se deben dejar fluir los impulsos, sin limitarlos, integrando todas las partes del cuerpo utilizadas en la acción inicial.

- **Cambio de velocidad:** El movimiento reduce o aumenta su velocidad. Se varían los tiempos y los ritmos.
- **Cambios de energía:** Variación en la intensidad de la acción. Es eficiente imaginar la densidad del entorno, volver el movimiento más eléctrico, más pesado, etc.
- **Cambios en el espacio:** Variación en las direcciones del cuerpo, en los desplazamientos, en la mirada.

Todos estos procedimientos no los hemos designado de forma ingenua ni caprichosa, sino a partir de la propuesta de training de Roberta Carreri al hablar de cómo *mantener la mente ocupada* pensando en variar el espacio, la energía, la velocidad y la dimensión (Carreri, 2013).

Recordemos que todos estos cambios quedan a criterio del intérprete, y los designará según intuya (de forma autónoma o bajo la compañía de su director, docente o compañeros) qué lo acerca más a acciones cotidianas, o que por lo menos pueda designar con verbos específicos, generando un imaginario que lo estimule en toda su sensorialidad.

Afrontamiento de la secuencia con un texto

El intérprete tiene ahora también la posibilidad de profundizar aún más el material trabajado al ponerlo en juego con un texto. No se trata de un ejercicio menor ni sencillo. Cuando hemos puesto en práctica esta parte, en general el intérprete es reticente, tímido, y prefiere *expresar con el cuerpo, en lugar de con la palabra*. Naturalmente, el texto, la palabra, presenta una dificultad, por sus asociaciones lógicas diferentes a la del movimiento y a las del cuerpo. Ergo nuestra propuesta es, simplemente, no obligar a nadie a utilizarlo, por supuesto. En su

lugar, proponemos utilizar un texto de ficción, cualquiera sea éste, que el intérprete tenga presente para sí, en su interior, mientras ejecuta su secuencia, pudiendo o no hablarlo.

Procesos de Teatralización de Técnicas y Coreografías de Combate Escénico a Partir de Principios de la Antropología Teatral y la Biomecánica – Por Mariano Grasso.

El trabajo de la beca de investigación de Mariano Grasso consistió en confeccionar una lista de principios y técnicas útiles para teatralizar escenas y secuencias de acciones de cualquier estilo. Si “Desde una base antropológica, la teatralidad es concebida como una condición fundante de lo humano que consiste en la capacidad de la especie de organizar la mirada del otro, de producir una óptica política o política de la mirada” (Dubatti, 2018, p.38), definimos *teatralizar* como *el comportamiento voluntario y consciente de organizar la mirada del otro a partir de la acción compleja*, definiendo el carácter complejo de la misma por *la aplicación de procesos que aumentan su carga sensorial y expresiva*.

Se buscó utilizar el sincretismo entre Antropología Teatral, Biomecánica y Combate Escénico para elaborar nuevos principios y formas de generar presencia escénica, trasladables a escenas de teatro convencional.

El objetivo era generar una metodología de trabajo para transformar secuencias de combate escénico de orden primordialmente realista en secuencias con una técnica extracotidiana que generen mayor interés visual y escénico.

Principios y Técnicas de la Biomecánica

- **Intención- Realización-Reacción (Otkas-Posil-Stoika):**
- **Intención:** consiste en un impulso en la dirección contraria a la que está dirigida la acción.
- **Realización:** la acción en sí misma.

- **Reacción:** la consecuencia de la acción realizada dejando el cuerpo en un estado de disponibilidad y preparación para la próxima acción.
- **Peripecia:** Cambio rotundo respecto a la acción que se estaba realizando.
- **Preactuación:** todo lo que se hace antes de que comience la acción y que la retarda. Debería relacionarse de alguna forma con está o proveer al contexto de la situación.
- **Antialictuación:** al terminar una acción, la ruptura de la 4ta pared, una enunciación de un texto al público desde el personaje, el actuante o el actor, con carácter similar a un aparte.

Lista de Principios y Técnicas de la Antropología Teatral

Principios que retornan – La canoa de papel

- **Equilibrio en acción:** consiste en una alteración del equilibrio del cuerpo a partir de dos tensiones diferentes (usualmente opuestas) que constituyen un nuevo equilibrio “de lujo” (permanentemente inestable) y mayor presencia escénica.
- **Danza de las oposiciones:** la generación de tensiones a partir de fuerzas contrapuestas.
- **Incoherencia coherente:** la adquisición de un cuerpo orgánico funcionando en un código “incoherente” o artificial.
- **Virtud de la omisión:** la omisión de algunos elementos para destacar otros que, de esta manera, aparecerán como esenciales. Síntesis, reproducción de lo esencial y eliminación de lo accesorio.
- **Equivalencia:** El apartamiento de una cosa de sus reglas normales de existencia y la sustitución o reconstrucción de las mismas con otras reglas equivalentes que generarán significados distintos.

- **Un cuerpo decidido:** Estar decidido: “la manera en la que una forma pasiva llega a asumir un significado activo y en la que la indicación de una enérgica disponibilidad para la acción se muestra velada por una forma de pasividad” (Barba, Eugenio, *La canoa de papel*, p. 27). La acción subdividida en tres fases por *jo-ha-kyu* (jo = retener, ha = romper/quebrar, kyu = rapidez).

Rastros: training e historia de una actriz del Odín Teatret – Roberta Carreri

- **La serpiente:** el movimiento o acción teniendo siempre comprometido eje central de nuestro cuerpo, “músculo invisible” que corre a lo largo de toda la columna vertebral desde los ojos hasta el coxis y que es de la sede de las in-tensiones.
 - **La in-tensión:** cada acción es la reacción a un pensamiento, necesidad, acción o sonido de otra persona. Este término hace alusión a una tensión interna, a la evocación de una imagen, a la decisión de un hacer que modifica todo el cuerpo a partir de la columna vertebral y los ojos (la serpiente).
- **Cámara lenta (*slow motion*):** equilibrio en movimiento: el movimiento o acción en cámara lenta o hiper lenta, haciendo necesaria la construcción de oposiciones (contraposiciones) en el propio cuerpo de manera constante, manteniendo un estado de *sats* (*intención de realizar una acción determinada*) o disponibilidad corporal continua.
- **Composición:** el objetivo del trabajo de composición con las piernas y los pies es experimentar nuevas formas de mover nuestro cuerpo por el espacio utilizando imágenes mentales capaces de despertar asociaciones físicas.
- **Introversión y extroversión:** cada parte del cuerpo puede ser trabajada de esta forma, componiendo o moviéndola de una forma más introvertida (asociado con lo cerrado) o más extrovertida (asociado con lo abierto).

- **Repetición:** la introducción dentro de una estructura fija de variaciones mínimas (puede ser la velocidad, la dimensión, el acento/énfasis). Dichos cambios pueden producirse entre acciones o dentro de las mismas.
- **Contra-impulso:** sobre la base de la danza de las oposiciones y la alteración del equilibrio, ante un impulso fuerte en alguna parte de mi cuerpo (un lanzamiento, un ataque) debo crear con otra un impulso de igual intensidad para mantener el equilibrio y disponibilidad corporal y mantener un flujo continuo y variado de energía (*flow*).
- **Segmentación:** consiste en mover las articulaciones de a una a la vez, considerando los ojos como otra articulación y manteniendo el resto del cuerpo inmóvil. Es vital variar la velocidad con la que se realizan los cambios con el fin de evitar un ritmo staccato de cuerpo-marioneta.
 - **“Primer Plano Teatral”:** para lograr adquirir foco en algún lugar específico del cuerpo (sin utilizar algún elemento lumínico o de otra índole), debo dejar el cuerpo inmóvil, bajar la mirada (que es un foco protagonista por defecto) y mover sólo la parte deseada.
- **Improvisación:**
 - **Improvisación con elementos fijos:** partiendo de una cadena de ejercicios o una secuencia de acciones improvisamos su dinámica, su dimensión y el orden de las partes.
 - **Improvisación dentro de un principio:** puedo hacer lo que quiera, mientras que respete el marco de normas. Exploramos las posibilidades dentro de un principio.
 - **Improvisación a partir de un tema:** para crear material para los espectáculos se puede seguir un flujo de asociaciones que surgen de un tema.

- **Sujeto y objeto de la acción:** se puede ser al mismo tiempo el sujeto y objeto de la acción alternando el rol entre el que realiza las acciones y el que las recibe.

Procedimientos de escena

- **Personaje secreto:** generar un personaje explícito y otro distinto y explícito que sirve para ayudar al actor a saltar entre dos identidades huyendo del riesgo de dar una imagen plana del personaje.
- **Mármol:** serie de acciones físicas creadas por parejas de actores que trabajan con un objeto en común. El nombre "mármol" deriva de no tener las raíces personales típicas de las improvisaciones individuales, sino que es material en bruto a "esculpir".

"Piedras de Agua" - Julia Varley

Trabajo sobre las acciones.

- **Trabajo con el ritmo:** de la cámara lenta (slow motion) a la cámara rápida (o fast forward).
- **Trabajo con la amplitud/dimensión del volumen:** Se puede reducir o comprimir la energía de las acciones, manteniendo su "corazón", el impulso, la intención de cada una de ellas.
- **Trabajo sobre la fluidez:** continuo o cortado.
- **Trabajo sobre el peso**
- **Trabajo sobre la densidad del espacio:** a partir de una imagen mental.
- **Ritmificación:** bailar una secuencia o interpretarla según un ritmo de algún estilo musical o canción.
- **Trabajo con la imagen.**
- **Trabajo sobre la dirección**

- **Trabajo sobre la energía**
- **Trabajo sobre la simetría**
- **Asociación:** consecuencia intuitiva de una reacción a un estímulo, a un evento que engendra libremente un nuevo elemento, el paso sucesivo en un veloz alternarse de visiones que cambian. Útil para la creación. Es un salto de motivación en motivación siguiendo una lógica personal sin reglas.
- **Equivalencia:** capacidad de encontrar un elemento (una acción, una forma, una imagen, una estructura dinámica, una escena, un pensamiento) que corresponda al del punto de partida, sin ser idéntico al mismo. Utiliza fuerzas semejantes, pero no iguales, transporta las mismas reglas de un mundo a otro, es análoga a la traducción.
- **Descomposición de una imagen:** conservando una coherencia y precisión equivalente a la situación que estoy componiendo incluso desplazando las partes, se recrea la acción real sin que sea realista.
- **Improvisación por intervalos:** Ejecutar un cierto número de acciones que sea seguro recordar, detenerse, repetir las y luego proseguir desde el punto donde se interrumpió el proceso.
- **Incorporación del error:** La primera vez que se repite una secuencia de acciones es útil mantener todo, sin censura, sin agregar ni sacar nada, ya que los errores o imprecisiones pueden revelar motivos que contribuyan al carácter creativo del material.
- **Subpartitura:** todos los procesos mentales y psíquicos sobre los que el actor/actriz basa su trabajo. Se le denomina subtexto cuando se aplica sobre un texto.
- **Acciones físicas como subtexto:** se puede decir un texto basándose en una partitura física. La voz debe seguir y respetar el ritmo, la intensidad, la energía, las

direcciones, la amplitud de las acciones físicas sin interpretar las palabras. El texto debe saberse de memoria para que se factible de impregnarse de las tenciones de las acciones físicas.

- **Acciones vocales como subtexto:** se puede decir un texto construyendo un diseño sonoro compuesto por modos de cantar, hablar, rumores, músicas que luego será transferido al texto como ritmo e inflexiones vocales de la partitura.

Lista de Principios de Combate Escénico

Stage Combat: Unarmed

Principios del combate escénico desarmado.

- **Seguridad:** siempre debe ser lo primero. Las secuencias se deben pautar de antemano.
- **Compañerismo:** Se debe escuchar y observar al compañero de forma activa, así como hablar con él cuando sea necesario, dándole las señales físicas y emocionales correctas. Se debe hacer la parte de la técnica de uno manteniendo el foco y la concentración.
- **Contacto visual:** es un método de comunicación con el compañero vital para saber si ambos están listos para las acciones próximas a realizarse.
- **Distancia:** es importante mantener un buen manejo de la distancia y saber cuál es la adecuada para cada tipo de técnica: fuera de distancia, en distancia, en distancia corta, cuerpo a cuerpo.
- **Los 5 elementos del golpe sin contacto:**
 - **Acción:** Es el ataque en sí y se suele dividir en 3 partes:

1. **La preparación:** mostrar al público y al compañero lo que está por suceder.
 2. **El ataque en sí:** el movimiento del golpe.
 3. **La imagen posterior:** mostrar al público lo que acaba de suceder.
- **Reacción:** es el movimiento físico de la víctima causado por la acción.
 - **Knap:** es el sonido que es creado para simular el sonido del contacto.
 - **Timing:** todos los elementos deben sincronizarse cuidadosamente para que parezca que la acción causada la reacción física de la víctima y el sonido (knap).
 - **Ilusión de contacto:** es la forma de hacer creer al público que ha habido contacto cuando en realidad no ha sido así. El objeto golpeante debe atravesar una “línea mágica” trazada desde los ojos del público hasta el objetivo y detrás del mismo para que la ilusión se produzca.
 - **Pictorización:** la creación de una imagen física apropiada que cuente la historia o situación clara y efectivamente.
 - **Desplazamiento del objetivo:** mover el objetivo de la técnica desde el lugar de impacto real (la cara, por ejemplo) a un lugar de impacto ficticio (sobre el hombro, por ejemplo) para mantener a la víctima segura.
 - **Inversión de la energía y Control de la Víctima:** dirigir la energía de un ataque en una dirección distinta a la dirección percibida de la fuerza, permitiendo a la víctima mantener el control de la técnica. Se suele utilizar en agarres, ahorques, tirones, arrastres, llaves.
 - **Contrabalance:** significa mover el cuerpo de una manera que nos permita mantener el control de nuestro centro de gravedad por el mayor tiempo posible hasta llegar lo más cerca del suelo posible antes que la “caída” ocurra.

- **Aterrizaje en Grupos Musculares:** también llamado “usar el acolchado natural”, significa que lo primero en apoyar en el suelo al caer sean nuestros grupos musculares mayores, utilizando nuestras partes suaves, evitando las huesudas y reduciendo así la chance de lastimarse.
- **Señalización:** los ataques hechos para ser esquivados o bloqueados deben seguir una serie de pasos específicos. Básicamente la víctima debe empezar a hacer su esquite o bloqueo antes que el ataque sea lanzado para mantenerse segura. Los pasos resumidos como Señal-Reacción-Acción son los siguientes:
 1. Se realiza contacto visual con el compañero.
 2. El atacante mira a su objetivo mientras prepara el ataque dando así a la víctima una señal clara.
 3. La víctima empieza a realizar su esquite.
 4. El atacante puede realizar su ataque de forma segura.
 5. Si un bloqueo es requerido por parte de la víctima, es la última cosa en realizarse.

Lista de Principios y Técnicas Útiles para Teatralizar

- **Reaccionar a los estímulos con *delay*:** la demora en el tiempo de respuesta a las acciones del compañero que genera una ruptura con el ritmo
- **Movimiento Inorgánico:** accionar y reaccionar teniendo otros motores de inicio del movimiento, distintos al del centro (hara o tándem).
- **Reemplazo objetual:** cambiar el arma de una secuencia armada por un objeto o añadir un objeto a alguna o ambas manos en un combate desarmado.
- **Espejo o reacción:** imitar una secuencia distinta o ejecutar la reacción a la secuencia de otro con una proxemia distinta.

- **Influencia de Imagen:** teñir una secuencia con imágenes mentales que hagan las veces de subpartitura de la misma, aumentando las capas de significado.
- **Influencia de Sonido:** modificar la rítmica y acentos de una secuencia a partir de música que haga las veces de subpartitura de la misma, aumentando el trabajo dinámico de la secuencia.
- **Eliminación de objetivo:** Eliminar la zona objetivo de un agarre llave, tirón o similar y mantener las acciones y reacciones.
- **Virtuosismo:** ejecutar acciones o reacciones de elevada aptitud física (y con una amplia diferencia respecto a la cotidianeidad).
- **Segmentación:** segmentar el cuerpo (moviéndolo de a una parte a la vez) en cada macromovimiento involucrado en cada acción. Los ojos son considerados otro segmento.

Se hace necesario realizar la secuencia de manera muy pausada y lenta para internalizar el proceso. La secuencia se vuelve mecánica, el gesto tiende a robotizarse.

Es favorable tener en cuenta la intención, realización y reacción biomecánicos:

Otkas, Posil, Stoika, también traducibles como *negación de la acción, acción y reacción*, al momento de realizar cada una de las acciones

¿Cómo hacerla más orgánica?

Para hacerla más orgánica se puede generar continuidad segmentando la acción en cada micromovimiento involucrado en la misma (como fotogramas), pero forzando obligatoriamente el stop. Se debe añadir el gesto facial como un segmento y ver la forma en que la voz puede acompañar dicho proceso.

- **Impulso y contraimpulso (cercano a la danza):** Ejecutar un movimiento continuo y sin corte alguno enganchando la muerte de un impulso con el inicio del siguiente

contra-impulso (impulso antagónico) hacen que la secuencia sea más teatral o dancística.

- **Reversa:** Ejecutar una secuencia de forma inversa, ejecutando de manera precisa lo que sería la reversión temporal de la misma.

Tentativa de Proceso de Teatralización de Secuencias de Combate Escénico

1. Confección de la *secuencia dinámica* (es decir la coreografía de acciones y movimientos) en velocidad progresiva.
2. Trabajo sobre los roles/personajes y la situación generada (a fin de lograr un nivel de organicidad base).
3. Aplicación de principios de teatralización en capas.
 - a. Espacio
 - b. Tiempo
 - c. Energía
4. Trabajo de afirmación de los roles/personajes y afirmación de la organicidad en escena a través del ensayo.

Proceso Creativo de Utilería para Combate Escénico - Por Eric Jon Ovando.

Descripción general

El proyecto de combate escénico se permite utilizar elementos para valerse de técnicas y coreografías en escena. Esta actividad conlleva tener algunas utilerías que soporten ese tipo de uso. Se mostrará el proceso o bitácora de creación de las mismas desde el punto cero.

Materiales principales y características.

1. Placa de MDF:

¿Qué es la madera mdf? MDF significa tablero de *fibras de densidad media*, del inglés médium density fibreboard, también conocido como DM. Este tipo de tablero está fabricado a partir de fibras de maderas (aproximadamente un 85%) y resinas sintéticas comprimidas, lo que le aporta una mayor densidad de la que presentan aglomerados tradicionales o la madera contrachapada. Comúnmente se le llama madera MDF o madera prensada, sin embargo esto no es exacto, ya que no estamos hablando estrictamente de madera tal y como se le obtiene de la naturaleza, sino de un producto derivado de ella.

Durante el proceso de fabricación se pueden añadir determinados productos químicos con el fin de añadir características adicionales al mdf, cómo repeler el agua o evitar la aparición de hongos o moho.

Presenta un color uniforme y a diferencia de la madera no tiene veta, lo que en parte facilita el trabajo con este tipo de tableros.

Una de las características fundamentales del mdf es *la densidad*, ésta nos dirá el peso por metro cuadrado. Cuando hablamos de densidad media esta se sitúa entre 500 y 800 kg/m³, por encima de ésta hablamos de alta densidad y por debajo, de baja densidad. Desde un punto de vista estricto *la densidad nos dirá qué es mdf y qué no*.

Ventajas de la madera mdf.

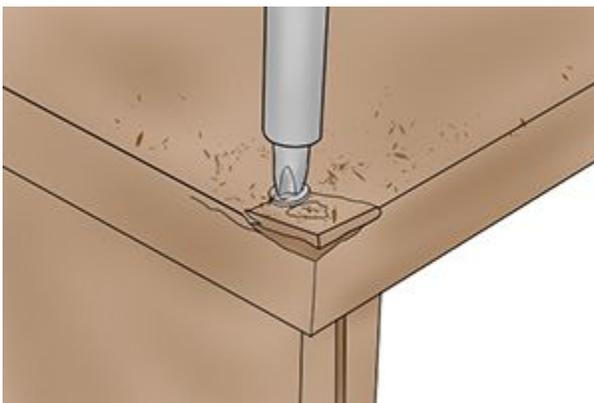
- El hecho de estar fabricado a partir de fibras de muy reducido tamaño, prácticamente polvo, permite que pueda ser tallada o fresada de manera similar a la madera maciza.

- Una de las grandes ventajas del mdf frente a la madera maciza es su precio, mucho más competitivo.
- No es necesario utilizar herramientas diferentes a las que podemos utilizar para trabajar con madera maciza o contrachapada.
- La superficie de este tipo de madera es *ideal para la utilización de pinturas y barnices*, sin embargo, para conseguir un acabado perfecto es preferible utilizar pinturas a base de disolventes en lugar de pinturas al agua. El resultado es el mismo en todas las direcciones al no existir grano.
- Es también un *excelente soporte para chapas de madera*, con las que se consigue una apariencia de madera maciza. Se debe por un lado a su uniforme superficie y también al excelente comportamiento que tienen los adhesivos y colas sobre esta.

Desventajas del MDF.

Figura 1

Ruptura de un tablero mdf al atornilla erróneamente.



- Uno de los principales inconvenientes de los tableros mdf es su poca resistencia al agua, incluso en aquellos que han sido tratados para este fin, por lo que su utilización para exteriores o lugares húmedos no es adecuada.
- *Es recomendable usar mascarilla* y trabajar en un lugar abierto para evitar el polvo cuando se *cortan o lijan tableros MDF*, ya que los compuestos químicos utilizados para la fabricación pueden ser perjudiciales. A corto plazo produce irritación en ojos, y a largo y en función del adhesivo utilizado para su fabricación, hasta cáncer.
- A la hora de atornillar cerca de los bordes es necesario avellanar para evitar que la cabeza del tornillo rompa la pieza, especialmente cerca de los cantos, y/o utilizar tornillos especiales para ello.
- Es pesado, especialmente si lo comparamos con sus alternativas naturales como son los aglomerados o los contrachapados.
- La densidad y características del MDF favorecen el desgaste de las herramientas. Sierras, fresas y otras herramientas deberán ser reparadas o sustituidas más asiduamente.
- Las caras de los tableros mdf son una superficie ideal para pintar, sin embargo, los cantos no lo son tanto. La textura no es la misma, y es bastante más poroso, por lo que el acabado es más complejo. Será necesario sellar los cantos y en algunos casos aplicar alguna capa más.
- La resistencia a la torsión y a impactos en las caras del tablero son buenas, sin embargo, los golpes en cantos o esquinas estropean mucho el tablero.

2. Cuerina ecológica o ecocuero

¿Qué es el Cuero Ecológico? El cuero ecológico, también conocido como cuero sintético o cuerina, tiene una textura similar a la que se obtiene de una vaca u otro animal. Se trata de un producto cuya materia prima no se obtiene por procedimientos tradicionales, tal y como se ha hecho durante miles de años.

Estos dos materiales serán los principales para crear escudos de combate y cuchillos de práctica. Acompañados de materiales menores o secundarios para el desarrollo del producto terminado, tales como los citados a continuación.

Materiales secundarios:

1. Pegamentos:
2. Cemento de contacto (poxiran.)
3. Pegamento universal (uhu)
4. Pegamento PVC
5. Lienzo de algodón
6. Tornillos
7. Cuchilla para caladora
8. Mecha para madera
9. Aerosoles
10. Grampas
11. Cola vinílica de 3 lts.
12. Cúter
13. Cinta de papel
14. Aerosoles
15. Lijas

Proceso de Armado de los Escudos de combate

1. El primer paso comienza con el dibujo sobre las placas de mdf, es decir, las plantillas de los modelos de los escudos sobre las placas de MDF. En esta ocasión serán dos de modelo ojival y dos de modelo circular.
2. Se cortan los moldes dibujados, con caladora, en las placas de MDF de 5mm. Se hacen tres copias de cada escudo.
3. Los escudos en forma ojival, serán curvados con pesos en el centro y humedeciéndolos con agua, ya que el MDF adquiere esa propiedad maleable cuando está en ese estado. Es un trabajo que requiere dejarlos un par de días en reposo.
4. Luego se pegan las capas, de modo tal de que se unifiquen tres capas de mdf, en un solo escudo. Y así se hace con los tres restantes. El pegamento que usaremos para unir las placas será cola vinílica.
5. Se aprieta cada escudo con prensas por varios días, hasta que el escudo sea uniforme.
6. Se lijan los bordes desprolijos, de los escudos y las zonas de corte.
7. Se realizan agujeros para los tornillos que serán luego los agarres y amarres del escudo al antebrazo.
8. Luego hay se debe cortar el lienzo de algodón de la forma en la que revestiremos los escudos. Luego se les debe aplicar una capa de cola vinílica para que cuando endurezca o seque el pegamento la pieza tome durabilidad y entereza.
9. Se repite el proceso anterior de cola y lienzo hasta completar 3 capas.
10. Se corta el ecocuero del diámetro de los escudos, para los bordes de uno.
11. Se corta el eco cuero en tiras para los agarres y manijas de la parte interior del escudo.

12. Se le cosen manijas.
13. Se agujerean las mismas del diámetro del tornillo que unirá las manijas y el escudo.
14. Se le da una nueva capa de cola vinílica a los escudos sobre el lienzo, para mayor adhesión de la pintura.
15. Se le da una base de pintura a los escudos, con aerosol.
16. Se pegan las tiras de ecocuero con su respectivo diseño tanto como por el diámetro del escudo.
17. Se pintan los escudos con el primer color.
18. Se encintan con cinta de papel y se vuelven a repintar.
19. Se deja secar la pintura por unos días.
20. Luego se ensamblan las partes de las manijas y tornillos.

Algunas imágenes sobre el proceso.

Figura 2

Plantillas de escudos de combate escénico redondos sobre mdf.

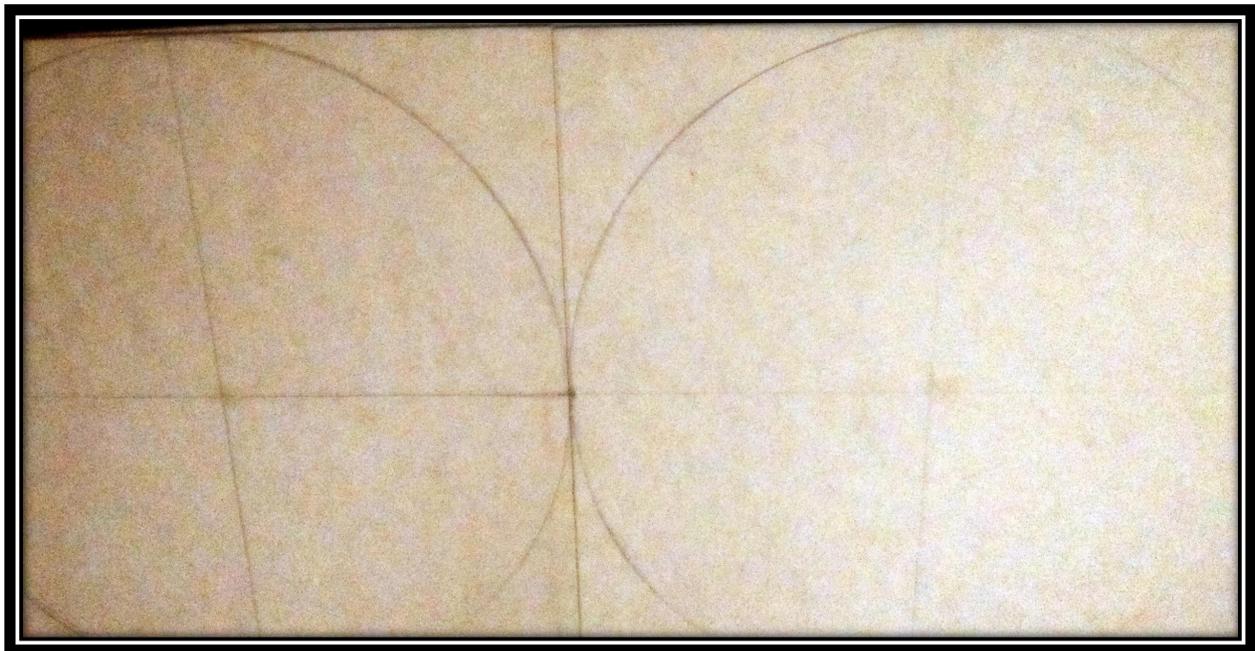


Figura 3

Plantillas de escudos de combate escénico redondo sobre mdf.

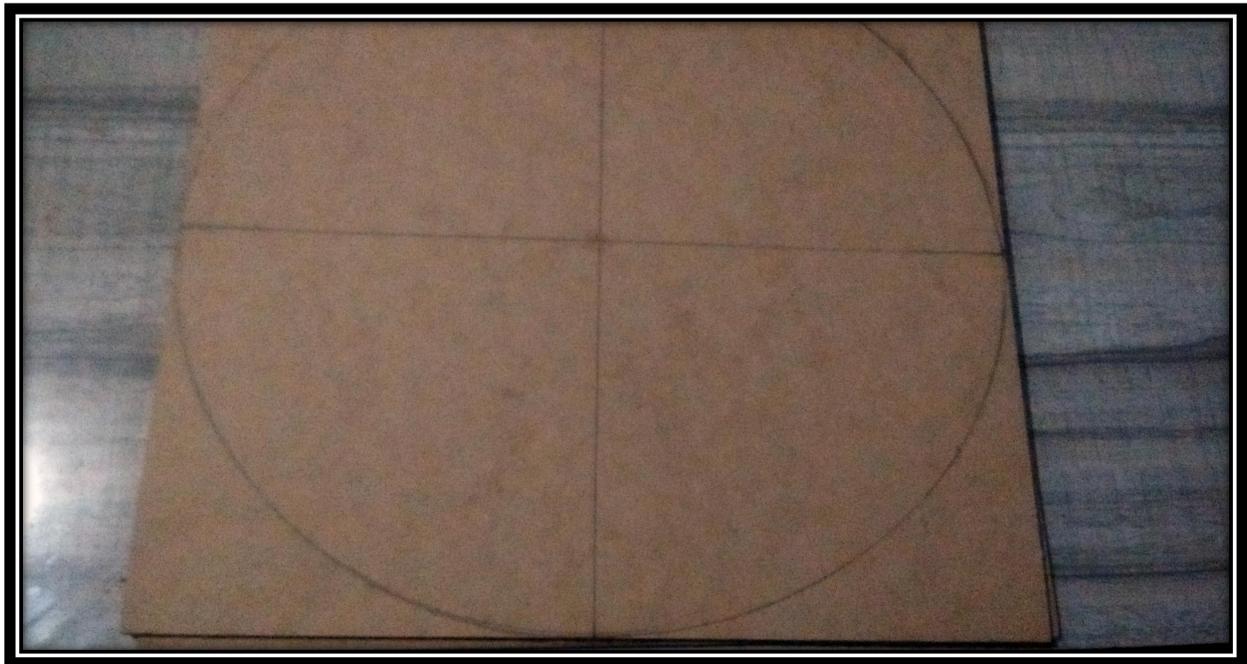


Figura 4

Atornillado en un escudo de combate escénico ojival.



Figura 5

Diseño de un escudo de combate escénico ojival.



Figura 6

Diseño sobre escudos de combate escénico.



Figura 7

Agarre de un escudos de combate escénico.hecho con tiras de cuero atornilladas.



Figura 8

Plantillas de escudos de combate escénico redondos sobre mdf.



Figura 9

Pintura de un escudo de combate escénico redondo.



Figura 10

Pintura de un escudo de combate escénico ojival.



Figura 11

Pintura y diseño de un escudo de combate escénico ojival.



Figura 12

Pintura y diseño de un escudo de combate escénico ojival.



Figura 13

Pintura y diseño de un escudo de combate escénico redondo.



Figura 13

Pintura y diseño de un escudo de combate escénico redondo.



Proceso de Producción de Cuchillos de Entrenamiento

En este caso, usaremos MDF de 12mm, por su peso y ligereza. El proceso es el siguiente:

1. Hacer plantillas en papel de cuchillos.
2. Trasladarla a la placa de mdf,
3. Cortar esos moldes sobre la placa.
4. Lijar los bordes hasta dejar una superficie redondeada.
5. Cortar unas tiras de ecocuero para adherir al mango del cuchillo.
6. Pintar los cuchillos con aerosol.
7. Barnizar una capa sobre la superficie del "filo".
8. Pegar el mango y dejar secar unos días.

Algunas imágenes del proceso

Figura 14

Cuchillos de combate escénico a medio pintar.



Figura 15

Cuchillos de combate escénico acon empuñadora de totora.



Imágenes de ambos procesos terminados:

Figura 16

Cuchillos de entrenamiento de combate escénico terminados (vista lateral).



Figura 17

Cuchillos de entrenamiento de combate escénico terminados (vista frontal)



Figura 18

Escudos de combate escénico ojivales curvados y terminados.



Figura 18

Escudos de combate escénico redondos terminados.



Figura 18

Escudos de combate escénico terminados.



Recopilación de Información Virtual, para la Creación De Escudos para Combate Escénico

Tutoriales, información y guías para la fabricación de escudos, medievales. Planos

Tipos de tableros MDF.

<http://www.bricotodo.com/tipostableros.htm>

Definición de escudo y diseño de escudos.

<http://www.medieval-life-and-times.info/medieval-swords-and-armor/shields.htm>

Historia de los escudos.

http://myarmoury.com/feature_shield.html

Escudos de fabricación rápida y para uso de *cosplay*.

<http://www.woodworkingcorner.com/shield.php>

Las mejores formas de pintar y sellar madera contrachapada.

<http://homeguides.sfgate.com/ways-paint-seal-plywood-87657.html>

<http://homeguides.sfgate.com/ways-paint-seal-plywood-87657.html>

Escudos de fabricación para uso en combate.

https://www.taringa.net/+hazlo_tu_mismo/queres-hacer-un-escudo-medieval-propio-te-lo-muestro_utz6

<https://www.youtube.com/watch?v=XgQefJ2jHJo>

<https://www.youtube.com/watch?v=02lvxvGh-A8>

Escudos curvos de fabricación para uso en combate.

https://www.youtube.com/watch?v=X5X_TSTdTKE

Escudo de fabricación casera de uso decorativo.

<https://www.youtube.com/watch?v=lhyVDhZiKY4>

Proceso de Construcción de Espadas Anchas y Alfanes de Madera - Por Marcelo Fraile

El trabajo consistió en el diseño y fabricación de 5 espadas anchas de madera y 5 Alfanes. El trabajo estuvo a cargo de Marcelo Fraile, carpintero y fabricante de armas para artes marciales y cuchillería.

A continuación, pasamos a describir el proceso a partir de un registro textual y fotográfico del mismo:

Para abordar el proyecto de este trabajo en madera, es fundamental obtener materia prima de la mejor calidad y en un formato que nos permita tener la menor cantidad de desperdicios, lo que hace posible la culminación del proyecto de forma correcta. La madera elegida para este caso fue Guatambú.

Figura 19

Listón de madera guatambú.



Comenzamos descartando las partes de la madera agrietada debido a un largo estacionamiento. Por lo general las maderas duras tienden a tener grietas internas en algunos casos. Limpiamos también el exterior para poder observar con detenimiento las partes de la madera más prometedoras (figura 20).

Figura 20

Limpieza del exterior del listón.



En la figura 20 se aprecian algunos cortes realizados teniendo en cuenta la medida del elemento. En este caso es una espada medieval. El corte es aproximado. Por lo general se corta brevemente de más por errores de desbaste o necesidades de desbaste por demás.

En la figura 21 se observa por qué la madera no fue elegida. Podemos encontrar una grieta interna que pasa de un lado a otro de la madera. Por lo tanto, es una madera que, para el elemento en el que estamos pensando, no cumple con todo lo requerido. Por lo tanto, esta madera es descartada.

Las imágenes de la figura 23 son de procesos de corte, limpieza, cepillado y puesta a punto de los materiales. La figura 24 corresponde al inicio del biselado sobre una de las medidas de la madera, para luego hacer un *tester* estéticamente, que pueda ser puesto a prueba.

Figura 21 y 22

Cortes de la madera a la medida de una espada medieval y listón agrietado.



Figura 23

Procesos de corte, limpieza, cepillado y puesta a punto de los materiales.



Figura 24

Inicio del biselado.



Los primeros cortes o desbastes fueron excesivos, provocando que la madera quedara muy delgada para su propósito final. La intención aquí fue someterlo a una prueba ardua (al punto de provocar que se quiebre) mediante golpes y palanca. Así se comprueba que la superficie de la madera muestra marcas. Si la superficie no muestra consecuencias significativas de estos impactos, la calidad del material es óptima, aunque en este caso no coincidió con el formato realizado en principio. En este caso, volvemos a utilizar las mismas medidas originales, pero dando un ancho mayor para que sea más resistente.

Figura 25

El téster y su resultado.



El segundo intento (fig. 26) fue mucho mejor logrado. Después del testeo no hubo ningún inconveniente. En la imagen se aprecian algunos detalles finales. Se realizó una ranura en un 80% a lo largo de la hoja desde la punta. Esta ranura sirve para dos razones: lograr un mejor balance y alivianar la hoja.

Figura 26

2do téster más eficiente.



En esta foto (figura 27) se aprecia la búsqueda de una forma más cercana a la finalizada, dándole un formato inicial a las hojas curvas con un cepillo. Se pretende desbastar la hoja de menor a mayor, para lograr lo ya aprendido en la primera parte del proyecto. Con el cepillo se busca darle, por lo menos, ese formato inicial. A medida que el trabajo avanza, se descubre cómo se irá dando el formato final. También se testeará, pero ya con un mejor conocimiento (con la primera parte de la espada recta) de medidas y espesores (en un inicio desconocidos).

Figura 27

Cepillado de un listón de madera..



Aquí (figura 28) se aprecian algunas de las maderas seleccionadas (de entre las muchas que se cortaron), con los mismos parámetros de elección que las anteriores (que no tuvieran ningún tipo de fisura ni grieta a la vista). La fotografía muestra las maderas con las curvas deseadas, las cortadas ya en las medidas aproximadas. Aquí se comienza una fase del proceso donde empiezan a haber detalles estéticos y de balance.

Figura 28

Listones de madera seleccionados.



En la siguiente fotografía (figura 29) podemos ver curvas más definidas, biseles y punta. Incluso en una de las piezas se comienza a visualizar cómo ajustaría la traba de la guarda, que tuvo que realizarse en una pieza de PVC, en el mismo color que tenemos planeado. Todavía no se ha realizado el encastre, así esta es recién una fase de prueba. Con la experiencia anterior en cuanto a los anchos (que puedan resistir golpes), estamos haciendo un intento por que funcionen tanto estética como funcionalmente, con su curva y su forma a un diseño ya muy probado, es decir, el de los bokken de kendo o de iaido. Aquí se han copiado dichos formatos, se han aplicado a este modelo y han dado resultados sin generar inconvenientes.

Figura 29

Alfanjes de combate escénico en construcción.



En las próximas imágenes (figura 30 y figura 31) se aprecia la instalación de la guarda, procurando que la traba funcione correctamente, haciendo una prueba donde se constata la comodidad del agarre, que el guardamano cumpla su función, poniendo a prueba, por un lado, las trabas planeadas para que quede finalizado de forma definitiva, y por otro la calidad del material en el que está realizado (en PVC).

Figura 30 y 31

Guardas de PVC de alfanjes de combate escénico.



En esta imagen (Fig. 32) podemos ver una prueba de tintas para la madera, que hemos pensado en hacerlo sólo en algunas piezas (no en todas). De esta manera se evita que salgan tan “seriadas”. Así, cada una tiene un detalle particular que la diferencie del resto, por una cuestión estética y funcional para el momento en el que se usan en grupo. Se estima que la prueba de tintas ha sido exitosa, ya que da a la espada una imagen de antigüedad en contraste con los tonos blancos del guatambú original.

Figura 32

Alfanje de combate escénico en construcción



Reforzando la idea de que los modelos no deberían ser seriados, a cada uno se les ha dado distintos detalles de calados en las guardas, imitando algunas imágenes vistas de piezas de época, así como distintos detalles de teñido a diversas partes de las espadas. En las

siguientes fotografías (figuras 33, 34 y 35) se aprecia esto en detalle en la configuración final de las piezas.

Figuras 33 y 34

Guardas de PVC caladas.



Figura 35

Espadas anchas y alfanjes de combate escénico terminados.



Conclusiones

Nuestra hipótesis fue confirmada. Hay, en Europa, Norteamérica, e incluso en Australia y varios lugares de Latinoamérica, asociaciones de directores de combate escénicos y audiovisuales, que han acordado diversos métodos seguros para la realización de la violencia en escena o ante cámara, a fin de mantener la calidad interpretativa y lograr el efecto buscado sin poner en riesgo a las personas involucradas. Dichos métodos, si bien no son infalibles (como ninguno), decrecen el nivel de riesgo al mínimo, siendo elevado solamente por la inconsciencia o la irresponsabilidad.

La cantidad de consideraciones de seguridad, ante todo, y de especificación técnica e interpretativa, hace necesario un estudio exhaustivo de dichos métodos y la formación en el aprendizaje y pedagogía de los mismos para poder llevar la violencia teatral y audiovisual en Argentina (y en ciertas partes de Latinoamérica) al siguiente nivel. Es vital que se consolide el Combate Escénico en la región para poder cumplir con los deseos creativos que las obras y materiales audiovisuales exigen, sin poner en peligro la integridad física de nadie.

Es necesaria la formación de todo el equipo creativo (actores, utileros, vestuaristas, escenógrafos, tramoyistas, sonidistas, iluminadores, dramaturgos) en la disciplina del Combate Escénico, pero sobre todo y esencialmente, la de directores de combate. Ellos serán los encargados de organizar, supervisar y llevar a buen término cualquier proceso creativo que involucre violencia sobre escena o ante cámara, aunque el resto de los involucrados carezca de formación, enseñando de manera clara los procedimientos necesarios para que se ejecute de manera segura y eficaz.

Creemos que el informe generado es un gran avance para la concreción de estos objetivos, sin embargo, lo consideramos sólo un punto de partida para investigaciones teórico-prácticas posteriores que se sumerjan en un nivel de profundidad aún mayor. Esperamos que este informe genere, también, la aplicación práctica de estas técnicas en procesos creativos, a

fin de poder investigar bajo sustento práctico el Combate Escénico y lograr empezar a aprehenderlo y consolidarlo.

Como síntesis del trabajo podríamos citar, entonces, la expresión de J. Allen Suddeth (1996): “¡SEGURIDAD PRIMERO, SEGURIDAD AL ÚLTIMO, SEGURIDAD SIEMPRE!” (p.18).

Referencias

- Aguilar L. Combate escénico. Visita de los maestros de la London Academy of Music and Dramatic Art al CUT. México. Revista de la Universidad de México. N°7. Cultura UNAM. Septiembre 2004.
- albionschoole. (2020). Canal: <https://www.youtube.com/channel/UCfZaLv-eCeTDE6kRjV6Gz-g>
- Artaud, A. (2005). *El arte y la muerte/otros escritos*. Caja Negra.
- Barba, E. (1994). *La canoa de papel*. Catálogos.
- Bartlett, R. (2016). *Stage combat: unarmed*. Nick Hern Books.
- Björn Rüter (17 de junio de 2018). *Handwork: Sword disarmaments*. [Video]. Youtube.
https://www.youtube.com/watch?v=x3_BPgDpPh0
- Bryant, J., Speaker D. y Turney, K. (2012). *Academy of theatrical combat. Basics level 1*. Academy of Theatrical Combat.
- British Academy of Stage and Screen Combat. (2018). *BASSC Glossary 2018*:
https://docs.wixstatic.com/ugd/40f8b9_eafd14f327a04f8db11b37b9e0efe3d4.pdf
- Carrerri, R. (2016) *Rastros. Training e historia de una actriz del Odin Teatret*. Eternos Pasajeros.
- Dubatti, J. (2018). Teatrológia latinoamericana contemporánea: artistas-investigadores e investigadores participativos en el teatro. *Papel Escena*, (16), 32-49.
- HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Basics of Footwork* [Video]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=JTUj1j1hUL4&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=3>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Fool/Alber guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=eOp4pLeM4aM&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=8>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *German/English names of Longsword guards* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=xkibQPofrXc&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=4>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *High Vom Tag guard* [Video]. Youtube.

https://www.youtube.com/watch?v=jBQ_8l2PevE&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=10

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Longpoint/Langort Guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=T-UrC3-sEgE&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=9>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Ochs guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZBmwNyOXbiU&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=6>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Pflug guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=eVxEmVOHeUw&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=7>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Side/Schrankhut guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=YM3syFsMJmA&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=11>

-HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Tail/Nebenhut guard* [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=PRjncraV6ak&list=PLAIQe0YU1HSJv9CsVb3E5pDUZMcf08fzX&index=12>

- HEMA @ VCU. (17 de diciembre de 2016). *Vom Tag guard* [Video]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=7YA3EL8r50w>
- Nordic Stage Fight Society (2018). *Handbook 2018*. <http://nordicstagefight.com/wp-content/uploads/2017/05/NSFS-handbook-lastest.pdf>
- Serrano, R. (1982) *Dialéctica del trabajo creador del actor (ensayo crítico sobre el método de las acciones físicas de Stanilavski*. Cartago.
- Serrano, R. (2004). *Nueva tesis sobre Stanislavsky. Fundamento para una teoría pedagógica*. Atuel.
- Society of American Fight Directors. (2016). Glossary of terms.
<https://www.safd.org/media/1845/safd-glossary-of-terms-3-19-16.pdf>
- Stanislavsky, K. (2015). *Preparación del actor*. Gradifco.
- Suddeth, J. (1996). *Fight directing for the theatre*. Heinemann.
- Varley, J. (2010). *Piedras de agua. Cuaderno de una actriz del Odin Teatret*. Eternos Pasajeros.

Bibliografía

- British Academy of Dramatic Combat. (2019). *The BADC teacher's handbook. Best working practices 2019. The BADC Teacher's handbook. Best Working Practices 2019 - 1st September 2020.* https://441784cc-4883-4c6a-9a58-eb80fff86260.filesusr.com/ugd/5b072b_967b83618b88461b83fde964c2418a93.pdf
- Duval, C. (2016). *Stage Combat Arts*. Bloomsbury.

Índice

1. Nota Aclaratoria sobre la Traducción	3
2. Definición	4
3. Consideraciones Previas/Conceptos Generales	5
4. Disposición Corporal y Focalización	5
4.1. Secuencias de Ejercicios	6
5. Combate Desarmado	12
5.1. Estrangulaciones	12
5.2. Tirones	22
5.3. Empujones	28
5.4. Llaves	32
5.5. Caídas	39
5.6. Cachetadas (Academy of Teatrical Combat. Basics Level 1	49
5.7. Cachetadas (Stage Combat: Unarmed)	52
5.8. Puñetazos (Academy of Teatrical Combat. Basics Level 1	65
5.9. Puñetazos (Stage Combat: Unarmed)	65
5.10. Bloqueos	78
5.11. Patadas	94
5.12. Actuando el dolor	113
5.12.1. Recomendaciones para el Trabajo Vocal – Federico Ortega	124
5.13. Pelear	124
5.14. Secuencias de Combate Desarmado	133
6. Alfanje	140
6.1. Academy of Theatrical Combat	140
7. Espada Ancha	157

7.1. Academy of Theatrical Combat	158
7.2. Juego de Espada Teatral / Esgrima Teatral: Principios (NSFS)	171
7.3. Albion Schoole of Defense Stage Combat Techniques	175
7.4. Material Auxiliar de Espada Ancha (Glosarios de Fight Directors Canada y Videos de HEMA @ VCU)	176
8. Cuchillo/Daga	185
8.1. Definición	185
8.2. Partes Características del Cuchillo	186
8.3. Agarre	187
8.4. Líneas de Ataque o Defensa con Cuchillo/Daga	188
8.5. Posiciones de bloqueo con Cuchillo/Daga	189
8.6. Otras acciones con Cuchillo/Daga	189
8.7. Medida de Lucha	190
9. Lanza Larga	191
9.1. Definición	191
9.2. Nordic Stage Fight Society	192
9.3. Esquives desde la SAFD (Society of American Fight Directors)	195
9.4. Academy of Theatrical Combat	198
9.5. Nuevas Propuestas Técnicas	219
10. Criterios para la Formación de Directores de Combate Escénico y Actores	
Combatientes	221
10.1. Palabras Previas	222
10.2. Introducción	223
10.3. Seguridad en el Combate Escénico	225
10.4. Escenificando un Combate	240
10.5. Actuaando el Combate	315

COMBATE ESCÉNICO Y SU APLICACIÓN TEATRAL Y AUDIOVISUAL	428
10.6. Armandando el Combate	323
10.7. Sangre Escénica	327
10.8. Seguridad con Armas de Fuego	339
10.9. Lista de Control	350
11. Generación de Secuencia de Acciones a partir de Coreografías de Combate Escénico, Aplicables a Cualquier Disciplina Escénica Corporal, y a Cualquier Estética o Especie Teatral – Por Santiago Silva	362
11.1. Tratamiento de la secuencia/partitura de acciones desde el Odin Teatret ..	363
12. Procesos de Teatralización de Técnicas y Coreografías de Combate Escénico a Partir de Principios de la Antropología Teatral y la Biomecánica – Por Mariano Grasso	372
12.1. Principios y Técnicas de la Biomecánica	372
12.2. Lista de Principios y Técnicas de la Antropología Teatral	373
12.3. Lista de Principios de Combate Escénico	378
12.4. Lista de Principios y Técnicas Útiles para Teatralizar	380
12.5. Tentativa de Proceso de Teatralización de Secuencias de Combate Escénico	382
13. Proceso Creativo de Utilería para Combate Escénico	382
13.1. Descripción general	382
13.2. Materiales principales y características	383
13.3. Proceso de armado de los Escudos de combate	387
13.4. Proceso de producción de cuchillos de entrenamiento	401
13.5. Recopilación de información virtual, para la creación de escudos para combate escénico	408
14. Proceso de Construcción de Espadas Anchas y Alfanes de Madera - Por Marcelo Fraile	409

15. Conclusiones	420
16. Referencias	422
17. Bibliografía	425