

➤ 13,30ч.-14,00ч.

Фехтовката от средновековните рицари до днес. Демонстрации - Средновековна фехтовка, Фехтовка за най-малките (4 - 9 год.), Състезателна фехтовка - [Фехтовална Академия Васил Етрополски](#)



Фехтовката предлага уникална комбинация от физическа, интелектуална и емоционална стимулация. За разлика от много други спортове, фехтовката развива качества като чест, галантност и благородство. Фехтовката развива координация, концентрация, издръжливост, поддържа и развива сърдечносъдовата система. Това са само няколко от здравните предпоставки, за да се занимавате редовно с фехтовка. Изваяните крака и седалище са може би най-характерните черти на фехтувача – за едночасова тренировка можете да изгорите до 450 калории!