

maître  
pierre  
thirioux

# ESCRIME MODERNE



ÉDITIONS AMPHORA

**Maître Pierre THIRIOUX**

*Professeur d'escrime - Conseiller technique à l'E.I.S. de Fontainebleau*

*Ex-champion de France des maîtres au fleuret, à l'épée, au sabre*

*Champion du Monde des maîtres au sabre - Vice-champion du Monde à l'épée*

# **ESCRIME MODERNE**

**AUX TROIS ARMES**

**Entraînement physique - Musculation spécifique - Technique - Tactique - Pédagogie**

**ÉDITIONS AMPHORA**  
14, rue de l'Odéon — PARIS (VI<sup>e</sup>)

# ESCRIME MODERNE

# SOMMAIRE

|   |     |
|---|-----|
| <b>PREFACE</b> .....  | 9   |
| <b>INTRODUCTION</b> .....   | 11  |
| <b>FLEURET</b> .....  | 13  |
| I — TENUE DE L'ARME .....   | 15  |
| II — LA GARDE AU FLEURET .....  | 18  |
| III — LE DEVELOPPEMENT .....  | 25  |
| IV — LA FLECHE .....  | 29  |
| V — LA REPRISE DE GARDE .....   | 33  |
| VI — LA DISTANCE — LES DEPLACEMENTS .....   | 38  |
| VII — LES LIGNES .....  | 44  |
| VIII — L'ENGAGEMENT .....   | 50  |
| IX — LE CHANGEMENT D'ENGAGEMENT — LE DOUBLE ENGA-<br>GEMENT .....                         | 55  |
| X — L'ABSENCE DE FER — L'INVITE .....   | 58  |
| XI — LES ATTAQUES SIMPLES .....   | 61  |
| XII — LES PARADES SIMPLES .....   | 68  |
| XIII — RIPOSTES — CONTRE-RIPOSTES .....   | 75  |
| XIV — FEINTES D'ATTAQUES — ATTAQUES COMPOSEES .....                                       | 82  |
| XV — LES PARADES COMPOSEES .....  | 91  |
| XVI — LES ATTAQUES AU FER — LE COULE .....  | 96  |
| Le battement .....  | 98  |
| Le froissement .....  | 99  |
| Généralités sur les attaques au fer .....   | 100 |
| Le coulé .....  | 104 |
| XVII — LES PRISES DE FER .....  | 108 |
| XVIII — LES CONTRE-ATTAQUES .....   | 118 |
| L'arrêt .....   | 118 |
| Les temps .....   | 119 |
| Le déroboement .....  | 120 |
| L'esquive .....   | 120 |
| XIX — REMISE — REPRISE — REDOUBLEMENT .....   | 125 |
| La remise .....   | 125 |
| La reprise .....  | 127 |
| Le redoublement .....   | 129 |
| Généralités .....   | 130 |
| <b>EPEE</b> .....   | 133 |
| I — TENUE DE L'ARME .....   | 135 |
| II — LA GARDE .....   | 137 |
| III — LE DEVELOPPEMENT .....  | 140 |
| IV — LA FLECHE .....  | 143 |
| V — LA REPRISE DE GARDE .....   | 144 |
| VI — L'OFFENSIVE .....  | 146 |
| VII — LES ATTAQUES SIMPLES .....  | 148 |
| VIII — LA DEFENSIVE — LES PARADES .....   | 155 |
| IX — LES PARADES SIMPLES .....  | 157 |
| X — LES FEINTES D'ATTAQUES — ATTAQUES AU RETRAIT DE<br>LA MAIN — ATTAQUES COMPOSEES ..... | 165 |
| XI — LES PARADES COMPOSEES .....  | 173 |
| XII — LES ATTAQUES AU FER .....   | 178 |
| La pression .....   | 178 |
| Le battement .....  | 179 |
| Le froissement .....  | 181 |
| Généralités sur les attaques au fer .....   | 181 |
| XIII — LES PRISES DE FER .....  | 186 |
| XIV — LES CONTRE-ATTAQUES .....   | 194 |
| XV — REMISE — REPRISE — REDOUBLEMENT .....  | 202 |

|   |            |
|---|------------|
| La remise .....   | 202        |
| La reprise .....  | 204        |
| Le redoublement .....   | 205        |
| Généralités .....   | 206        |
| <b>SABRE .....</b>  | <b>209</b> |
| I — TENUE DE L'ARME .....   | 211        |
| II — LA GARDE .....   | 213        |
| III — LE DEVELOPPEMENT .....  | 216        |
| IV — LA FLECHE .....  | 220        |
| V — LA REPRISE DE GARDE .....   | 222        |
| VI — LES LIGNES .....   | 225        |
| Les positions d'escrime .....   | 226        |
| VII — L'OFFENSIVE .....   | 229        |
| VIII — LES ATTAQUES SIMPLES .....   | 231        |
| IX — LES DEFENSIVES .....   | 241        |
| X — LES PARADES SIMPLES .....   | 243        |
| XI — RIPOSTES — CONTRE-RIPOSTES .....   | 251        |
| XII — LES FEINTES — ATTAQUES COMPOSEES .....  | 257        |
| XIII — LES PARADES COMPOSEES .....  | 265        |
| XIV — LES ATTAQUES AU FER .....   | 270        |
| XV — LES CONTRE-ATTAQUES .....  | 277        |
| XVI — REMISE — REPRISE — REDOUBLEMENT .....   | 284        |
| La remise .....   | 284        |
| La reprise .....  | 286        |
| Le redoublement .....   | 288        |
| Généralités .....   | 288        |
| <b>GENERALITES AUX TROIS ARMES .....</b>  | <b>291</b> |
| I — LES ATTAQUES SUR LA PREPARATION .....   | 293        |
| Les préparations .....  | 293        |
| Les attaques sur la préparation .....   | 294        |
| II — LE CONTRE-TEMPS .....  | 298        |
| III — FAUSSE ATTAQUE — FAUSSE PARADE — FAUSSE CONTRE-ATTAQUE .....  | 305        |
| La tactique de deuxième intention .....   | 306        |
| IV — LES QUALITES A DEVELOPPER CHEZ L'ESCRIMEUR .....   | 312        |
| V — LES LEÇONS D'ESCRIME .....  | 315        |
| Types d'entraînement — fleuret .....  | 322        |
| — épée .....  | 324        |
| — sabre .....   | 325        |
| VI — PROGRESSION DES SERIES D'EXERCICES .....   | 328        |
| Fleuret .....   | 328        |
| Epée .....  | 332        |
| Sabre .....   | 335        |
| VII — L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE DE L'ESCRIMEUR .....   | 340        |
| <b>ESCRIME ET MUSCULATION .....</b>   | <b>348</b> |
| I — Première Partie — BASES THEORIQUES ET FONDEMENTS PHYSIOLOGIQUES, ANATOMIQUES, MECANIQUES, PSYCHOMOTEURS D'UNE METHODE D'ENTRAINEMENT PAR LA MUSCULATION ADAPTEE A L'ESCRIMEUR ..... | 348        |
| Deuxième partie — ELEMENTS PRATIQUES POUVANT SERVIR DE BASE A UNE METHODE D'ENTRAINEMENT DE L'ESCRIMEUR PAR LA MUSCULATION .....  | 354        |
| II — CONDENSE D'ORGANISATION DES COMPETITIONS .....   | 365        |
| <b>APPAREILLAGE ELECTRIQUE .....</b>  | <b>371</b> |
| I — APPAREILLAGE ELECTRIQUE .....   | 373        |
| Les circuits .....  | 377        |
| Différents phénomènes électriques .....   | 383        |
| Courses (fermeture ou rupture) des têtes de pointes .....   | 385        |
| Principales défaillances des différentes parties d'une installation .....   | 393        |
| II — INSTALLATION ELECTRIQUE .....  | 397        |

## PRÉFACE

*Maître Pierre Thirioux sert depuis plus de vingt ans avec un rare bonheur la cause de l'Escrime Française. Breveté Maître d'Escrime en 1949, Diplômé Conseiller Sportif d'Etat Spécialiste Escrime 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> Parties en 1963 et 1964, ses nombreux titres le qualifient particulièrement parmi les spécialistes de son Art pour présenter aujourd'hui un nouveau Traité d'Escrime.*

*Les titres de Maître Thirioux sont bien connus, dans le monde de l'Escrime, à l'étranger comme en France : Escrimeur de compétition, professeur, éducateur, entraîneur.*

*Escrimeur de compétition aux qualités sportives hors du commun, plusieurs fois Champion de France des Maîtres (Civils et Militaires) aux 3 armes, vainqueur de nombreux tournois internationaux, champion du monde des maîtres au sabre en 1966 (24 victoires — 0 défaite), il a toujours manifesté au cours de 20 années de compétition une exceptionnelle volonté de vaincre et un remarquable sang-froid.*

*Professeur, éducateur, il a formé 20 promotions de Maîtres d'Armes Militaires à l'Ecole d'Entraînement Physique Militaire d'Antibes, puis à l'Ecole Interarmées des Sports. Pédagogue par vocation, toujours soucieux d'efficacité, recherchant en permanence l'amélioration des programmes, des méthodes et des procédés, son autorité est indiscutable et indiscutée.*

*Entraîneur, pendant 12 années à l'O.G.C. Nice, il a largement contribué à la formation de nombreux champions de France et internationaux aux 3 Armes parmi lesquels je citerai : G. Grosgeat, Randon, C. Nicolet, R. Bonnissent, Claude Arabo.*

*Depuis 1967, Maître Thirioux dirige « l'Ecole d'Escrime » Militaire, responsable à la fois de la formation des Maîtres d'Armes Militaires et de l'entraînement des Escrimeurs de compétition effectuant leur service au Bataillon de Joinville. Il assume pleinement cette double responsabilité, dirigeant, animant, apportant à chacun de ses élèves ses conseils, toujours judicieux, toujours écoutés et suivis.*

*Maître Pierre Thirioux a longuement médité les enseignements de chaque jour de sa longue carrière. « Escrime Moderne » est le fruit de cette riche expérience et je souhaite à ce livre l'audience qu'il mérite.*

**Le Colonel P. GRANDJEAN,**  
*Commandant l'Ecole Interarmées des Sports.*



## INTRODUCTION

L'Auteur a rédigé cet ouvrage d'enseignement moderne de l'Escrime, pour servir de base à l'instruction des Maîtres d'Escrime ; il est néanmoins accessible à tous : du débutant au tireur de valeur internationale, de l'élève-maître au pédagogue confirmé.

Il comprend pour chaque arme : des études techniques, tactiques (fleuret électrique notamment), pédagogiques détaillées, qui permettent aux fleurettistes, épéistes et sabreurs d'enrichir leurs connaissances.

Ce livre contient également une nouveauté dans le domaine de l'Escrime, à savoir : un système d'Education Physique et sportive de l'Escrimeur et de musculation spécifique au sport des armes.

Un condensé d'organisation de compétition internationale sert de guide pour toutes les épreuves d'Escrime, quel qu'en soit l'échelon.

Une annexe relative aux tout derniers perfectionnements d'appareillage électrique complète cette documentation en mettant à la portée de chaque escrimeur, une notice d'utilisation, d'entretien et de réparation des matériels actuellement utilisés pour la signalisation électrique des touches.

\*\*

Le Maître Martial Beguinet a apporté son précieux concours à la première élaboration de cet ouvrage. Les Professeurs d'Education Physique Guy Barrabino & Pierre Simonnet aidèrent à la compléter par leurs analyses détaillées sur l'entraînement physique et la musculation spécifique de l'Escrimeur.





**FLEURET**



## CHAPITRE PREMIER

# TENUE DE L'ARME

De la tenue de l'arme dépend la bonne exécution de toutes les actions d'escrime que peut entreprendre un tireur.

### DESCRIPTION :

« Tenir la poignée dans la main ; le pouce légèrement fléchi et près de la garde, le dessous de la poignée portant sur la 2<sup>e</sup> phalange de l'index, les autres doigts joints et repliés sur la poignée, prêts à soutenir l'action des deux premiers ou à les aider à supporter une action adverse » (C.F. 1908).



FIG. 1

**ETUDE TECHNIQUE :****Rôle des doigts :**

1) Le pouce et l'index serrent l'arme et dirigent la pointe dans les différents mouvements d'attaques et de défenses — Etant placés contre la coquille de l'arme, leur rôle moteur exige cette position unique.

Les autres doigts renforcent la préhension de l'arme tout en accompagnant en puissance l'action du pouce et de l'index, ils agissent par contraction et décontraction sur le dessus de la poignée *sans jamais quitter celle-ci*.

2) Dans les différents mouvements de l'arme la poignée doit jouer dans le creux de la main afin de limiter les mouvements du poignet et de l'avant-bras.

3) Le pommeau de l'arme doit rester parallèle à l'axe de l'avant-bras de façon à obtenir une ligne droite de la pointe de l'arme au coude (sixte).

4) Dans les différentes positions d'escrime le pommeau de l'arme peut s'écarter de cette règle pour assurer la couverture parfaite de chaque ligne.

**DEFAUTS A EVITER :**

Toute autre façon de tenir l'arme que celle définie ci-dessus peut être la cause des défauts suivants :

1) *L'index n'enserrant pas suffisamment la poignée :*

Il en résulte un manque de puissance.

L'index allongé sur la poignée augmente le bras de levier, les 2 premiers doigts n'étant plus en opposition, cette position ne permet pas de résister efficacement.

2) *Le pouce allongé à plat sur la poignée :*

Interdit toute contraction des doigts moteurs indispensables à la réalisation des attaques au fer. Nuit à la perception tactile dont dépendent doigté et sentiment du fer.

3) *L'auriculaire ne prenant pas appui sur la poignée :*

Défaut consécutif à une mauvaise position des deux premiers doigts (poignée reposant sur la 1<sup>re</sup> phalange de l'index), entraîne un manque important de puissance par la perte d'un 5<sup>e</sup> point d'appui.

4) *Le pouce et l'index n'étant pas contre la coquille*, augmente l'ampleur des mouvements de la pointe et diminue l'autorité et la qualité de la défensive.

5) *Le poignet fléchi dans un mauvais sens :*

L'angle formé par l'arme et l'avant-bras nuit à une bonne couverture.

**CONSIDERATIONS GENERALES :**

Si quelquefois la tactique du jeu de l'épée permet au tireur employant la poignée française de varier la façon de tenir son arme, au fleuret il n'en est pas de même. En effet, le poids du fleuret électrique

et le déséquilibre créé par la pointe nuisent aux actions de vitesse et de finesse (trompements, dérobements, etc.) et amènent logiquement les tireurs à exécuter plus fréquemment des actions de puissance. Certains, peut-être par facilité, trouvent une source de puissance dans l'emploi des poignées orthopédiques et remédient au manque d'équilibre de l'arme en utilisant des lames plus courtes (n° 4).

### CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître attachera une attention particulière à la manière dont l'élève tient son arme, et à l'emplacement que doit occuper le pommeau dans les différentes positions d'escrime. Il vérifiera le montage de l'arme de son élève si celui-ci est dans l'impossibilité de placer l'auriculaire sur la poignée. Le montage de l'arme ne doit pas être la solution de facilité, de trop graves inconvénients en découlent lorsque la soie de la lame est trop coudée. Il devra exiger d'abord un effort de la part de l'élève et lui placer les doigts. Certains exercices éduquent la main, développent la préhension, font acquérir la gymnastique particulière demandée aux différents doigts, ne pas les négliger au cours de la leçon. — (Voir les paragraphes VIII et IX). Chaque fois qu'il le jugera nécessaire, le maître pourra faire travailler son élève la main nue.

## CHAPITRE II

# LA GARDE AU FLEURET

### I — DEFINITION :

« La garde est l'unique position permettant au tireur d'être également prêt à l'attaque et à la défense, c'est donc la position fondamentale de l'escrime ; de sa correction dépend la bonne exécution de tous les mouvements » (C.F. 1908).

*Nota* : L'escrime moderne électrique exige du tireur d'être également prêt à la contre-attaque.

### II — LA MISE EN GARDE

Le règlement de 1908 donne la mise en garde en 5 et 7 temps. Ces deux façons de l'exécuter préparent aux mouvements d'ensemble et au grand salut des armes.

Un procédé pédagogique simple et rapide permet de « placer » l'élève dès la 1<sup>re</sup> leçon.

*1<sup>er</sup> temps* : Placer les pieds en équerre, distants d'une semelle et 1/2 environ, les talons sur une même ligne.

*2<sup>e</sup> temps* : Fléchir également sur les 2 jambes en écartant les genoux, le corps restant droit.

*3<sup>e</sup> temps* : « Ployer le bras droit, le coude détaché du corps entièrement effacé, l'avant-bras à peu près horizontal, la pointe de l'arme à hau-



FIG. 2 : La garde

teur de l'épaule. Lever en même temps le bras gauche en arrière en le ployant, le coude à hauteur de l'épaule, la main fléchie sans contraction sur l'avant-bras, le bras s'arrondissant en arc de cercle » (Troisième temps C.F. 1908).

*Nota :*

a) Souvent le jeu du fleuret électrique oblige le tireur à baisser sa pointe afin d'éviter les actions au fer et à préparer éventuellement les contre-attaques, dans ce cas l'avant-bras est plus près de l'horizontale.

b) L'escrime de compétition quelquefois dépourvue de fair-play amènera le tireur à se mettre en garde de préférence en arrière (Définition 1908) le pied avant placé sur la ligne de mise en garde.

### III — ETUDE TECHNIQUE

A) *Les pieds* sont placés rigoureusement en équerre, les 2 talons sur la même ligne afin d'obtenir et conserver la plus grande base de sustentation sans laquelle il n'y a pas d'équilibre parfait. Le pied avant dans l'axe de la ligne des tireurs afin d'assurer des déplacements et un développement rectilignes.

B) *La flexion des jambes.* Chercher à obtenir un pentagone régulier formé par la ligne joignant les 2 talons les jambes et les cuisses. Le centre de gravité du tireur dans la position de la garde doit se trouver sur la ligne verticale passant par le centre du pentagone régulier ainsi formé.

C) *Le tronc* d'aplomb sur les jambes et effacé — Les épaules relâchées — (la tête droite face à l'adversaire).

D) *Le bras non armé.* Le coude du bras non armé doit rester à hauteur de l'épaule et effacé.

E) *Le bras armé* entièrement effacé, la main en supination dans le prolongement de l'avant-bras. Le pommeau de l'arme effleurant le milieu du poignet.

### IV — ETUDE TACTIQUE

La position de garde classique peut et doit varier suivant les nécessités tactiques de l'assaut. Les variations combinées, jambes, bras, etc. permettent au tireur de préparer et réaliser ses intentions avec un maximum d'efficacité. Gagner la distance est actuellement un problème délicat. La flèche devient donc un procédé plus employé pour attaquer de loin. Pour son exécution instantanée, il y a avantage à réduire l'écart existant entre les pieds et à diminuer la flexion des jambes. Les dépla-



cements, le développement, la flèche sont subordonnés à la position du centre de gravité pour être exécutés parfaitement. Le tireur trouvera son équilibre en déplaçant judicieusement son centre de gravité vers l'avant ou vers l'arrière, *tout en conservant le buste droit* afin d'éviter un déplacement du poids du corps.

Le bras armé n'échappe pas aux exigences tactiques, sa position de base devra être modifiée suivant les circonstances. Devant un adversaire plus grand que lui, le tireur augmentera la couverture de sa ligne haute en raccourcissant sa garde et en élevant sensiblement l'avant-bras.

Au contraire, devant un adversaire plus petit, il pourra allonger légèrement sa position de bras en baissant sensiblement la pointe. Cette position est une difficulté supplémentaire pour l'adversaire qui doit gagner la mesure et éviter la contre-attaque toujours possible. La position d'octave met souvent l'adversaire dans l'embarras en l'obligeant à développer une offensive inhabituelle. Lorsque la pointe est à hauteur de la main, cette position augmente la difficulté d'exécution des actions au fer que peut entreprendre l'adversaire.

## V — DEFAUTS A EVITER :

A) *Ecart insuffisant* : Créé un manque de flexion des jambes, une insuffisance de détente de la jambe arrière dans le développement. Cette position est souvent celle des flécheurs.

B) *Ecart exagéré* : la jambe arrière manque de flexion pour obtenir une bonne détente, le développement s'en trouve raccourci.

C) *Excès de flexion des jambes* : ce défaut plus rare, amène le genou avant dans une position qui nuit à l'élévation de la pointe du pied dans les déplacements et le développement.

D) *Pied avant rentré* : les déplacements et le développement se font obliquement.

E) *Pied arrière* :

a) *Ouvert* : il diminue la principale surface d'appui et glisse au moment de la poussée de la jambe arrière.

b) *Rentré* : il diminue la stabilité de la position de garde et rend impossible l'ouverture du genou et l'effacement de hanches.

c) *Nota* : La pointe du pied arrière *légèrement* rentrée permet d'assurer un meilleur blocage au moment de la détente de la jambe. Cette position répartit la poussée sur toute la longueur du pied et limite le glissement latéral.

F) *Pieds croisés* : ils ne permettent pas de conserver le pied arrière en flexion pendant les déplacements, le tireur repose le pied « pointetalon ». Dans les actions offensives précédées de la marche, la poussée est faite avec la pointe du pied arrière, les déplacements sont obliques et il s'en suit généralement une mauvaise répartition du poids du corps sur les jambes.

G) *Genoux fermés* : c'est un défaut qui découle généralement d'une mauvaise position des pieds et parfois d'un manque d'application de l'élève.

H) *Excès de poids sur la jambe avant* : il provient souvent d'une position trop inclinée du tronc vers l'avant. La jambe arrière est donc insuffisamment fléchie et le développement est toujours précédé d'une élévation verticale, ou d'un mouvement de bascule vers l'arrière.

I) *Excès de poids sur la jambe arrière* : le tireur est « assis », le développement exige un effort exagéré. La poussée étant verticale, le développement ressemble à un saut. Le bassin n'est plus effacé.

J) *Effacement insuffisant du corps* : provient d'un mauvais effacement des hanches et du bras non armé, le développement devient lourd et lent. Cette position amène une défensive très large.

K) *Effacement exagéré* : c'est un défaut peu courant, il contracte les épaules et dérègle les positions.

L) *Le bras non armé* :

a) le coude plus haut que l'épaule incline généralement le buste vers l'avant et provoque une extension verticale de l'avant-bras au moment du développement.

b) le bras insuffisamment effacé contrarie l'effacement du buste et désaxe les épaules pendant le développement.

c) d'autres défauts tels : le coude plus bas que l'épaule, l'avant-bras tombant sur le bras ou trop ouvert, nuisent à l'harmonie et à l'efficacité du développement.

M) *Le bras armé* : le coude sorti, pointe rentrée, laisse la ligne ouverte et dérègle la défensive. Le bras trop allongé expose le tireur aux actions au fer ; trop raccourci, il impose une défensive latérale plus large.

N) *Le poignet fléchi* : (latéralement ou vers le haut) nuit à une bonne couverture, contracte l'avant-bras. Dans la défensive les déplacements de la pointe sont exagérés et exécutés souvent en « fouetté ».

## VI — CONSIDERATIONS GÉNÉRALES :

La position de garde d'un tireur donne, dans une certaine mesure, des renseignements utiles quand à ses possibilités, donc une idée générale de la tactique à employer pour mettre son jeu en échec. La garde classique se rencontre très rarement, elle est de plus difficile à conserver en cours d'assaut. Nos adversaires transalpins sont souvent en garde pieds croisés, les hanches bien effacées, ce qui leur donne un effacement maximum du buste et leur permet de tirer « décalé » par rapport à la ligne des tireurs. Cette façon de faire ne présente pas que des avantages et elle exige une grande souplesse articulaire.

Les positions fantaisistes du bras non armé, sont fréquemment à l'origine de mauvaises (ou bizarres) positions de garde qui pourraient à la longue conduire à certaines déformations du squelette, d'où quelques critiques médicales sur l'escrime dit « sport incomplet ». Il est certain qu'une légère hypertrophie atteindra les muscles les plus souvent sollicités ; il en est de même dans tous les sports encore faut-il les pratiquer longtemps et négliger un entraînement généralisé (gymnastique, assouplissements). L'escrime n'interdit pas le travail des deux mains, les enfants confiés à un bon Maître le savent. Accentués d'un côté ou de l'autre, les exercices deviennent correctifs.

## VII — CONSEILS PÉDAGOGIQUES :

« La garde doit s'adapter aux moyens physiques de l'élève ce qui regarde le Maître et aux circonstances ce qui regarde le tireur. » (J.-J. Renaud). Chaque fois qu'il le peut, le Maître doit exiger la garde classique,

mais il tiendra compte pour placer son élève de sa morphologie et de sa souplesse articulaire. La position de garde n'étant pas une position naturelle, elle exige au début un effort soutenu de la part de l'élève. Le Maître doit être intransigeant, corriger en termes brefs et précis *sans interrompre sa leçon*. Il ne peut prétendre obtenir dès le début une attitude parfaite, mais la répétition de ses corrections portera ses fruits si il sait donner à chacune l'importance qu'elles méritent. Le Maître devra entraîner son élève à exécuter toutes les actions en partant des 4 positions suivantes : sixte, quarte, octave, septime, le plus souvent sans le fer afin de l'habituer à trouver ces positions dans l'espace. Il devra faire précéder ses leçons d'exercices d'assouplissements généraux et spéciaux, de détente, de musculation, etc. Le temps que le professeur passera à donner une garde correcte à l'élève ne sera jamais du temps perdu. Au contraire de mauvaises habitudes limiteraient ses progrès et certaines actions d'escrime lui seraient par la suite interdites.

## CHAPITRE III

# LE DÉVELOPPEMENT

### I — DEFINITION :

« Le déploiement du bras suivi de la fente, constitue le développement » (Règlement 1908).

### II — DESCRIPTION :

« Etant dans la position de la garde pour se développer : déployer le bras droit vivement sans raideur, le corps restant immobile, la main les ongles en dessus, à hauteur du menton. Porter ensuite le pied droit en avant, le pied rasant le sol, et tendre vivement le jarret gauche. Laisser, en même temps tomber le bras gauche et le maintenir dans une position sensiblement parallèle à la jambe gauche, la main ouverte, les doigts allongés et joints, le pouce en dessus. Poser le pied droit à plat, le genou droit sur la verticale passant par le milieu du pied, le corps légèrement penché en avant, la main droite à hauteur des yeux.

Il importe essentiellement :

1) Que le développement soit toujours couvert par le déploiement préalable du bras et les mouvements nécessaires d'élévation et d'opposition de la main.

2) Que le déploiement du bras droit soit aussi moelleux et complet que possible, sans mouvement inutile de l'épaule.

3) Que le pied gauche reste rigoureusement à plat » (Règlement 1908).



FIG. 3 : *L'allongement du bras précèdent la fente*



FIG. 4 : *Le développement*

### III — ETUDE TECHNIQUE :

1) *Allongement du bras armé* : l'allongement du bras armé doit être complet et souple, la main en supination sans élévation ni opposition exagérées pouvant nuire à la longueur et à la précision de l'attaque. La pointe *légèrement* plus basse que la main, l'épaule *relâchée vers le bas*. La perfection de ce mouvement est définie par la ligne droite formée par l'arme, le bras, la ligne des épaules et le bras gauche.

2) *Temps de suspension* : trois actions simultanées forment la phase active du développement.

A) *Projection de la jambe avant* : la jambe avant doit quitter le sol par une *élévation préalable de la plante du pied*, être projetée en restant dans le plan vertical défini dans la position de la garde, le talon rasant le sol.

B) *Détente de la jambe arrière* : l'action de la jambe arrière commence dès que le pied avant quitte le sol. La puissance n'atteint son maximum que lorsque le bassin porté en avant permet une poussée horizontale. L'extension *complète et rapide* de la jambe arrière donne au développement l'accélération finale.

C) *Projection du bras non armé* : le bras non armé a dans le développement, deux rôles très importants : il est à la fois moteur et équilibreur.

a) *moteur* : la projection violente, vers l'arrière de l'avant-bras décontracté dans le prolongement du bras, puis vers l'avant de toute la masse du bras, apporte un supplément de puissance au développement. Le bras décrit un arc de cercle dont il est le rayon ayant comme centre et point d'appui l'articulation de l'épaule. La force centrifuge acquise par la vitesse du mouvement agit sur le point d'appui (épaule) et accélère la translation du corps vers l'avant.

b) *équilibreur* : en fin de mouvement le bras s'arrête dans une position sensiblement parallèle à la cuisse arrière. Le bras ne doit en aucun cas *s'écarter du plan vertical* du corps, à cette seule condition il stabilise le développement.

D) *Pose du pied avant sur le sol* : le pied reprend contact avec le sol

par le talon, la jambe doit être verticale et la cuisse horizontale pour obtenir un blocage efficace du mouvement.

*Nota :*

— Pendant le développement le pied gauche doit rester *rigoureusement* à plat il est le seul point d'appui pendant le temps de suspension. De sa position dépend également le blocage du développement donc de l'appréciation *exacte* de la distance.

— Après l'allongement du bras armé, l'arme occupe une position parallèle au sol. Pendant le développement et jusqu'à la fin elle ne doit plus la quitter. Le développement oblige le corps à s'abaisser, le tireur compense donc la différence de niveau avec le bras et l'articulation de l'épaule.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

A la finale de l'extension du bras armé le pied avant quitte le sol, la pointe est conduite vers la cible *sans temps d'arrêt* entre les deux mouvements et *toujours en accélérant*. La coordination du développement est fonction du réflexe défensif adverse qui est déclenché par le départ du pied avant. Il est donc essentiel de gagner le maximum de longueur par l'allongement complet du bras armé avant le départ du pied. Le développement doit garder toute sa correction mais peut varier en longueur suivant l'intention tactique du tireur. Dans toute attaque la position finale de la pointe est fonction de la cible que l'on veut toucher. La position du buste de gravité du tireur doit lui permettre de lever la plante du pied avant sans difficulté en laissant sur la jambe arrière une résistance suffisante mais non exagérée pour obtenir une détente instantanée des muscles, à la manière d'un ressort comprimé qu'on libère. La position du buste, légèrement penché en avant, permet en cas d'échec de l'attaque de continuer conventionnellement la phrase d'armes. Certains tireurs au mécanisme rudimentaire ou déconcertés par l'échec de leur attaque, dissimulent volontairement la surface valable du tronc, par une flexion exagérée du buste sur la jambe avant. Cette façon de faire leur permet d'éviter la riposte et d'exécuter des reprises ou remises. Elle doit être sanctionnée par les présidents du jury pour substitution de surface valable.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les nombreux défauts traités dans la position de la garde ont une répercussion sur le développement. Ne sont analysés dans ce paragraphe que les défauts particuliers rencontrés dans l'exécution du développement ou dans la position statique finale.

##### A) Dans l'exécution du développement

1) *Temps d'arrêt entre l'allongement du bras et la fente* : cette façon de faire « téléphone » le coup et rend le tireur vulnérable aux actions au fer (attaques sur la préparation).

2) *Bras armé raccourci* : nuit à la précision et à l'appréciation de la distance, et donne parfois la possibilité à la contre-attaque de gagner un temps d'escrime pendant l'exécution du développement.

3) *Bras armé s'abaissant avec le corps* : enlève toute précision au coup ; les actions au fer en ligne haute manquent d'autorité.

4) *Pied avant quittant le sol à plat ou par le talon* : dans les deux cas la fente est sautante par suite d'une élévation exagérée de la jambe lorsque le talon quitte le sol le premier, le départ du pied a lieu en deux temps.

5) *Le pied avant se posant à plat ou sur la plante* : ne permet pas de bloquer le développement, ni de tenir l'équilibre en cas d'échec de l'attaque.

6) *Jambe avant lancée dans le prolongement de la cuisse* : la fente n'est plus rasante, la pose du pied s'effectue trop loin, le genou est à l'arrière de la verticale passant par le milieu du pied.

7) *Pied arrière ne restant pas à plat* : la surface d'appui devient insuffisante, le développement manque d'accélération et d'équilibre.

8) *Pied arrière glissant* : le développement a lieu en laissant tomber le buste vers l'avant au moment de la détente. Il n'y a plus aucune résistance au point d'appui, donc la poussée est pratiquement nulle. Ce défaut ne permet pas une juste appréciation de la distance.

9) *Pied arrière s'ouvrant dans le prolongement de la fente* : la poussée a lieu avec la plante du pied seulement, elle est donc insuffisante. Le manque de perpendicularité des deux pieds amène un déséquilibre important.

10) *Corps insuffisamment effacé* : la poussée ne s'exerce plus dans le plan vertical et se trouve réduite. Le développement est lourd, l'accélération impossible.

11) *Mauvaise utilisation du bras gauche* : l'extension de l'avant-bras au-dessus de l'horizontale — la flexion de l'avant-bras sur le bras avant l'extension — l'abaissement du bras avant l'extension de l'avant-bras — sont des défauts qui nuisent à la vitesse, à la coordination, à l'équilibre et à l'harmonie du développement.

Le tireur qui n'utilise pas son bras gauche a naturellement une tendance à abuser des attaques en flèche.

## B) Dans la position finale

12) *Main basse — Pointe plus haute que la main* : le bras armé s'est abaissé avec le corps, l'attaque manque de longueur, la précision est nulle. La lame se courbe dans le mauvais sens et risque de se briser.

13) *Le corps penché en avant* : nuit à l'exécution correcte des actions « étant fendu » et au retour en garde. Ce défaut ne permet pas d'apprécier une juste distance, le tireur s'appuie sur la cible et a souvent une flèche exagérée.

14) *Le genou en avant de la verticale passant par le milieu du pied* : la cuisse n'est plus horizontale le bassin placé trop bas rend la reprise de garde très difficile, parfois impossible. Le développement manque d'assise.

15) *Le genou en arrière de la verticale passant par le milieu du pied* : le développement est insuffisant, l'attaque manque de longueur.

16) *Le pied avant rentré* : amène également un déplacement du genou vers l'intérieur d'où un manque d'équilibre. Ce défaut désaxe le corps au moment de la reprise de garde.

## VI — CONSIDERATIONS GÉNÉRALES :

L'exécution du développement est liée à l'indépendance musculaire du tireur, toute contraction de l'une quelconque des parties du corps retarde et freine l'action des muscles sollicités dans un temps extrêmement court. L'équilibre joue un grand rôle ; le tireur, qui éprouve le besoin de rétablir son équilibre momentanément détruit par un défaut quelconque, se contracte et par suite limite ses actions. Certains sujets possèdent les qualités naturelles qui leur permettent d'exécuter assez rapidement un développement correct. Le temps passé au plastron avant de « sentir » le mouvement est évidemment fonction de la morphologie, de la musculature, du système nerveux de l'individu et aussi de son application. Certains Maîtres, assez rares aujourd'hui, enseignent l'extension horizontale du bras non armé en même temps que l'allongement du bras armé. Ce procédé a l'avantage d'amener l'élève à un effacement complet, mais enseigné trop longtemps, il est néfaste à l'action du bras non armé qui, pour être efficace, doit être lancée en un seul temps. Il n'est pas rare de voir des élèves, auxquels on a enseigné cette façon de faire, exécuter ce mouvement en faisant des feintes et parfois en ripostant. Les mouvements d'élévation et d'opposition de la main ne doivent pas raccourcir la longueur de l'attaque, mal exécutés ils nuisent à la précision.

Dans le passé ils étaient enseignés au fleuret, considéré alors comme instrument d'étude de l'escrime à l'épée. Aujourd'hui la convention suffit à donner raison à une attaque correctement exécutée. Le fleuret électrique impose une certaine perpendicularité entre la cible et la lame pour permettre à la tête de pointe de s'enfoncer dans l'embase sans résistance supplémentaire. Si l'attaque est développée en maîtrisant le fer, les mouvements d'élévation et d'opposition deviennent indispensables. La *coordination* et l'*accélération* du développement doivent permettre au tireur de *toucher la cible avant que le pied avant ne se pose au sol*.

## VII — CONSEILS PÉDAGOGIQUES :

— Dans l'exécution du développement, l'allongement préalable du bras armé et la fente sont deux mouvements que le débutant exécute souvent simultanément. Le Maître doit donc veiller à ce que le bras armé soit *allongé complètement* avant la fente. Il ne doit rechercher la vitesse que lorsque ces deux mouvements sont parfaitement exécutés. L'expression « bras tendu » est souvent employée à tort, elle laisse supposer une idée de raideur, de contraction ; l'expression « bras allongé » répond mieux à la position du bras armé.

— Dans l'allongement du bras au plastron, l'élève doit diriger sa pointe directement sur la cible et la toucher lorsque le bras est dans une position horizontale. L'élévation de la main n'est exécutée qu'en finale pour assouplir et décontracter les muscles de l'épaule.

— Il est indispensable que le Maître exige la position *main en supination complète* (sans élévation de l'épaule). La difficulté est certaine, mais à cette seule condition sont évitées les oscillations latérales de la pointe (feintes).

— Le départ du pied avant doit être l'objet d'une attention particulière. L'élévation de la plante du pied demande avant d'obtenir l'automatisme nécessaire, une éducation des muscles sollicités. Le Maître peut exiger que ce mouvement et l'allongement du bras soient simultanés.

— Il est facile de se rendre compte de l'action du bras gauche qui



est visible lorsqu'il sort du plan vertical. Le Maître peut faire tomber l'attaque dans le vide et se déplacer pour en contrôler la position ainsi que celle du pied gauche. L'arrivée de la pointe au plastron renseigne sur la finale de l'extension de la jambe gauche.

— La flèche au plastron, ne doit être que de quelques centimètres seulement. L'élève s'habitue ainsi à sa distance, il sent la nécessité de bloquer son développement, de garder le pied gauche à plat sans le faire glisser.

— L'élève ne doit pas s'appuyer au plastron, ce défaut le met en difficulté lorsque l'attaque étant parée, il doit continuer la phrase d'armes. Le Maître doit être toujours à bonne distance et ne pas provoquer lui-même ce défaut.

— Le fait d'amener l'élève à toucher la cible avant que le pied avant ne se pose au sol, ne doit pas provoquer une élévation exagérée de la jambe avant afin de retarder le contact au sol, *le talon devant raser le sol.*

— La répétition trop rapide du développement empêche l'élève de réfléchir, de penser ses mouvements, il faut lui laisser la possibilité de se décontracter et de se concentrer. Une observation brève faite à temps, vaut mieux qu'un long discours. A tout moment le Maître peut laisser l'élève dans la position du développement, le contrôler, faire une observation, le corriger.



## CHAPITRE IV

# LA FLÈCHE

### I — DEFINITION :

Le déploiement du bras suivi du déséquilibre complet du corps vers l'avant constitue la flèche.

### II — DESCRIPTION :

Etant dans la position de la garde, pour flécher : déployer vivement le bras droit sans raideur, la main les ongles en dessus à hauteur de l'épaule. Porter ensuite le centre de gravité du corps vers l'avant jusqu'à déséquilibre complet, le corps en oblique, la jambe avant restant fléchie. Détendre vivement la jambe avant en lançant le bras gauche vers l'arrière, le pied arrière quittant le sol et venant se replacer devant le pied avant à une distance variable pour reprendre l'équilibre.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

1) *Allongement du bras armé* : voir chapitre III — Développement au fleuret.

2) *Le déséquilibre vers l'avant* : le déséquilibre s'obtient par un déplacement du bassin, la jambe avant restant fléchie, afin d'amener la rupture d'équilibre. Le corps est incliné, entièrement effacé, et dans le prolongement de la jambe arrière. Le pied en léger appui au sol, le poids du corps passe entièrement sur la jambe avant, le pied en flexion forcée.



FIG. 5 : Déséquilibre précédant la flèche

5) *La suspension* : en finale de l'extension complète de la jambe et du pied, la pointe touche la cible. Le pied avant n'est plus en contact avec le sol que par sa pointe. La jambe arrière se replie vivement à l'aplomb du corps pour préparer la réception alors que le pied avant quitte le sol.



FIG. 6 : La flèche à l'instant de la touche

3) *Détente de la jambe avant* : la détente de la jambe avant commence par l'élevation du talon. La poussée se fait par une extension complète et rapide de la jambe et du pied, le corps entièrement effacé est projeté vers l'avant dans le prolongement de la jambe avant.

4) *Projection du bras non armé* : le bras non armé, comme dans le développement, est à la fois moteur et équilibreur.

6) *Pose du pied arrière* : la plante du pied arrière se pose au sol à une distance variable du pied avant pour la reprise d'équilibre.

7) *Etude du déséquilibre* : l'exécution parfaite de la flèche dépend de la correction du déséquilibre. Plusieurs procédés permettent de l'obtenir en partant de positions différentes.

A) *De la position de la garde* : le bras armé étant allongé.

- 1) De l'immobilité : voir paragraphe précédent.
- 2) Par balancements successifs en augmentant l'ampleur jusqu'au déséquilibre complet vers l'avant.
- 3) Avancer le pied arrière près du pied avant en portant le poids du corps et le buste vers l'avant, la jambe fléchie, les épaules effacées, le bras non armé horizontal.
- 4) Ramener le pied avant près du pied arrière et le poser au sol par la plante en laissant le poids du corps vers l'avant, les épaules effacées. le bras non armé horizontal. (Ce procédé peut être employé en portant au préalable le pied arrière vers l'arrière pour accentuer le déséquilibre).

B) *De la demi-fente* : le bras étant allongé.

Porter entièrement le poids du corps sur la jambe avant, laquelle reste fléchie, par une légère avancée du buste et une extension complète du pied arrière.

C) *De la fente* : le bras étant allongé.

1) Enlever le point d'appui formé par la jambe avant en replaçant le pied par la plante très près du pied arrière de façon à amener le corps dans le prolongement de la jambe arrière, le buste effacé. Le bras

non armé revient à l'horizontale, allongé souplement et joue le rôle de balancier.

2) Ramener le pied arrière très près du pied avant en portant le poids du corps sur la jambe avant qui reste fléchie, le buste légèrement en avant et effacé, le bras non armé allongé revient à hauteur de l'épaule.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

La flèche est un procédé d'attaque permettant de toucher un adversaire se tenant à grande distance (marche et fente) dans un temps d'exécution semblable à celui du développement. Très rarement employée au fleuret ordinaire car elle limite la phrase d'armes lorsque l'attaque a échoué, elle l'est davantage à l'arme électrique, car elle laisse la possibilité de continuer l'offensive en remise ou reprise. La flèche s'utilise de préférence dans les actions dirigées en ligne haute parce qu'elle permet de dominer plus facilement le fer adverse, le corps s'élevant pendant son exécution. Exécutée sans préparation musculaire, elle surprend l'adversaire qui recherche la sécurité dans la distance ou qui rompt systématiquement sur l'attaque. La flèche permet parfois de remédier à l'infériorité de taille et supprime en partie les risques de contre-attaque surtout à l'arme électrique. Elle ne conserve son effet de surprise que lorsqu'elle est employée avec discernement et en variant la préparation.

En cas d'échec de l'offensive exécutée en flèche, la position du tireur qui l'exécute, son déséquilibre, la distance réduite à laquelle se trouve les deux tireurs ne laissent que peu de ressources en face d'un bon pareur. Le dépassement de l'adversaire doit varier : (à gauche ou à droite) suivant la ligne dans laquelle on veut toucher. Le bon côté est toujours celui qui permet l'opposition du côté du fer adverse.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts du bras armé et du bras non armé traités dans le développement restent valables pour l'exécution de la flèche.

##### A) Dans le déséquilibre :

1) *Allongement de la jambe avant et élévation du talon* : provoquent une élévation prématurée du corps, enlèvent toute vitesse d'exécution à la flèche.

2) *Déséquilibre insuffisant* : la poussée de la jambe avant ne s'exerce plus suffisamment en oblique, la flèche est sautante et manque de longueur.

3) *Effacement insuffisant* : diminue la longueur de la flèche, amène le « cassé » du corps ; provient souvent d'une mauvaise position du bras non armé.

4) *Genou avant rentré* : désaxe la flèche, nuit à la précision et à la vitesse, rend difficile la reprise d'équilibre.

##### B) Dans la flèche :

5) *Extension incomplète de la jambe et du pied avant* : le pied avant quitte le sol trop tôt ; la flèche manque de longueur de vitesse et d'accélération ; elle ressemble à un saut.

6) *Le coup arrive pendant la suspension* : le coup n'arrive plus avec le maximum de vitesse.

7) *Pose trop hâtive du pied arrière* : provient d'un mauvais déséquilibre, l'attaque portée en courant, voit sa vitesse se limiter et ne surprend plus.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

La flèche est un procédé d'attaque employé assez couramment depuis l'apparition des appareils de contrôle électriques. Le jugement humain désavantage souvent le tireur qui attaque en flèche, involontairement il cache momentanément la surface valable de son adversaire à la vue des assesseurs lesquels ont beaucoup de difficultés à suivre les actions consécutives à l'attaque. Depuis quelques années la distance entre les tireurs a sensiblement augmenté, cette raison favorise l'emploi de la flèche moins facilement contre-attaquable que l'attaque en marchant.

Si la flèche est un procédé d'attaque efficace pour les actions d'apropos, elle ne doit pas devenir une règle pour attaquer un adversaire se trouvant à grande distance. Elle n'est pas recommandée dans les actions de deuxième intention qui demandent une grande stabilité. Certains tireurs abusent de la flèche, ils trouvent là une solution de facilité pour attaquer et se mettre hors de portée de l'adversaire en cas d'échec de l'attaque. Utilisée dans cet esprit la flèche devient une attaque en courant interdisant la construction d'une phrase d'armes correcte susceptible d'être pénalisée pour franchissement de limites.

Le tireur qui exécute une flèche doit avoir le souci de sa reprise d'équilibre afin d'éviter une rencontre brutale, parfois dangereuse. Le fait d'entrer systématiquement en contact avec l'adversaire pour arrêter la phrase d'armes est pénalisable par le Président du Jury.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

La flèche ne doit pas être enseignée trop tôt, l'élève devant déjà posséder une bonne coordination. Il est indispensable de l'interdire au débutant qui souvent l'exécute par imitation sans l'avoir travaillée au plastron. Il trouve là un procédé d'attaque naturel et facile, mais sans espoir de progrès.

Le Maître doit d'abord apprendre à son élève le déséquilibre vers l'avant en partant de la position de la garde. Pour cela, il se place à distance de riposte et *rompt progressivement* en demandant à l'élève de toucher en accentuant son déséquilibre, tout en conservant le pied avant au sol, la jambe fléchie, la jambe arrière allongée pointe du pied au sol. Lorsque l'élève a trouvé sa position dans le déséquilibre vers l'avant, le Maître augmente toujours progressivement la distance et oblige l'élève à développer sa flèche par une extension complète de la jambe avant et du pied. Instinctivement le débutant a le souci de rétablir son équilibre, mais le déplacement de la jambe arrière exécuté trop tôt provoque une rotation du buste qui nuit à la précision et à la longueur de l'action. Le Maître doit obliger l'élève à *retarder ce déplacement* de la jambe arrière vers l'avant. La pose du pied arrière devant le pied avant doit se faire légèrement décalée suivant que l'élève dépasse le plastron à droite ou à gauche.

Au fur et à mesure des progrès de l'élève, le Maître enseigne la flèche en partant des différentes positions de déséquilibre décrites au paragraphe III.



## CHAPITRE V

# LA REPRISE DE GARDE

### I — DEFINITION :

Etant développé, l'action de revenir à la position de la garde en avant ou en arrière, s'appelle la reprise de garde.

### II — DESCRIPTION :

Pour reprendre la garde : ployer vivement le jarret gauche en relevant le bras gauche et portant le poids du corps, sur la jambe gauche, replacer le pied droit à sa première position, le pied rasant le sol, ployer progressivement le bras droit, la pointe bien en ligne pour couvrir la reprise de garde. La reprise de la garde peut, exceptionnellement, se faire en avant en portant le pied gauche à la distance voulue du pied droit, lequel reste en place. (Règlement 1908.)

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Reprise de garde en arrière

1<sup>er</sup> temps : de l'exécution parfaite du 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde dépendent la vitesse, l'équilibre et l'harmonie au retour à la position de la garde telle qu'elle est définie au paragraphe n° 2 du chapitre II. La jambe arrière tendue au moment du développement se *fléchit rapidement* en même temps que le buste se redresse et que le bassin se déplace vers l'arrière, libérant ainsi la jambe avant.

Simultanément, la plante du pied avant se soulève, la *jambe reste fléchie*. Ce mouvement doit être exécuté sans élévation du bassin, le genou arrière se déplaçant dans un plan horizontal.



FIG. 7 : *Le 1<sup>er</sup> temps du retour en garde*

**2<sup>e</sup> temps** : le corps a pris une position qui permet la répulsion du sol par le talon avant. La jambe avant reste fléchie et son action est renforcée par une traction vers l'arrière, du bassin et du bras non armé.

**3<sup>e</sup> temps** : le pied avant se replace vivement à sa distance du pied arrière sans élévation exagérée et par le talon afin d'éviter un temps de suspension trop long. Le poids du corps réparti sur les deux jambes permet toute action consécutive. Simultanément le bras armé reprend sa position.

#### **B) Reprise de garde en avant :**

Elle s'exécute en un seul temps : la jambe arrière fléchie vient se replacer sous le corps à sa distance du pied avant, le genou bien ouvert, le pied en flexion. Le buste reprend sa position verticale, le bras non armé se relève, le bras armé reste allongé.

#### **C) Reprise de garde par bond arrière :**

Elle permet de se mettre rapidement hors de distance.

**1<sup>er</sup> temps** : s'exécute comme le 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde arrière.

**2<sup>e</sup> temps** : la répulsion par la jambe avant s'exécute avec plus de puissance ainsi que la traction du bassin et du bras non armé. Simultanément une légère détente de la jambe arrière permet de décoller le pied arrière du sol, les jambes restent fléchies, pendant la suspension. Les pieds se placent à leur distance, le corps vertical, de façon à obtenir un équilibre parfait au moment de la réception. La détente de la jambe arrière doit être « sèche » et mesurée de façon à éviter une élévation exagérée, le pied arrière reste en flexion. Le bras armé reprend sa position dans le même temps.

### **IV — ETUDE TACTIQUE :**

Exécutée correctement et avec un minimum d'effort, la reprise de

garde permet de s'adapter immédiatement aux nécessités tactiques de l'assaut.

Dans ces conditions, elle peut avoir pour effet :

1) De faire échouer, en se mettant hors de portée, les actions adverses exécutées tardivement.

2) De faciliter la défensive sur les actions adverses exécutées en avançant.

3) De reprendre l'offensive sur un adversaire qui n'a fait que l'éviter.

4) De se mettre à portée ou hors de portée de l'adversaire suivant les nécessités tactiques de l'assaut.

*La reprise de garde en avant* : a pour but de reprendre immédiatement l'offensive dans les deux cas suivants :

- 1) L'adversaire s'est mis hors de portée pour éviter l'offensive.
- 2) La défense employée par l'adversaire, en se mettant hors de portée, n'est pas suivie d'action offensive.

*La reprise de garde par bon arrière* : offre l'avantage de se mettre hors de portée très rapidement en s'éloignant de l'adversaire en un seul temps à une distance égale à la reprise de garde suivie de retraite.

Le premier temps de la reprise de garde peut être utilisé pour exécuter des contre-ripostes en seconde intention.

## V — DEFAUTS A EVITER :

1) *L'inclinaison du buste vers l'avant* : le poids du corps reste sur la jambe avant, la reprise de garde est lourde et sautante, le tireur repose le pied avant au sol par la plante.

2) *Le bassin dans le prolongement de la jambe arrière* : est lié à la position du buste et a les mêmes conséquences, il déséquilibre la reprise de garde.

3) *Le décollement du talon du pied avant dans la répulsion* : amène l'extension de la jambe avant, le corps s'élève, la poussée n'est plus horizontale, la reprise de garde est sautante, sans équilibre, et les jambes manquent de flexion.

4) *L'allongement de la jambe avant dans le 1<sup>er</sup> temps* : provoque l'élévation du corps, un manque de flexion portant le poids du corps sur la jambe arrière.

5) *La face interne du pied arrière en contact avec le sol* : ce défaut se produit souvent au moment de la flexion de la jambe arrière, la reprise de garde manque de stabilité.

6) *Le genou arrière fermé* : amène une rotation du bassin et du buste, le poids du corps est sur la jambe arrière, le tireur est « assis ».

7) *Utilisation insuffisante du bras non armé* : lorsque l'avant-bras se fléchit sur le bras, la traction du bras vers l'arrière est nulle. Le tireur penche le buste en avant, les épaules ne sont plus effacées. Le bras sort du plan vertical et déséquilibre la reprise de garde.

8) *Ecart latéral dans l'élévation du bras non armé* : détruit l'équilibre et provoque une rotation du buste et du bassin.



9) *Le genou avant fermé* : amène une mauvaise position du pied avant, et rend instable le retour en garde.

10) *La pose du pied avant par la plante* : interdit tout déplacement immédiat vers l'avant, le poids du corps est sur la jambe avant.

11) *Le raccourcissement prématuré du bras armé* : le tireur s'expose à l'offensive sur la reprise de garde, la défensive devient difficile.

12) *Le raccourcissement tardif du bras armé* : facilite l'offensive adverse par attaque au fer.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Exécutée *immédiatement* après le développement, la reprise de garde demande un effort musculaire important. Le moindre défaut en détruit l'équilibre, l'harmonie et accroît la difficulté de son exécution. Toute contraction musculaire inutile en réduit la vitesse et la correction et provoque des défauts qui rendent le tireur très vulnérable. Un développement correct facilite *l'instantanéité* de la reprise de garde dont le but est de revenir à une position parfaite permettant l'enchaînement des différents mouvements imposés par le combat. Certains tireurs abusent de la flèche, par manque de confiance dans les actions offensives pouvant être exécutées avec le développement. Mais nombreux sont ceux qui l'emploient également pour éviter d'avoir à revenir en garde sachant qu'ils sont vulnérables pendant la reprise de garde.

L'utilisation du 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde pour exécuter des contre-ripostes en 2<sup>e</sup> intention exige un bon équilibre, mais aussi une appréciation exacte de la longueur de la riposte adverse ainsi qu'une grande vitesse d'exécution, pour se remettre à distance. Ce procédé ne doit s'employer trop souvent, car il attire rapidement la riposte en marchant, ou en flèche.

Bien qu'il soit recommandé de bloquer le développement, certains tireurs laissent descendre le bassin en dessous de l'horizontale passant par le genou avant et la cuisse et exécutent un « temps de ressort » qui les aide à revenir en arrière. Cette façon de faire demande une grande souplesse du bassin mais n'augmente pas la vitesse de la reprise de garde. Elle est employée par les tireurs qui se développent au maximum.

Le tireur ne doit ployer le bras armé que progressivement afin d'éviter une offensive directe sur le retour en garde, mais il doit être prêt également à soustraire sa lame aux actions au fer très employées au fleuret électrique en raison de la sécurité qu'elles offrent. Le retrait du bras armé ne doit pas obligatoirement replacer la main dans la position occupée avant le développement. La main doit pouvoir occuper *directement* la position défensive justifiée par l'offensive exécutée sur la reprise de garde.

Dans tous les cas, les avantages offerts à l'offensive sur la reprise de garde doivent obliger le tireur à apporter un soin tout particulier à l'exécution de la reprise de garde.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

La difficulté d'exécution de la reprise de garde est souvent augmentée par des défauts provenant de la finale du développement. Le Maître doit donc les corriger avant de faire exécuter la reprise de garde. Le 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde mérite une étude particulière. Sa bonne

exécution est capitale pour conserver l'équilibre, obtenir une répulsion suffisante, retrouver une position de garde fléchie. Le débutant a souvent de grandes difficultés à coordonner la flexion de la jambe arrière et la poussée de la jambe avant ce qui l'amène à poser le pied avant au sol par la plante, le buste penché en avant. Le Maître peut dans ce cas demander de temps en temps à son élève de revenir en garde sans reposer le pied avant au sol et il le fait rester quelques instants en équilibre sur la jambe arrière fléchie le plus possible. Ce procédé a l'avantage d'obliger l'élève à utiliser son bras non armé, son buste se redresse ; il devient soucieux de son équilibre.

Le Maître doit au début exiger que l'élève « marque » le développement au plastron. Il ne doit pas reprendre le fer trop tôt ni rechercher l'exécution immédiate de la reprise de garde avant d'avoir obtenu un développement complet. L'excès de vitesse rend l'élève plus soucieux de sa reprise de garde que de son développement, lequel n'est plus exécuté jambe arrière tendue, pied à plat.

Beaucoup de Maîtres n'attachent qu'une importance secondaire au bras non armé, il est pourtant l'un des facteurs essentiels de la reprise de garde. A la fois moteur et équilibreur, son rôle est capital. Le Maître doit en exiger une action rapide dans le plan vertical (définie au développement) et une position finale parfaite.

Le débutant a tendance à raccourcir le bras armé en même temps qu'il amorce sa reprise de garde. Devant ce défaut, le Maître doit l'obliger à revenir en garde le bras allongé et exiger le raccourcissement du bras en finale de la reprise de garde.

Le Maître doit changer de ligne en reprenant le fer, à l'élève de se couvrir dans la ligne voulue.

## CHAPITRE VI

# LA DISTANCE - LES DÉPLACEMENTS

Ce chapitre est traité pour le fleuret, l'épée et le sabre, les quelques particularités relatives aux différentes armes sont traitées dans le paragraphe « Considérations générales ».

### I — DEFINITION :

La distance d'un tireur est la longueur maximum de son développement.

*Se mettre à distance* consiste à se déplacer pour atteindre l'adversaire en se fendant.

*Se mettre hors de distance* consiste à se déplacer pour éviter une attaque adverse.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Différents procédés de déplacements permettent de s'approcher ou de s'éloigner de l'adversaire.

#### A) Déplacements vers l'avant :

a) *La marche du 1<sup>er</sup> procédé* : Etant dans la position de garde, lever la plante du pied avant et porter celui-ci à la distance voulue, le talon rasant le sol, ramener aussitôt le pied arrière en flexion pour reprendre la position de garde, les jambes restant fléchies, le corps d'aplomb.



FIG. 8 : *Le 1<sup>er</sup> temps de la marche*

rasant le sol, reposer ensemble les deux pieds à plat sur le sol à distance voulue dans la position de garde, les jambes restant fléchies, le corps d'aplomb.

#### B) Déplacements vers l'arrière :

a) *La retraite du 1<sup>er</sup> procédé* : Etant dans la position de garde, porter le pied arrière *en flexion*, en arrière, à la distance voulue en rasant le sol et ramener aussitôt le pied avant en arrière, le talon rasant le sol pour reprendre la position de garde, les jambes restant fléchies, le corps d'aplomb.

b) *La retraite du 2<sup>e</sup> procédé* : Etant dans la position de garde, porter le pied avant en arrière en levant la plante du pied, le talon rasant le sol à la distance voulue et déplacer le pied arrière *en flexion* vers l'arrière pour reprendre la position de garde, les jambes restant fléchies, le corps d'aplomb.

c) *Le bond arrière* : Lever le pied arrière en flexion, détendre la jambe avant pour se porter vers l'arrière, les pieds rasant le sol, reposer ensemble les deux pieds à plat sur le sol dans la position de garde à la distance voulue, les jambes restant fléchies, le corps d'aplomb.

#### III — ETUDE TACTIQUE :

L'assaut impose des déplacements fréquents et d'ampleur variable. Les déplacements sont subordonnés à la distance du tireur en offensive et à celle de l'adversaire dans la défensive. Leur emploi tactique est fonction de l'intention du tireur.

*La marche du 1<sup>er</sup> procédé* : très employée est un mouvement naturel qui permet de conserver un équilibre parfait et de contrôler le déplacement du pied arrière dans l'exécution des feintes, des attaques au fer ainsi que dans l'offensive de 2<sup>e</sup> intention (rythme). Elle permet au tireur d'employer toutes les formes d'offensive et de défensive.

*La marche du 2<sup>e</sup> procédé* : offre l'avantage de ne pas être perceptible immédiatement par l'adversaire. Le deuxième temps de cette marche (déplacement du pied avant) peut être supprimé. Le développement exécuté immédiatement après le déplacement du pied arrière, permet de gagner un temps et de surprendre l'adversaire qui se croit toujours hors de dis-

tance. Ce procédé est utilisé également dans la préparation de la flèche et offre l'avantage de faciliter le déséquilibre.

*Le bond avant* : son exécution permet le déplacement simultané des deux pieds, donc de gagner un temps sur la marche du 1<sup>er</sup> procédé pour un déplacement égal. Il est recommandé lorsque l'attaque est précédée d'un battement pour écarter le fer adverse, il en augmente la soudaineté et la puissance. Le bond ébranle l'adversaire et diminue son assurance dans la défensive, il ne doit cependant pas être suivi d'action offensive trop compliquée. En effet, il provoque souvent la contre-offensive et peut être employé judicieusement dans l'offensive en 2<sup>e</sup> intention.

*La retraite du 1<sup>er</sup> procédé* : est la façon la plus courante de se mettre hors de distance. Elle se combine naturellement avec la défensive et lui apporte une sécurité supplémentaire. En réduisant au minimum le temps de pose du pied avant, elle offre la possibilité d'exécuter des ripostes instantanées en se développant. Le déséquilibre précédant le départ en flèche peut être obtenu en reposant le pied avant par la plante et, près du pied arrière.

*La retraite du 2<sup>e</sup> procédé* : d'une exécution plus difficile est utilisée dans certaines circonstances et principalement à l'épée car elle permet de soustraire immédiatement à l'offensive adverse le pied et la jambe avant sans nuire à la contre-offensive. Au sabre, elle est très employée pour obtenir le déséquilibre précédant la flèche en supprimant le déplacement du pied arrière. Le retrait du pied avant donne parfois à l'adversaire l'illusion d'une retraite complète et l'incite à suivre trop précipitamment. Dans ce cas elle offre la possibilité d'exécuter une attaque en flèche au moment où il déplace son pied avant.

*Le bond arrière* : s'exécute en un seul temps, il permet de se mettre immédiatement hors de distance. Il est recommandé lorsque le tireur est dans le doute de la nature de l'offensive adverse, lorsqu'il est désarmé ou encore lorsque, au sabre par exemple, il a la main emballée par les feintes adverses.

#### IV — DEFAUTS A EVITER :

1) *Déplacement du pied avant en levant le talon* : ce défaut provient parfois d'un excès de poids sur la jambe avant, mais plus souvent d'un manque d'application ou d'entraînement. Le tireur lève exagérément le pied, la marche est saccadée, le développement qui suit est généralement sautant.

2) *Déplacement du pied arrière en flexion insuffisante* : la pose du pied se fait plante-talon d'où perte de temps et équilibre instable.

3) *Déplacements obliques* : proviennent d'une rotation du bassin, mais surtout d'une mauvaise position des genoux pendant les déplacements.

4) *Déplacements exécutés en traînant les pieds* : résultent d'un manque de souplesse et d'équilibre.

5) *Déplacements exécutés en levant exagérément les pieds* : sont généralement trop grands, laissent trop longtemps l'un ou l'autre pied en suspension.

6) *Diminution de la flexion des jambes pendant les déplacements* : diminue la détente lorsque le développement est consécutif au déplace-

ment, provient d'un écart insuffisant entre les pieds ou d'un manque d'application.

7) *Élévation et abaissement du corps pendant les déplacements* : déçoilent d'un manque de mécanisme ou d'application ; le développement consécutif manque d'instantanéité.

8) *Oscillations avant-arrière du buste pendant les déplacements* : manque d'équilibre au départ, l'une ou l'autre jambe supporte presque entièrement le poids du corps.

## V — CONSIDERATIONS GENERALES :

La distance séparant les deux tireurs pendant un assaut ne correspond que très rarement à la longueur maximum du développement de l'un ou l'autre tireur. Les déplacements précèdent presque toutes les actions offensives ou défensives, soit pour se mettre à longueur de développement ou pour donner plus de sécurité à la parade. Dans l'un ou l'autre cas il est nécessaire d'avoir une notion exacte de la distance afin de donner un maximum d'efficacité à toutes les actions.

Le fait de se rapprocher de l'adversaire lui donne l'occasion d'actions offensives ou contre-offensives, toujours difficiles à parer lorsqu'elles sont bien exécutées. C'est pourquoi certains tireurs et en particulier ceux de petite taille préfèrent employer la flèche. Action offensive de grande distance, la flèche se prépare avec les déplacements (avant ou arrière) mais ils ont un caractère particulier. Ils sont exécutés dans le but d'obtenir un déséquilibre complet vers l'avant, le tireur réduit l'écart séparant les deux pieds, et pose le pied avant au sol par la plante (voir chapitre « La flèche »).

L'assaut impose une succession continue de déplacements. La tactique employée pour combattre le jeu adverse demande beaucoup de concentration et est liée à la distance, laquelle doit être obtenue *instinctivement*. L'appréciation de la distance doit devenir naturelle, elle est le résultat du travail au plastron et sa justesse dépend des déplacements et du développement. Les déplacements *doivent être petits*, une longueur de semelle environ afin d'éviter un temps de suspension trop long de l'un ou l'autre pied, instant pendant lequel le tireur est le plus vulnérable.

Pour être en mesure de s'adapter instantanément aux circonstances de l'assaut, le tireur soucieux de son équilibre doit se déplacer le plus souplement possible et placer son centre de gravité vers l'avant ou vers l'arrière, sans oscillations du buste afin de libérer l'une ou l'autre jambe. Il est indispensable de varier le rythme des déplacements, plus particulièrement dans la marche, afin qu'elle ne soit pas perceptible ou inquiétante. Le *déplacement* du pied avant s'exécute lentement, sans bruit ; le pied arrière se replace très rapidement (en flexion) à sa distance. Toute autre façon de faire affole souvent l'adversaire et provoque une retraite immédiate instinctive, ou lui offre la possibilité d'exécuter une action offensive ou contre-offensive.

Le bond avant est parfois utilisé par les tireurs qui manquent de détente. Ils trouvent dans ce procédé un moyen pour se lancer et faire précéder le développement d'un léger temps de ressort qui les aide à obtenir la vitesse indispensable.

Les sabreurs hongrois pratiquent un déplacement avant spécial pour préparer l'offensive en 2<sup>e</sup> intention en flèche. Le déplacement du pied avant est suivi immédiatement d'un sursaut sur ce pied et vers l'avant exécuté sur la plante du pied. Il permet au tireur de trouver son déséquilibre dans le même temps que la parade de la contre-offensive adverse, le pied arrière restant en suspension.

La « *Balestra* » : est aussi un mode de déplacement tenant de la

marche et du bond pratiqué par les sabreurs italiens et hongrois. Elle commence par un déplacement du pied avant comme dans la marche, le pied arrière rattrape son retard et vient se poser presque en même temps que le pied avant au sol. Ce déplacement est intimement lié avec la fente, le départ du pied avant dans le développement se fait à l'instant où le pied arrière reprend son appui complet au sol. Ce procédé tend à accélérer la fente à l'image d'un élan préparatoire.

L'exécution de certaines actions d'escrime permet l'utilisation de différents procédés pour atteindre plus facilement la cible dans l'offensive en cavant, ou pour faire passer l'attaque adverse (esquives). Ces déplacements particuliers seront traités dans les chapitres les concernant.

Les déplacements par passe-avant et passe-arrière ne sont enseignés en escrime moderne qu'à titre d'assouplissement dans les premières séances éducatives. Ils consistent en restant dans la position de la garde à déplacer le pied arrière en avant du pied avant dans la passe-avant, ainsi qu'à déplacer le pied avant en arrière du pied arrière dans la passe-arrière et à ramener dans les deux cas le deuxième pied par le même procédé à sa distance du premier. Les passes avant ou arrière sont à déconseiller à l'assaut, le croisement des pieds pendant ce déplacement provoque un équilibre instable qui peut être facilement mis à profit par l'adversaire pour attaquer pendant cet instant.

## VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'escrime moderne exige une grande mobilité, il importe donc que le Maître habitue son élève à se déplacer. Dès la mise en garde d'un débutant, il est indispensable de le faire déplacer très souvent, une immobilité trop prolongée contracte les muscles et nuit à la bonne exécution des différentes actions.

Même en partant d'une position de garde correcte, il est difficile au débutant après une marche ou une retraite, de conserver un équilibre parfait. La répétition et les corrections judicieuses du Maître doivent amener l'élève à se déplacer naturellement tout en conservant une bonne position.

Dans le déroulement de la leçon, le Maître doit varier le plus souvent possible la distance qui le sépare de son élève. Il doit se placer hors de distance ce qui correspond à la distance d'assaut et surveiller l'ampleur de ses déplacements pour obtenir un développement maximum et une légère flèche de la lame.

Dès que possible le Maître doit combiner ses déplacements et ceux de l'élève, lui demander de se placer hors de distance après une action offensive, le suivre lorsqu'il rompt, rompre lorsqu'il marche, etc. Instinctivement l'élève s'habitue à conserver sa juste distance, acquiert très vite l'aisance qui lui permet de contrôler son équilibre. Progressivement, le Maître fera exécuter toutes les actions (offensives, défensives) en les combinant avec la marche et la retraite, par exemple : attaque en marchant — parade en rompant — riposte en marchant — en se fendant ou en flèche, etc., de façon à amener l'élève aux leçons d'entraînement et d'assaut. De la correction des déplacements dépend la vitesse d'exécution de l'offensive et l'efficacité de la défensive. Le changement de rythme dans l'offensive comme dans la défensive en marchant nécessite une exécution parfaite, une stabilité, un équilibre qui ne sont obtenus que si le Maître exige que l'élève se déplace *en rasant le sol avec le talon du pied avant, la plante du pied levée légèrement, le pied arrière en flexion*. Toute autre façon de faire augmente la durée des déplacements, ils sont saccadés et nuisent à la coordination et à l'harmonie des actions. Lorsque le Maître entraîne un tireur de petite taille, il ne doit pas oublier que toutes les actions de ce tireur sont *obligatoi-*

*rement* combinées avec les déplacements et attacher une grande importance au travail des jambes.

D'une manière générale, il est recommandé à tous les tireurs de se préparer à la leçon par quelques exercices de mise en train, sans arme, les bras souples étant dans la position de la garde, exécuter des déplacements successifs (marche — retraite — bond) entre-coupés de fentes. En préparant son échauffement musculaire, le tireur recherche l'équilibre tout en plaçant son centre de gravité vers l'avant ou vers l'arrière après une marche, une retraite, un bond, etc. Cette gymnastique permet d'acquérir la souplesse, la vitesse, le sens de l'équilibre indispensables dans le travail au plastron.



## CHAPITRE VII

# LES LIGNES

### I — DEFINITION :

« On donne le nom de lignes aux portions de l'espace considérées par rapport à la main du tireur dans lesquelles ce dernier peut mouvoir son arme » (Règlement 1908).

### II — BUT :

Donner un nom aux actions offensives et désigner la cible à atteindre.

### III — CLASSIFICATION :

La surface valable du corps se divise en 4 parties déterminées par deux lignes perpendiculaires se croisant en leur milieu. La ligne horizontale détermine la ligne haute et la ligne basse. La ligne verticale détermine la ligne de droite et la ligne de gauche.

Les 4 surfaces ainsi déterminées prennent le nom de ligne :

- A — dessus : ligne haute de droite
- B — dedans : ligne haute de gauche
- C — dehors : ligne basse de gauche.
- D — Dessous : ligne basse de droite

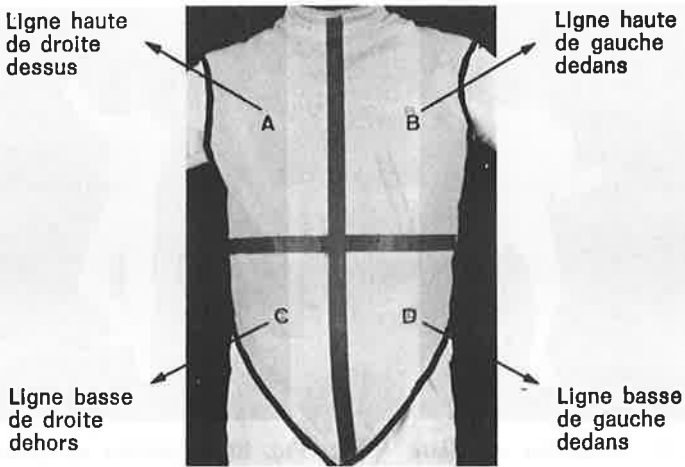


FIG. 8 bis

## LES POSITIONS D'ESCRIME

### I — DEFINITION :

Les places prises par la main du tireur par rapport aux différentes lignes déterminent les positions d'escrime.

### II — BUT :

Obtenir des positions servant de base aux parades et permettant de fermer les différentes lignes.

### III — CLASSIFICATION :

La lame peut avoir par rapport à la main les positions suivantes :

- 1) La pointe plus haute que la main.
- 2) La pointe plus basse que la main.

d'autre part la main peut prendre deux positions :

- 1) En supination (ongles dessus)
- 2) En pronation (ongles dessous).

Les combinaisons entre elles de ces diverses positions de la main et de la lame, constituent les positions d'escrime servant de base aux parades.

FIG. 9 : *Position de Sixte*FIG. 10 : *Position de Quarte*FIG. 11 : *Position d'Octave*FIG. 12 : *Position de Septime*FIG. 13 : *Position de Tierce*FIG. 14 : *Position de Quinte*

FIG. 15 : *Position de Seconde*FIG. 16 : *Position de Prime*

**A) Positions « main en supination » :**

a) *Sixte* : la main à droite légèrement tournée les ongles en dessus, la pointe plus haute que la main.

b) *Quarte* : la main à gauche légèrement tournée les ongles en dessus la pointe plus haute que la main.

c) *Octave* : la main à droite les ongles en dessus, la pointe plus basse que la main.

d) *Septime* : la main à gauche les ongles en dessus la pointe plus basse que la main.

**B) Positions « main en pronation » :**

a) *Tierce* : la main à droite les ongles en dessous, la pointe plus haute que la main.

b) *Quinte* : la main à gauche légèrement tournée les ongles en dessous, la pointe plus haute que la main.

c) *Seconde* : la main à droite, les ongles en dessous, la pointe plus basse que la main.

d) *Prime* : l'avant-bras sensiblement horizontal, la main tournée, les ongles vers la droite, le pouce en dessous, la pointe plus basse que la main. (Règlement 1908).

Toutes ces positions d'escrime correspondent aux lignes suivantes :

- A) Dessus : Sixte — Tierce.
- B) Dedans : Quarte — Quinte.
- C) Dehors : Octave — Seconde.
- D) Dessous : Septime — Prime.

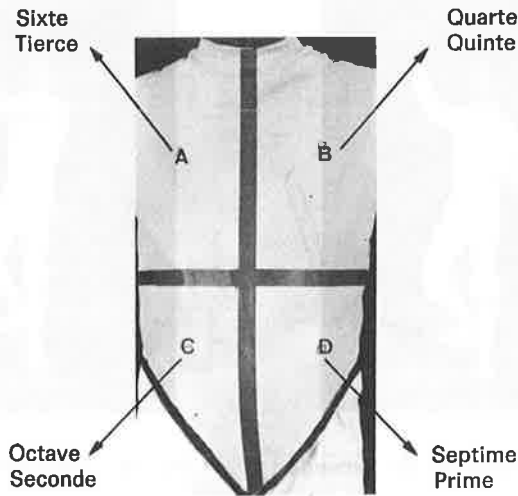


FIG. 16 bis : *Les positions d'escrime*

#### IV — CONSIDERATIONS GENERALES :

La portion de la surface valable du corps comprise entre le côté droit ou gauche de l'arme et la limite valable du corps déterminant la ligne, est variable. Par contre la position qu'occupent l'avant-bras, la main et l'arme du tireur est nettement définie et permet de couvrir le côté valable du corps correspondant à la ligne :

On peut déterminer une position de ligne haute ou de ligne basse par les actions suivantes :

1) *Le dégagement* : exécuté de ligne haute à ligne haute se fait en passant la *pointe par-dessous la lame adverse*. Exécuté de ligne basse à ligne basse se fait en passant la *pointe par-dessus la lame adverse*.

2) *La parade par contre* : exécutée en ligne haute se fait en passant *par-dessous le fer adverse*. En ligne basse se fait en passant *par-dessus le fer adverse*.

3) *La position prise par la main pour parer en cédant* une prise de fer correspond à la position en diagonale de la ligne où se termine la prise de fer. Exemple :

- Opposition d'octave : quinte ou quarte basse.
- Opposition de sixte : prime ou septime haute.

Les positions d'escrime donnent leur nom aux parades, au nombre de 8 également et qui ont chacune leur contre. Certaines de ces parades sont d'un emploi peu fréquent. Celles exécutées mains en supination donnent davantage de précision et permettent de tromper plus facilement.

De nos jours certaines appellations ont disparu. On désigne la ligne

basse par « dessous » bien que les actions soient toujours exécutées « dehors », surface adverse la plus rapprochée.

Les lignes déterminées au fleuret restent valables à l'épée. Il convient d'ajouter la tête — le bras — l'avant-bras — la main dans la ligne haute, la jambe avant dans la ligne basse. L'absence de convention dans l'escrime à l'épée amène à considérer en particulier la main et l'avant-bras ; et suivant le même procédé à déterminer 4 surfaces : dessus — dedans (intérieur) — dessous — dehors (extérieur).

## CHAPITRE VIII

# L'ENGAGEMENT

### I — DEFINITION :

« C'est la situation de deux fers en contact. Prendre l'engagement, c'est l'action de joindre le fer adverse » (Règlement 1908).

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Il y a autant d'engagements que de positions d'escrime. Le nom de l'engagement est le même que celui de la position. D'autre part il y a différentes façons de prendre l'engagement ; d'une manière générale elles sont fonction de la position du fer adverse.

Les déplacements de la lame peuvent s'exécuter :

- |                        |         |                                   |
|------------------------|---------|-----------------------------------|
| 1) latéralement        | — Ex. : | de la position de sixte en quarte |
| 2) circulairement      | — Ex. : | » de sixte en sixte               |
| 3) diagonalement       | — Ex. : | » de sixte en septime             |
| 4) semi-circulairement | — Ex. : | » de sixte en octave.             |



FIG. 17 : Engagement de Sixte



FIG. 18 : Engagement de Quarte

Quelle que soit la façon employée l'engagement se prend :

1) *Par un déplacement de la lame avec prédominance de la pointe en un mouvement le plus court possible* : la recherche du contact immédiat de la lame adverse permet au tireur par sa sensibilité tactile de contrôler le fer adverse.

2) *Avec l'arête de la lame à hauteur de la fin du 2/3 de la lame (le 1/3 étant la partie située près de la coquille)* : il est indispensable de prendre contact avec la partie la plus avancée de la lame mais aussi avec celle présentant une rigidité suffisante et sensible aux répercussions tactiles.

3) *Avec une perpendicularité suffisante des lames* : les lames doivent former un angle qui permet d'éviter le glissement fer contre fer sans écart exagéré de la pointe.

4) *Avec déplacement de la main pour obtenir la couverture indispensable dans la ligne où est exécuté l'engagement* : la main se déplace en maintenant un contact ferme et souple avec le fer adverse.

### III — ETUDE TACTIQUE :

La mobilité du jeu de fleuret moderne, la position horizontale ou basse de la lame adverse sont autant de facteurs qui rendent l'engagement difficile ou inefficace.

Beaucoup d'actions offensives sont exécutées sans engagement préalable ce qui contrarie nombre de tireurs, mais laisse trop de facilité à la contre-offensive. Il ne faut donc pas négliger les possibilités de prendre le contact du fer adverse pour assurer l'offensive.

L'engagement doit se prendre judicieusement ; il ne doit pas être le résultat d'un mouvement réflexe lequel peut être rapidement mis à profit par l'avversaire. La vitesse d'exécution, l'intensité développée sur le fer adverse sont évidemment fonction de l'intention tactique du tireur. Tout engagement, préparant une action offensive, justifie d'une manière géné-



rale un contact de fer extrêmement court jusqu'à se confondre éventuellement avec les actions exécutées sur le fer adverse (pression par exemple) pour permettre de développer rapidement l'offensive et empêcher l'adversaire d'agir sur le fer. La fraction de seconde pendant laquelle les fers sont en contact permet de contrôler le fer et d'exploiter en offensive la puissance ou la faiblesse de la main adverse et dans une certaine mesure, en défensive, de percevoir la nature de l'offensive adverse. La couverture qui complète l'engagement est indispensable afin d'éviter une action offensive, dès le contact des fers, dans la ligne même de l'engagement. Elle a aussi pour but d'amener l'adversaire à se couvrir soit en résistant, soit en changeant de ligne et d'exploiter ces deux actions, « deux tireurs ne pouvant être couverts dans la même ligne ».

L'engagement peut avoir pour objet de provoquer l'offensive adverse (dérobement); dans ce cas il est exécuté plus lentement, légèrement plus large en donnant une impression de mouvement réflexe, afin d'être perceptible et facilement dérobable. Ce procédé permet d'exécuter des ripostes en 2<sup>e</sup> intention. L'engagement précédant l'offensive s'exécute en avançant la main pour agir sur la partie moyenne de la lame, pénétrer plus profondément dans la garde adverse et loger ainsi plus facilement l'attaque consécutive.

#### IV — DÉFAUTS A EVITER :

1) *Retard de la pointe* : la couverture est momentanément incomplète, la lame et la main ne se déplaçant pas dans un même plan. Ce défaut se rencontre plus particulièrement dans l'exécution des engagements latéraux et diagonaux.

2) *Engagement pris sur le faible de la lame adverse* : la lame s'infléchit ou échappe et ne laisse plus la possibilité d'agir efficacement.

3) *Engagement pris sur le fort de la lame adverse* : défaut beaucoup plus rare mais qui laisse sans effet les actions que peut entreprendre le tireur sur le fer adverse, celles-ci étant exécutées trop près du point d'appui (loi des leviers).

4) *Les lames insuffisamment croisées* : ne donnent pas un angle qui permet d'éviter le glissement fer contre fer, les actions sur le fer adverse manquent de netteté et d'efficacité.

5) *Couverture tardive ou insuffisante* : expose le tireur à une attaque simple dans la ligne de l'engagement.

6) *Engagement pris avec les côtés de la lame* : la lame risque de s'infléchir exagérément, les actions sur le fer adverse manquent de netteté et d'autorité.

7) *Engagements trop lents ou trop larges* : ils sont faciles à dérober et entraînent parfois la main en dehors de la ligne.

#### V — CONSIDERATIONS GENERALES :

La virtuosité avec laquelle un tireur peut se servir de son arme dépend de trois facteurs principaux :

1) *De la tenue de l'arme* : (voir chapitre I).

2) *Du doigté* : le doigté est la faculté de conduire et de déplacer la pointe de l'arme en offensive comme en défensive par la seule action des doigts. Cette faculté ne peut s'acquérir que par un long travail au plastron pour obtenir le mécanisme et l'indépendance musculaire dans le travail demandé aux différents doigts.

3) *Du sentiment du fer* : le sentiment du fer permet de percevoir ou de varier par l'intermédiaire de la lame et des doigts, l'intensité des actions et de les exécuter. Considéré comme le 6<sup>e</sup> sens de l'escrimeur, il est le résultat du développement, sous une forme particulière de la *sensibilité tactile*. Comme pour le doigté avec lequel il est intimement lié, le sentiment du fer est le fruit d'un long travail. Le mécanisme, l'indépendance musculaire lui permettent d'agir par réflexe dans un temps extrêmement court.

La qualité de l'engagement dépend donc de ces trois facteurs mais la distance qui sépare les tireurs rend parfois difficile voir inefficace l'engagement. Le tireur qui désire s'emparer du fer adverse doit faire précéder l'engagement d'une marche ou allonger exagérément le bras. Afin de diminuer les risques de l'offensive adverse sur la marche ou d'une action au fer, le tireur coordonne l'engagement et la marche en accordant une légère priorité au contact des fers, ne se livrant qu'avec réserve par le déplacement du pied avant. Bien que le danger ne soit pas complètement écarté, cette façon de faire laisse plus d'efficacité à la défensive.

S'il est toujours possible de s'emparer du fer adverse lorsque celui-ci occupe une position d'escrime classique de ligne haute ou de ligne basse, il est par contre impossible d'assurer un engagement correct sur une position de garde lame horizontale, comme l'utilisent nombre de fleurettistes actuels. Dans ce cas il est nécessaire de faire déplacer au préalable le fer adverse par des feintes appropriées qui l'amèneront dans une ligne permettant d'agir efficacement.



FIG. 19 : Engagement d'Octave



FIG. 20 : Engagement de Septime

## VI — CONSIDERATIONS PARTICULIERES A L'EPEE ET AU SABRE :

A) Si à l'épée l'engagement est possible son emploi n'est surtout pas recommandé.

1) Le déplacement qu'exécutent la lame et la main découvre les avancées et laisse toute liberté à l'offensive adverse ou à la contre-offensive.

2) La distance, malgré la rigidité des lames, interdit de saisir le fer adverse dans de bonnes conditions.

L'épéiste qui se crée la possibilité d'exécuter sans risque un engage-

ment pour développer son offensive a, tout en s'inspirant de l'engagement du fleuret, intérêt à ne pas trop croiser les fers de façon à toujours menacer la surface valable la plus rapprochée.

B) Au sabre : la distance, la position presque verticale des lames et la contre-offensive enlèvent pratiquement tout intérêt à la recherche de l'engagement.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Dès les premières leçons, le Maître emploie l'engagement pour placer la main de son élève dans les différentes positions, en commençant par les plus employées. En passant de l'une à l'autre, l'élève s'habitue à déplacer sa main et son arme dans l'espace, le fer du Maître lui sert de guide et l'aide à trouver une couverture correcte dans chaque ligne. Par la recherche du contact du fer commence l'éducation des doigts et de la main. Le Maître développe par ce contact l'intensité de la préhension de la main armée de son élève et contrôle par des pressions légères la fermeté de l'engagement ou par des absences de fer la stabilité de la position. L'engagement circulaire est un exercice excellent pour éduquer les doigts et le Maître doit faire travailler ceux s'exécutant mains en supination.

Deux tireurs ne peuvent être couverts l'un et l'autre dans la même ligne. Il importe à la leçon, *que l'élève soit toujours couvert*, ce qui oblige le Maître à déplacer légèrement sa main et sa pointe *tout en conservant toujours l'arme dans le prolongement de l'avant-bras*. Il doit placer sa lame de façon à éviter des déplacements de pointe trop grands, en particulier dans les engagements circulaires. L'intensité de la résistance qui l'oppose à l'élève au moment où il se couvre, ne doit jamais amener une contraction musculaire exagérée.

La distance de développement oblige le Maître à avancer légèrement la main afin de permettre la rencontre des fers sur leur partie moyenne. Au fur et à mesure des progrès de l'élève, il lui enseigne à engager en déplaçant la main vers l'avant et à saisir le fer dans les meilleures conditions.

Dès le début le Maître peut faire suivre l'engagement de la marche. Il est possible d'enseigner à des élèves normalement coordonnés d'exécuter l'engagement en même temps que le déplacement du pied avant, l'allongement du bras armé pendant celui du pied arrière suivi du développement. Le Maître doit veiller à l'allongement complet du bras armé, à la position du buste et à la flexion de la jambe arrière. Dès que possible, le Maître varie la distance et les déplacements et augmente les difficultés de l'exécution de l'engagement en offrant à l'élève qu'un court instant pour saisir le fer et développer l'offensive. Un jeune tireur est toujours dépaysé par la mobilité de la main de son adversaire, il est donc indispensable de l'habituer à agir sur un fer qui se déplace constamment, à exécuter ses actions avec ou sans contact préalable afin de développer son coup d'œil, son à-propos, ses réflexes.

## CHAPITRE IX

# LE CHANGEMENT D'ENGAGEMENT LE DOUBLE ENGAGEMENT

### I — DEFINITIONS :

A) « *Le changement d'engagement* est un engagement pris dans la ligne opposée à celle dans laquelle on se trouvait déjà » (Règlement 1908).

B) Le double-engagement est la succession immédiate de deux changements d'engagement ou la succession immédiate d'un engagement et d'un changement d'engagement.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Le changement d'engagement :

L'exécution du changement d'engagement est fonction de la position de l'engagement.

1) Le changement d'engagement de ligne haute à ligne haute opposée s'exécute en passant la pointe par-dessous la lame adverse.

2) Le changement d'engagement de la ligne basse à ligne basse opposée s'exécute en passant la pointe par-dessus la lame adverse (Règlement 1908).

3) Le changement d'engagement prend le nom de la position dans laquelle il se termine.

Les conditions d'exécution technique décrites dans le chapitre de l'engagement sont applicables au changement d'engagement.

#### B) Le double engagement :

1) *En partant d'un engagement préalable :*

Il s'exécute en deux temps extrêmement rapides.

a) Un changement d'engagement exécuté de l'extrémité de la lame sans aucune intensité ni couverture du côté du fer, la main reste en place.

b) Un second changement d'engagement exécuté en sens inverse pour reprendre l'engagement initial avec une intensité variable.

2) *Sans engagement préalable :*

Il s'exécute également en deux temps :

a) Un engagement rapide exécuté avec un léger contact sans se couvrir du côté du fer.

b) Un changement d'engagement immédiat exécuté dans la ligne opposée avec l'intensité voulue permettant de se couvrir ou développer l'offensive.

Les conditions d'exécution technique décrites dans le chapitre de l'engagement sont applicables au double engagement.

### III — ETUDE TACTIQUE :

A) *Changement d'engagement :* Deux tireurs ne pouvant être couverts dans la même ligne, celui qui subit l'engagement se trouve dans la nécessité de changer d'engagement pour reprendre la supériorité de l'engagement dans la ligne opposée. Le changement d'engagement peut avoir aussi pour but de contrarier l'offensive adverse lorsqu'elle est précédée de l'engagement. Le changement immédiat de ligne empêche l'adversaire d'exécuter ses préparations et ses offensives de prédilection. En offensive le changement d'engagement permet de s'emparer du fer dans la ligne désirée pour préparer ou loger une action offensive, à cet effet le déplacement de la main vers l'avant est plus ou moins accentué suivant l'intention tactique.

Le changement d'engagement est aussi employé pour provoquer l'offensive adverse et donner l'occasion d'exécuter d'excellentes parades et ripostes. Employé dans ce but, il s'exécute plus lentement comme un mouvement réflexe.

B) *Le double-engagement :* Qu'il soit précédé de l'engagement ou exécuté en le prenant, le double-engagement permet de fixer la main adverse et de se mettre à distance avec plus de sécurité. Il est donc employé surtout par les tireurs de petite taille dont le jeu les oblige à se mettre à distance avant chaque action offensive.

En offensive, le double-engagement est une préparation efficace, la main de l'adversaire est fixée par le premier contact très léger qui ne déclenche le réflexe défensif qu'à retardement. Suivant l'intention tactique, la pointe peut se loger plus ou moins profondément dans la garde adverse en exécutant le 2<sup>e</sup> temps et même les deux temps du double-engagement. L'intensité donnée au 2<sup>e</sup> contact du fer adverse peut être variable ou con fondue avec une action au fer pour renforcer l'offensive. Exécuté très serré le double-engagement contrarie et parfois interdit l'offensive adverse en empêchant le fer de se soustraire à ce mouvement qui ramasse le fer dans toutes les lignes.

### IV — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts traités dans le chapitre l'engagement sont valables pour le changement et le double-engagement.

## V — CONSIDERATIONS GENERALES :

Le poids de l'arme électrique, l'épaisseur de la lame à son extrémité et le balan provoqué par la masse de la pointe enlèvent une grande partie de sa finesse au jeu de fleuret. Les engagements, les changements sont moins employés, les doubles, triples engagements ont tendance à disparaître au profit de l'offensive sans le fer. Les engagements et changements utilisés jusqu'à l'apparition de l'arme électrique l'étaient presque exclusivement dans la ligne haute. De nos jours, la position de garde en ligne basse fréquemment adoptée par les tireurs justifie leur emploi dans cette ligne, mais aussi la nécessité de les travailler au plastron. Sans chercher à les recommander, les changements et même les double-engagements peuvent s'exécuter dans la ligne haute en faisant passer la pointe par-dessus la pointe adverse. Ce procédé peu courant risque de surprendre l'adversaire mais il est plus facile à dérober.

Les meilleurs tireurs évitent de se laisser prendre le fer, c'est un risque qu'ils ne prennent plus. La défensive à l'arme électrique a perdu de sa rapidité, il devient donc difficile d'engager ou de changer d'engagement. Le contact des fers étant constamment rompu ou même inexistant, il faut agir dans la fraction de seconde propice et le plus simple possible.

## VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés pour l'engagement sont applicables au changement d'engagement et au double-engagement. Le Maître doit faire précéder le plus souvent possible la défensive de son élève de changements et de double-engagements pour l'habituer à passer rapidement d'une ligne à l'autre. De temps en temps il dérobe le changement ou le double-engagement afin d'enlever le point d'appui que l'élève espère trouver, il peut ainsi juger de la justesse du déplacement de la main de son élève. Les changements d'engagement et les double-engagements sont des exercices excellents pour développer le doigté et le sentiment du fer. Il est indispensable de les exécuter dans toutes les positions, la main en supination et de les combiner avec la marche. En employant souvent ces exercices, le Maître arrive à donner à son élève une grande mobilité de main. Il l'habitue en passant d'une ligne à l'autre à agir à la faveur d'un léger contact ou à maîtriser le fer adverse pour loger son offensive.

## CHAPITRE X

# L'ABSENCE DE FER - L'INVITE

### I — DEFINITIONS :

A) *L'absence de fer* : Action qui consiste à quitter le contact du fer adverse.

B) *L'invite* : Action qui consiste à découvrir une ligne volontairement.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

L'absence de fer et l'invite prennent le nom de la ligne qu'elles découvrent. Exemple : Etant dans la position de sixte prendre la position de quarte donne l'invite dans la ligne de sixte.

#### A) **L'absence de fer** :

Les fers étant engagés, rompre le contact par un déplacement de la lame et éventuellement de la main.

#### B) **L'invite** :

Les fers étant engagés ou non, prendre une position correcte dans la ligne voulue.

### III — ETUDE TACTIQUE :

#### A) **L'absence de fer permet** :

1) De soustraire le fer aux actions offensives adverses.

2) De remédier à l'infériorité de main en échappant aux effets de puissance.

3) Précédée de l'engagement, d'agir sur les réflexes défensifs adverses. La réaction provoquée par l'absence de fer est très souvent opposée à celle de l'engagement et donne la possibilité d'exécuter une action directe.

#### B) L'invite :

L'invite permet de provoquer une action offensive, simple ou composée, pour en tirer partie. Pour être efficace, elle doit être combinée avec la marche ou le bond et son ampleur est fonction de l'intention tactique.

### IV — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'absence de fer est, parfois, le résultat d'un mouvement instinctif répété trop souvent, et est facilement exploitée par l'adversaire. En offensive, pour que l'absence de fer déclenche la réaction voulue chez l'adversaire, il est indispensable que l'engagement qui la précède soit ferme et qu'elle soit exécutée latéralement afin d'éviter le glissement fer contre fer.

L'invite, qui a pour but de provoquer l'offensive et offre l'avantage d'excellentes parades et ripostes en 2<sup>e</sup> intention, est difficile à employer. Même exécutée négligemment à distance et à vitesse voulue elle est presque toujours visible. C'est un piège dans lequel peu de tireurs confirmés se laissent prendre. Dans la plupart des cas l'invite provoque des attaques composées, le tireur peut donc parer ou contre-attaquer suivant son intention tactique.

### V — CONSIDERATIONS PARTICULIERES A L'EPEE ET AU SABRE :

A l'épée, l'invite est employée pour attirer l'offensive aux avancées. Un simple déplacement de la pointe ou de la main découvre le tireur en le rendant vulnérable, mais la contre-offensive facile amène l'adversaire à n'attaquer qu'avec circonspection et par des coups simples. Il est difficile de déceler si les déplacements de la pointe et de la main sont volontaires ou le résultat de mouvements instinctifs parfois variés. Le fait de livrer volontairement la jambe et le pied avant, peut déclencher l'offensive et ménager une contre-offensive rapide.

Au sabre, comme à l'épée, un léger déplacement de la lame ou de la main peut provoquer l'offensive aux avancées et dans ce cas préparer des parades-ripostes en 2<sup>e</sup> intention (en marchant — en se fendant — en flèche). L'invite, combinée avec la marche ou le bond et d'une ampleur variable, peut attirer l'offensive au corps (simple ou composée) ou l'offensive aux avancées. Dans les deux cas et suivant l'intention tactique du tireur, elle permet d'utiliser la parade ou la contre-offensive.

### VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître emploie l'absence de fer pour contrôler les positions de son élève dans les différentes lignes. Lorsque ce dernier appuie trop puissamment sur le fer en engageant, il lâche brusquement son fer qui se trouve subitement entraîné hors de la ligne où il se trouvait.



L'invite exécutée par le Maître permet à l'élève d'allonger le bras armé, sans guide et sans appui. Exécutée par l'élève elle lui apprend à déplacer sa main et son arme dans l'espace et à revenir dans les différentes lignes suivant les actions. L'invite, combinée avec la marche et les parades est un exercice de coordination que le Maître doit employer.

## CHAPITRE XI

# LES ATTAQUES SIMPLES

### I — DEFINITION :

L'attaque simple est une action offensive ne comportant qu'un seul temps, exécutée en se fendant ou en flèche.

### II — CLASSIFICATION :

L'attaque simple présente 3 variétés :

- 1) Le coup droit
- 2) Le dégagement
- 3) Le coupé.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Le coup droit :

C'est l'action la plus simple qui ne demande que l'allongement du bras suivi de la fente ou de la flèche. Il peut être exécuté dans toutes les lignes.

Suivant qu'il soit destiné à toucher en ligne haute ou en ligne basse il peut s'exécuter la main en supination ou en pronation.

1) *Dans la ligne haute* : le bras armé s'allonge la main en supination complète à hauteur de l'épaule, la pointe légèrement plus basse que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

2) *Dans la ligne basse* : le bras armé s'allonge la main en supination

ou en pronation plus basse que l'épaule, la pointe plus haute que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

### B) Le dégagement :

Le dégagement est une attaque portée de la ligne de l'engagement dans une autre ligne par le chemin le plus court.

1) *De la ligne haute à ligne haute opposée* : la main restant en supination complète, faire passer la pointe dans la ligne haute opposée par la seule action des doigts et le plus en avant possible sous le bras de l'adversaire en allongeant le bras, la pointe légèrement plus basse que la main. Le coup est porté par la seule action des jambes, le tout en un seul temps.

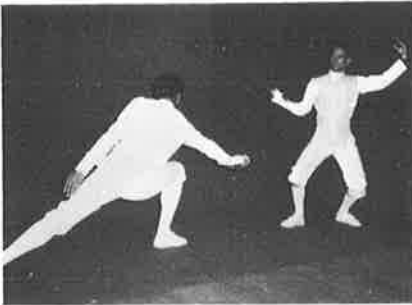


FIG. 21 :

*Attaque dessous en main de seconde*

allongeant le bras, la main plus basse que l'épaule, la pointe nettement plus haute que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

4) *De la ligne basse dans la ligne haute* : la main restant en supination, faire passer la pointe de la ligne basse dans la ligne haute par la seule action des doigts, le plus en avant possible en allongeant le bras, la main à hauteur de l'épaule, la pointe légèrement plus basse que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

### C) Le coupé :

Le coupé est une attaque portée de la ligne de l'engagement dans une autre ligne en passant par devant la pointe adverse par le chemin le plus court.

1) *De la ligne haute à la ligne haute opposée* : la main exécute une légère rotation vers l'intérieur pour dégager le pommeau de l'arme, faire passer la lame par-dessus la pointe adverse en agissant avec les doigts et en fléchissant un peu le poignet et l'avant-bras, allonger le bras la main en supination à hauteur de l'épaule, la pointe plus basse que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

2) *De ligne basse à ligne basse* : la main restant en supination, faire passer la lame par-devant la pointe adverse en agissant avec les doigts

2) *De ligne basse à la ligne basse opposée* : la main restant en supination, faire passer la pointe dans la ligne basse opposée par la seule action des doigts et le plus en avant possible par-dessus le bras de l'adversaire en allongeant le bras, la pointe nettement plus basse que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

3) *De la ligne haute à la ligne basse* : la main passant de la supination à la pronation, abaisser la pointe de la ligne haute dans la ligne basse le plus en avant possible en

en fléchissant le poignet et en reculant légèrement l'avant-bras, allonger le bras la main plus basse que l'épaule, la pointe nettement plus basse que la main. Le coup est porté par l'action des jambes, le tout en un seul temps.

3) *De ligne haute à ligne basse ou inversement* : l'exécution technique ne varie pas, seule la cible à atteindre justifie la position finale de la main et de la pointe.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

##### A) Le coup droit :

L'exécution technique du coup droit diffère suivant la cible à atteindre. Le coup droit de ligne haute s'exécute de la même façon que celle décrite dans l'étude du développement. Par contre, lorsqu'il est destiné à toucher en ligne basse, l'attaquant a intérêt à terminer son action la main en pronation, la pointe plus haute que la main. Le coup droit en ligne basse exécuté main plus ou moins basse et en pronation, devient en finale une action en cavant qui rend la défensive classique moins efficace. En effet les parades d'octave et de septime sont souvent insuffisantes et obligent le tireur à les exécuter avec une retraite en les exagérant, pour leur donner plus d'autorité.

Beaucoup de tireurs ont un système défensif supérieur en ligne haute. Le coup droit en ligne basse est efficace lorsqu'il les oblige à employer une défensive inhabituelle. De gaucher à droitier ou inversement, le coup droit dessous peut s'exécuter main en supination. La ligne du dehors à main contraire offre une cible perpendiculaire par rapport à la flèche de la lame.

1) *Coup droit sans le fer* : Tactiquement le coup droit s'exécute de deux façons :

a) *Coup droit dans une ligne ouverte* : Le coup droit s'exécute dans une ligne laissée ouverte par l'adversaire, il est rare que dans un assaut l'occasion s'en présente avec un maximum de chances d'atteindre la cible. La défensive facile et rapide demande une vitesse d'exécution supérieure à celle du pareur ou l'emploi d'un changement de rythme très étudié adapté à certaines circonstances de l'assaut.

b) *Coup droit à l'absence de fer* : Le coup droit à l'absence de fer est une action d'à-propos pouvant s'exécuter sur un adversaire qui quitte le fer par des mouvements réflexes d'une certaine ampleur. Son exécution doit être jugée avec certitude afin d'éviter un piège toujours possible.

2) *Coup droit dans le fer* :

a) *Dans une ligne insuffisamment fermée* : Le coup droit s'exécute sur une préparation adverse manquant d'autorité ou un engagement ne fermant pas complètement la ligne. Dans les deux cas l'action sur le fer adverse ne doit avoir aucune intensité pour ne pas déclencher le réflexe défensif qui amène la fermeture de la ligne. L'opposition du côté du fer adverse ne se fait qu'en finale du développement ou de la flèche lorsque le fort de la lame est en contact avec la partie faible de la lame adverse.

b) *D'autorité* : Le coup droit s'exécute dans la ligne de l'engagement, même lorsque celle-ci est fermée correctement. Pour obtenir l'accès à la cible, l'action sur le fer adverse doit vaincre la résistance par son intensité et une élévation de main suffisante pour pénétrer dans la garde. Dans ce cas, le coup droit est une action offensive de puissance exécutée souvent en flèche permettant de prendre plus facilement le dessus des armes. Elle est encore utilisée par les tireurs de grande taille.

**B) Le dégagement :**

Le dégagement permet de toucher dans une autre ligne que celle de l'engagement. Le contact préalable du fer adverse permet de renforcer cette action offensive tout en contrariant la défensive adverse.

Le dégagement de ligne haute à ligne haute opposée est employé fréquemment. Le poids du fleuret électrique et l'inertie de la pointe contrarient l'action des doigts amenant le tireur à employer le dégagement de ligne haute à ligne basse correspondante ou opposée ; de cette façon le chemin parcouru par la pointe est plus court. Le dégagement se terminant en ligne haute s'exécute la main en supination, en ligne basse la main en pronation. Il est indispensable de tenir compte de la cible à atteindre et de la flèche de la lame pour obtenir une perpendicularité suffisante et éviter les coups plaqués ou en dehors de la surface valable. Pour les mêmes raisons le tireur gaucher sur un droitier termine le dégagement dans la ligne du dehors la main en supination et dans la ligne du dessous la main en pronation. Le dégagement de ligne basse à ligne basse opposée et de ligne basse à ligne haute correspondante ou opposée est souvent justifié par la position de ligne basse adoptée par certains tireurs. Moins efficace, il sert à préparer d'excellentes attaques composées par le déplacement de la main qu'il provoque pour fermer la ligne haute.

**C) Le coupé :**

Le coupé comme le dégagement offre la possibilité de toucher dans une autre ligne que celle de l'engagement. Le mouvement arrière de la lame, la flexion du poignet et de l'avant-bras donnent au coupé une ampleur nettement perceptible par l'adversaire. Il est préférable de l'employer sur les tireurs dont la position de la pointe permet de limiter la flexion du poignet et de l'avant-bras.

En offensive le coupé s'emploie presque exclusivement de ligne haute à ligne haute opposée. Dans de très rares cas en combat rapproché par exemple, il est employé en ligne basse parce qu'il permet de continuer la phrase d'armes. L'avantage du coupé réside dans la difficulté qu'il présente pour être paré avec justesse en employant les parades latérales ou circulaires. Le coupé de ligne haute à ligne basse correspondante ou opposée augmente le chemin parcouru par la pointe et demande un mouvement du bras qui nuit à la précision ; toutefois le coupé se terminant dans la ligne dehors du gaucher présente certains avantages.

**V — DEFAUTS A EVITER :**

Les défauts traités dans le développement restent valables dans l'exécution des attaques simples. Ci-après ne sont donnés que les défauts particuliers.

a) *Mouvement latéral du bras dans le dégagement* : nuit à la précision et facilite la défensive.

b) *Main trop basse dans les actions exécutées main en supination* : la pointe est plus haute que la main, le coup risque de plaquer ou de passer ; la couverture insuffisante facilite la riposte adverse.

c) *Main trop haute dans les actions exécutées main en pronation* : facilite l'emploi des parades basses classiques.

d) *Retrait exagéré de l'avant-bras dans le coupé* : rend trop visible le coupé, retarde le départ de la fente et provoque souvent une attaque bras raccourci.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

La facilité d'exécution des attaques simples n'est pas un facteur suffisant d'efficacité, une défensive simple suffit pour qu'elles soient mises en échec. Même bien jugées et préparées, elles exigent certaines qualités pour être employées. A la *coordination indispensable* à l'exécution de toute action offensive doit s'ajouter une qualité primordiale : *l'accélération*. Il est difficile de maîtriser les réflexes défensifs de l'adversaire pour exécuter une action simple. L'offensive rapide déclenche chez un tireur bien mécanisé, une défensive facile et également rapide laissant à l'attaque peu de chance d'atteindre la cible. La défensive d'un tireur est en rapport très étroit avec son système nerveux, sa sensibilité visuelle est sollicitée en permanence par les mouvements de l'adversaire. Ces mouvements (lame — main — bras, etc.) exécutés lentement ne déclenchent pas de réflexes défensifs immédiats et permettent de loger l'offensive qui doit aller en accélérant pour atteindre une vitesse maximum en arrivant sur la cible (détente de la jambe arrière). Ce changement de rythme de l'offensive contrarie la défensive et il est très difficile, au pareur de modifier la vitesse de sa parade qui généralement est tardive et parfois inexistante. L'attaque simple, même bien jugée, n'atteint son but que si elle est exécutée avec beaucoup *d'à-propos*. Sa préparation est importante et renforce ses chances de succès. La précision est fonction de l'exécution technique, elle se travaille au plastron et s'obtient par la répétition du geste. A l'assaut le tireur doit s'appliquer à conserver *un équilibre parfait, une décontraction musculaire constante* et posséder une grande *notion de la distance*.

Le coup droit est l'attaque simple par excellence qui exige le plus d'à-propos. Sa technique en fait une attaque facile à exécuter, mais difficile à utiliser tactiquement. Le plus souvent il est employé sur une faute ou sur un relâchement adverse.

Le dégagement est efficace si son exécution technique permet de porter la pointe sur la cible par le chemin le plus court. L'action des doigts est importante et doit permettre de loger la pointe le plus en avant possible sous le bras de l'adversaire pour la faire passer au dernier moment dans la ligne voulue. L'adversaire est dans l'impossibilité de voir la pointe et se trouve dans le doute de la cible que doit atteindre l'attaque.

Le coupé, par sa technique, est une attaque simple nettement visible dès le départ, ce qui lui enlève tout effet de surprise. Pour cette raison, il est presque toujours renforcé par des actions préalables agissant sur le fer adverse (battement — pression — changement, etc.). Il ne faut en user qu'avec certitude, car malgré toutes les précautions exigées par son emploi, il attire souvent la contre-attaque qui prend presque inmanquablement un temps.

Le coupé permet de prendre facilement le dessus des armes et de toucher dans une ligne incomplètement fermée, voire fermée complètement, en prenant la forme d'une action d'autorité souvent exécutée en flèche. Avec le fer ou sans le fer, son exécution exige de réduire au maximum le mouvement de l'avant-bras. La légère rotation du poignet dégage le pommeau du poignet, relève la pointe et facilite le mouvement latéral de la lame en limitant le mouvement arrière de l'avant-bras. Dès que la lame passe au-dessus du fer adverse la main reprend le plus rapidement possible sa position « *en supination* » en même temps que le bras *s'allonge complètement* afin d'éviter une erreur de distance *risquant de faire plaquer ou passer le coup*.

La défensive à employer contre les attaques simples est basée sur

l'emploi des parades correspondantes à la ligne où se termine l'attaque. Suivant l'intention du pareur elles sont combinées avec les déplacements. Certains tireurs emploient des parades qui ne correspondent pas à la ligne où se termine l'attaque, elles sont dites de contraction. Exemple : parade d'octave sur un dégagement de la ligne dessus, à dedans.

Dans les cas particuliers sur coup droit d'autorité et sur coupé, la défensive classique, correspondant à la ligne où se termine l'attaque, doit être renforcée par des parades plus instinctives.

1) Sur le coup droit d'autorité, il y a intérêt à parer en cédant. Exemple : sur le coup droit d'autorité dans la ligne dessus : prime ou septime haute.

2) Sur le coupé en ligne haute employer la parade de « septime enlevée » (circolo italienne). Elle demande moins de justesse que les parades de quarte ou de contre de sixte et permet de compenser les erreurs d'appréciation de vitesse, de longueur de l'attaque en barrant toute la ligne haute.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître doit faire exécuter en priorité les attaques simples se terminant en ligne haute main en supination.

1) *Le coup droit* : est étudié avec le développement et s'enseigne de trois façons :

a) *Dans le fer* : le Maître guide et maintient la lame de son élève. Ce procédé permet à l'élève de décontracter l'épaule et le bras en l'obligeant à placer sa main et sa pointe dans les meilleures conditions. En finale de l'exécution du coup, le Maître doit cependant lâcher le fer de son élève afin de l'obliger à maintenir son bras sans appui.

b) *A l'absence de fer* : permet de contrôler la qualité de l'engagement de l'élève. Le Maître doit quitter le fer de l'élève latéralement et franchement car sa sensibilité tactile est sollicitée. Il est bon de demander plusieurs fois l'allongement du bras sans la fente et de l'exiger chaque fois que l'élève a tendance à se développer le bras armé incomplètement allongé.

c) *Sans le fer* : le Maître laisse une ligne ouverte, l'élève peut allonger le bras armé à une vitesse variable soit pour une action de vitesse, soit pour une action avec changement de rythme. Dans les deux cas le Maître doit exiger l'allongement complet du bras armé avec toute la souplesse et la décontraction musculaire indispensables à une détente rapide de la jambe arrière.

2) *Le dégagement* : l'exécution parfaite du dégagement demande une action des doigts coordonnée avec l'allongement du bras et la fente. Il s'enseigne de trois façons :

a) *Avec engagement préalable* : c'est-à-dire avec le contact permanent des fers. L'élève est obligé de conserver une bonne position de couverture ; le Maître se couvre dans la ligne de l'engagement plus ou moins rapidement de façon que l'élève perçoive facilement ce mouvement et échappe à sa puissance en dégageant. Cette façon est employée avec les débutants, car elle permet de contrôler l'engagement et l'allongement complet du bras armé.

b) *Sur l'engagement* : le Maître engage de pied ferme ou en marchant, l'élève dégage avec ou sans contact du fer. Si l'engagement est exécuté

sur la marche, le Maître doit donner priorité à l'engagement, l'ampleur et la vitesse de son déplacement étant fonction de la force de l'élève.

c) *Précédé de l'engagement* : suivant la distance, le Maître doit donner son fer dans les meilleures conditions. L'élève exécute un engagement offensif, c'est-à-dire en avançant la main afin de donner l'autorité voulue à son action, pour provoquer le mouvement de couverture du Maître dans la ligne de l'engagement.

Le Maître doit exiger qu'au cours de cette action exécutée de préférence en marchant, que l'élève contrôle bien le fer pour se mettre à distance en donnant priorité à l'engagement. A cet effet il peut de temps à autre dérober l'engagement voire même, suivant la force de l'élève, l'attaquer pour provoquer une parade-riposte et juger de son équilibre.

3) *Le coupé* : s'exécute dans les mêmes conditions que le dégagement mais le Maître doit placer sa pointe légèrement plus basse pour justifier cette action offensive et limiter les mouvements du poignet, de l'avant-bras et du bras de l'élève. Il doit apporter une attention toute particulière à l'allongement complet du bras armé avant l'exécution de la fente afin d'éviter les erreurs de distance ou provoquer la contre-offensive.



## CHAPITRE XII

# LES PARADES SIMPLES

### I — DEFINITION :

« C'est l'action de se garantir d'une action offensive en détournant avec son arme le fer adverse » (C.F. 1908).

### II — CLASSIFICATION :

La classification des parades simples est déterminée par les déplacements de la lame et de la main :

- 1) Parades latérales ou directes
- 2) Parades circulaires ou contres
- 3) Parades diagonales
- 4) Parades semi-circulaires.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quelle que soit la parade simple employée, elle doit respecter dans son exécution les principes suivants :

- 1) Donner une prédominance au déplacement de la lame et de la pointe afin de rencontrer le fer le plus tôt possible.
- 2) Fermer complètement la ligne menacée sans écart exagéré, la pointe en ligne menaçant la surface valable.
- 3) Détourner le fer adverse avec le fort de la lame par l'une des arêtes (1<sup>er</sup> 1/3 situé près de la main) afin d'avoir une autorité maximum.

4) Donner une perpendicularité suffisante à la lame par rapport au fer adverse pour éviter qu'il n'échappe trop facilement à la parade.

#### A) Description des parades simples :

1) *Parade latérale* : La parade latérale ou directe prend le fer dans la ligne où il se présente et l'écarte de la cible tout en le laissant dans la même ligne, la main se déplace sans retrait sur une ligne horizontale.



FIG. 22 : La parade de quarte classique

2) *Parade circulaire* : La parade circulaire ou « contre » vient prendre le fer dans la ligne où il se présente pour l'écarter de la cible en le rejetant dans la ligne opposée. La main reste en place, seuls les doigts agissent pour faire passer la pointe sous le fer adverse et la relever en la ramenant à sa position première.

3) *Parade diagonale* : La parade diagonale prend le fer dans la ligne où il se présente et l'écarte de la cible en le laissant dans la même ligne, la main et la lame se déplacent de la ligne haute à la ligne basse opposée ou inversement.

4) *Parade semi-circulaire* : La parade semi-circulaire, prend le fer dans la ligne où il se présente et l'écarte de la cible en le laissant dans la même ligne, les doigts agissent pour abaisser la pointe ou la relever, le mouvement est légèrement accentué par l'avant-bras.

#### B) Exécution des parades simples

Qu'elles soient latérales, circulaires, diagonales ou semi-circulaires, les parades s'exécutent de deux façons :

- a) *D'opposition*
- b) *Du « tac ».*

Sur l'offensive adverse, développée en maîtrisant le fer ou d'autorité, les parades peuvent s'exécuter en *cédant*.

1) *Parade d'opposition* : La parade d'opposition consiste à s'emparer du fer adverse sans brusquerie en l'accompagnant pour l'écarter complètement de la cible.

2) *Parade du « tac »* : La parade du « tac » consiste à détourner le fer adverse à l'aide d'un battement sec.

3) *Parade en cédant* : La parade en cédant consiste à entraîner le fer adverse en dehors de la ligne opposée en utilisant la puissance de l'offensive et en changeant le point d'appui. La main se porte dans la ligne voulue pendant que la lame effectue une rotation autour du fer adverse au point de contact ou d'appui *sans jamais le quitter*. Les pa-

rades en cédant s'exécutent de préférence mains en pronation pour la ligne basse, main en supination complète pour la ligne haute.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Quels que soient la parade employée et son mode d'exécution celle-ci doit protéger la surface du corps menacée sans écart exagéré de la main, la pointe bien en ligne afin de ménager une riposte efficace.

La parade latérale d'une exécution facile et naturelle, permet d'écarter immédiatement le fer adverse, elle est donc à recommander lorsque l'attaque est bien jugée. Employée sans discernement elle expose au trompement et favorise l'offensive au pied levé. La parade latérale offre l'avantage d'exécuter des ripostes directes ou indirectes d'une très grande vitesse.

La parade circulaire laisse la main à sa place mais n'écarte pas instantanément le fer adverse et ne l'empêche pas de progresser pendant son exécution. Le trajet suivi par la pointe adverse reste dangereux jusqu'à la fin de la parade. Elle risque de rencontrer une surface non valable (fleuret électrique).

La parade circulaire est recommandée de préférence lorsque le tireur est dans le doute de l'offensive adverse; exécutée avec une certaine ampleur, elle permet de trouver le fer et de l'écarter, mais il est évident qu'elle risque d'être trompée avec facilité. Dans tous les cas, il est souvent utile de la combiner avec la retraite. Les ripostes directes et indirectes exécutées après une parade circulaire sont sensiblement moins rapides qu'après une parade latérale.

La parade diagonale comme la parade latérale permet d'écarter le fer rapidement. Mais son exécution impose une grande prédominance de la pointe et de la lame sans trop abaisser (ou lever) l'avant-bras, afin de diminuer les risques de trompement, surtout lorsqu'elle est exécutée le ligne haute à ligne basse.

Les ripostes directes ou indirectes exécutées après la parade diagonale sont également très rapides.

La parade semi-circulaire permet de détourner le fer adverse lorsqu'il se présente entre deux lignes sans trop déplacer la main. Exécutée avec une certaine ampleur, elle est employée dans le doute de l'attaque adverse, souvent avec la retraite, mais reste facile à tromper. Comme la parade circulaire, elle n'empêche pas l'attaque de progresser pendant son exécution et en ligne basse, ramène souvent la pointe sur une surface non valable.

Les ripostes presque toujours indirectes sont moins rapides qu'après la parade diagonale.

A l'assaut, l'exécution des parades est fonction de l'exécution technique de l'offensive adverse (main — équilibre — vitesse, etc.) et de l'intention tactique. Il est indispensable de varier les parades pour contrarier le jeu adverse et placer d'excellentes ripostes.

La parade exécutée d'opposition offre les avantages suivants :

1) Un contact permanent du fer pendant la durée d'exécution permettant de le contrôler et de déceler la réaction adverse.

2) En l'accentuant (pression) faire réagir l'adversaire et placer des ripostes indirectes, composées, à temps perdu.

3) Conserver le fer et éviter les remises de parti-pris.

4) Ne pas éveiller immédiatement les réflexes défensifs de l'adversaire.

Après la parade exécutée d'opposition, les ripostes manquent parfois

d'instantanéité et de vitesse, mais sur les tireurs ayant une « bonne main », elle provoque souvent des remises à tort, car elle induit en erreur la sensibilité tactile. Lorsque la parade est accentuée (légère pression) elle provoque l'effet contraire et permet des ripostes indirectes ou composées. Elle est beaucoup plus employée au fleuret électrique en raison du poids de l'arme et de la nécessité de contrôler le fer pour éviter la remise, mais aussi pour riposter en maîtrisant le fer (prise de fer).

La parade exécutée du « tac » offre les avantages suivants :

- 1) Ebranler la main de l'adversaire et retarder sa défensive.
- 2) Exécuter des ripostes directes ou indirectes extrêmement rapides.

Elle ne facilite pas les ripostes composées et, lorsqu'elle n'est pas correctement exécutée, entraîne la main et la pointe hors de la ligne, ce qui nuit à la précision de la riposte.

La parade en cédant est d'un emploi limité puisqu'elle ne s'exécute que sur certaines actions et rares sont les tireurs qui, par réflexe, n'opposent pas de résistance à la puissance de l'offensive adverse. Elle reste l'apanage des grands tireurs. Cette parade ne provoque aucune réaction chez l'adversaire mais doit s'exécuter en marchant afin d'éviter la remise toujours possible. Elle est recommandée sur l'offensive par prise de fer ou d'autorité ; elle doit être suivie de ripostes directes.

Quels que soient la parade employée et son mode d'exécution, elle doit être prise à temps, c'est-à-dire entre l'instant où le pied de l'adversaire quitte le sol et celui où la pointe se trouve à une dizaine de centimètres de la cible. Exécutée trop tôt, la parade peut être trompée facilement ; trop tard elle perd toute efficacité, l'attaque alors très engagée ne permet plus d'agir du fort au faible de la lame adverse et l'oblige à parer en reculant la main. Dans ce cas la parade parvient in-extrémis à détourner le fer adverse, la riposte consécutive manque toujours d'efficacité, l'attaquant étant de nouveau en équilibre peut la parer facilement.

L'emploi et le mode d'exécution des parades est affaire de jugement et de tactique. Le pareur peut choisir l'instant de sa parade lorsqu'il a jugé l'attaque adverse. Une parade du « tac » prise au départ de l'attaque écarte le fer adverse alors que le tireur est dans une position critique n'ayant plus qu'un seul point d'appui au sol (pied arrière). La riposte ainsi exécutée ressemble à une action au fer sur la préparation.

Le moment d'exécution de la parade varie avec l'intention tactique. D'une manière générale, elle doit rencontrer le fer très tôt pour une riposte directe, un peu plus tard pour une riposte indirecte ou composée, afin de permettre au tireur de retrouver un équilibre stable et d'exécuter la réaction escomptée.

Le choix de la parade est fonction de l'offensive et de la riposte jugée suivant les réflexes de l'adversaire, ses intentions tactiques, sa vitesse et même ses défauts.

## V — DÉFAUTS A EVITER :

1) *Retard de la pointe dans la parade* : la ligne n'est pas fermée à temps et n'empêche pas l'attaque d'atteindre la cible, le pareur est obligé d'exagérer le déplacement de la main.

2) *Parade non bloquée* : la main, la lame et la pointe sont entraînées hors de la ligne, la riposte manque de vitesse et de précision, le pareur prend difficilement une seconde parade en cas de trompement.

3) *Insuffisance de perpendicularité des lames* : le fer adverse risque d'échapper à la parade qui manque souvent de puissance.

4) *Parer avec une partie faible de la lame* : la parade manque d'autorité et n'empêche pas l'attaque d'arriver.

5) *Parer avec le plat de la lame* : provient d'une mauvaise position de la main ; la parade manque d'autorité, la sensibilité tactile s'en trouve diminuée.

6) *Parer en reculant la main* : l'attaque continue sa progression et oblige le parieur à exagérer le déplacement de la main et de la pointe pour obtenir une couverture suffisante.

7) *Parer avec une rotation exagérée de la main* : entraîne la pointe verticalement et horizontalement en dehors de la ligne. Ce défaut prend une plus grande proportion dans les lignes dedans et dessous, les ripostes sont lentes et manquent de précision.

8) *Parer insuffisamment* : n'empêche pas l'attaque d'atteindre la cible, ou laisse la pointe sur une surface non valable.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

La parade peut et doit évoluer suivant les circonstances de l'assaut. Elle permet d'écartier le fer adverse avec le maximum de sécurité et donne à la riposte la meilleure efficacité. L'évolution de la parade est imagée par une figure géométrique : le cône de projection. *Plus la parade est longue, c'est-à-dire exécutée vers l'avant moins elle nécessite de déplacements de la main. Plus la parade est courte, c'est-à-dire exécutée vers l'arrière, plus elle impose d'ampleur au déplacement de la main.*

D'une manière générale elle est :

1) *Une parade raccourcie* lorsque l'attaque développée en flèche, en marche et fente ou sur la marche s'engage très profondément, de même lorsqu'elle est exécutée en marchant.



FIG. 23 : La parade de quarte courte

2) *Une parade allongée* lorsque l'attaque est développée de loin ou lorsqu'elle est prise en rompant pour éviter que le fer adverse n'échappe.

3) *Une parade haute ou basse* lorsqu'elle évolue verticalement par rapport à la parade classique, pour obtenir une protection plus complète et prendre le fer adverse du fort au faible de la lame.

Les circonstances de l'assaut obligent à combiner la parade avec les déplacements, ceux-ci doivent être raisonnés et ne pas nuire à la riposte.

La parade en marchant demande un jugement sûr de l'attaque, elle protège des remises et « casse » la distance de contre-riposte de l'adversaire. Elle est souvent employée par les tireurs de petite taille.

La parade en rompant beaucoup plus employée offre une sécurité plus grande. Elle est recommandée lorsque le tireur est dans le doute de l'offensive adverse ou surpris par celle-ci, la main ébranlée par une action

au fer. La riposte doit être exécutée en marchant, en fente ou en flèche,

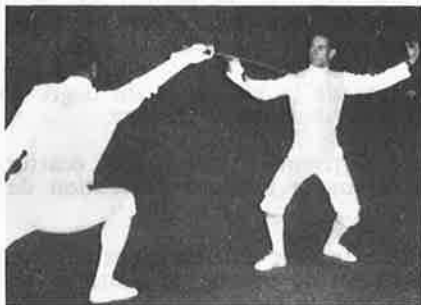


FIG. 24 : La parade de quarte longue

Dans l'escrime moderne, les parades main en pronation sont très peu employées, bien qu'en général elles donnent plus d'autorité. Elles entraînent souvent la pointe hors de la ligne et ne permettent pas de riposter avec rapidité et précision.

Une défensive parfaite est celle qui emploie toutes les parades et utilise celles qui conviennent à la ligne où se dirige l'attaque. Les varier le plus possible afin de diminuer les risques de trompement tout en les combinant avec les déplacements. Certains tireurs pour contrarier l'offensive adverse emploient les parades de contraction. Elles permettent d'écarter le fer et de « casser » le jeu mais elles ne sont à employer que volontairement pour renforcer éventuellement la défensive.

On dit qu'il y a contraction lorsque la parade ne correspond pas à l'attaque ; par exemple : sur une attaque dedans parer contre de quarte, la main en position de sixte.

La défensive d'un tireur reflète son degré d'éducation technique, mais aussi son tempérament. Un débutant a tendance à suivre le fer adverse et à porter sa main dans toutes les lignes où il se présente. Un tireur confirmé, confiant dans son coup d'œil et sa technique, attend le moment opportun pour parer.

Le tempérament d'un tireur se reflète dans sa défensive. Un sujet nerveux, impressionnable a généralement une défensive embrouillée, un sujet calme, une défensive simple bien ordonnée. Tout système défensif n'a de valeur que si la parade est *immédiatement* suivie de riposte. Les conventions du fleuret l'autorisent *dès le contact* du fer. Cet important réflexe s'éduque au plastron.

Il est très difficile de devenir un bon pareur ; une bonne défensive exige une technique parfaite mais aussi énormément de jugement, de coordination, de réflexes, ce qui n'est pas à la portée des jeunes tireurs qui progressent plus facilement en offensive.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les parades de ligne haute, main en supination sont enseignées les premières. Pour habituer l'élève à déplacer sa main et à l'arrêter dans la ligne voulue, le Maître doit faire exécuter la parade d'opposition. Elle permet à l'élève de garder le contact du fer, de le « sentir » et de contrôler plus facilement son mouvement. La parade du « tac » ne doit être enseignée que lorsque l'élève est capable de passer d'une ligne à l'autre sans écart de la main. La parade circulaire qui laisse la main à sa place s'enseigne dès le début sans difficulté.

Si la parade doit s'exécuter du fort au faible de la lame adverse, il arrive fréquemment qu'à l'assaut, elle soit faite avec le moyen de la lame, en particulier dans les parades du « tac ». Cette partie de la lame permet de rencontrer le fer très tôt et d'obtenir une action au fer, nette et assez puissante, tout en préparant une riposte directe ayant un minimum de chemin à parcourir pour atteindre son but.

Pour bien faire parer le Maître doit respecter les principes suivants :

1) *Présenter le fer, le bras complètement allongé, la pointe dans la direction de la cible* : toute action bras raccourci ne permet pas de donner le fer dans de bonnes conditions, de plus elle fausse le temps de parade car elle n'est généralement pas destinée à toucher.

2) *Se développer* : en tenant compte de la vitesse et du degré d'entraînement de l'élève, l'attaque doit être destinée à *toucher*.

3) *Donner à l'action une intensité suffisante* : l'élève doit écarter le fer et sentir une *résistance ferme et souple* pendant l'exécution de la parade.

4) *Bloquer sa fente* : de façon à se trouver constamment à *distance exacte de riposte*, afin d'éviter que l'élève ne penche, le buste en avant pour trouver la cible, ou qu'il ne lève trop la main.

5) *Ouvrir la ligne ou réagir dans la ligne voulue pour attirer la riposte*, en prenant franchement une position d'invite correcte, en se couvrant et en donnant toujours une prédominance à la pointe.

6) *Reprendre le fer sans brusquerie et replacer l'élève dans la ligne voulue pour obtenir une bonne couverture*.

Dans l'exécution des parades, le Maître doit attacher une grande importance au déplacement de la pointe, qui pour bien fermer la ligne doit avoir une prédominance sur la main. Pour s'assurer que l'élève ne dépasse pas la ligne et lui faire sentir la nécessité de bloquer son mouvement lorsqu'il ne rencontre pas le fer, il doit de temps en temps tromper la parade. L'élève s'habitue ainsi à ne riposter qu'après avoir rencontré le fer ou à le rattraper dans une autre ligne.

Pour faire parer en ligne haute, le Maître présente son fer à hauteur du pectoral droit de l'élève, en ligne basse sous la main de l'élève, en tenant compte dans les deux cas de la position de garde et de la parade demandée.

Pendant l'étude des parades, le Maître doit déplacer constamment son élève. Une position statique est fatigante et ne le prépare pas à la mobilité de l'escrime moderne. En combinant les parades avec les déplacements et suivant le degré d'entraînement de son élève, le Maître arrive à se rapprocher des circonstances de l'assaut.

Lorsque le Maître veut faire exécuter la parade d'opposition, il doit présenter son fer assez près du fer de l'élève, de façon à ce que celui-ci le rencontre immédiatement et conserve le contact le plus longtemps possible ; de même pour l'exécution de la parade circulaire, afin de limiter le mouvement de la pointe à l'action des doigts et éviter un déplacement de l'avant-bras.

Pour faire exécuter la parade du « tac » le fer peut être présenté un peu plus éloigné du fer de l'élève. Le Maître peut faire précéder son attaque d'un petit battement sec ou faire répondre à un battement avant l'exécution de la parade ; ce procédé offre l'avantage d'inciter l'élève à se servir de ses doigts au moment où il exécute la parade.

Le fleuret électrique exige l'emploi fréquent des parades de ligne basse. Le Maître doit donc les faire travailler en partant de toutes les positions. Il tiendra compte de la difficulté d'obtenir une bonne fermeture des lignes, une bonne précision en riposte en raison du grand déplacement de la pointe.

Il est indispensable de faire travailler les parades en partant du bras allongé. Le Maître doit placer cette étude sous forme d'exercices afin de créer le réflexe « d'aller à la parade » ils développent le sentiment du fer et le doigté. Exemple : changez, battez, feinte de dégagement, sur mon changez — battez — tirez droit... parez quarte (ou contre de sixte) ripostez droit (ou en dégageant, par 1-2, par doublement).

## CHAPITRE XIII

# RIPOSTES - CONTRE-RIPOSTES

### I — DEFINITION :

A) *Riposte* : La riposte est le coup qui est porté après avoir paré une attaque.

B) *Contre-riposte* : La contre-riposte est le coup qui est porté après avoir paré une riposte ou une contre-riposte.

### II — CLASSIFICATION :

Les ripostes et contre-ripostes se classent en 4 catégories :

- 1) Simples directes
- 2) Simples indirectes
- 3) Composées (d'une ou plusieurs feintes)
- 4) Par prise de fer.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description :

1) *Simple directe* : La riposte ou contre-riposte est simple directe lorsqu'elle s'exécute dans la ligne où a eu lieu la parade. Elle est dite *droite*.

2) *Simple indirecte* : La riposte ou contre-riposte est simple indirecte lorsqu'elle s'exécute dans une autre ligne que celle où a eu lieu la parade. Elle se fait par *dégagement* et par *coupé*.



*Nota* : Exécutée sur un tireur qui change de ligne après avoir été paré, elle est simple indirecte, mais revient dans la ligne où a eu lieu la parade. Elle est dite par « *contre-dégagement* ».

3) *Composée* : La riposte ou contre-riposte est composée lorsqu'elle trompe une ou plusieurs parades provoquées par une ou plusieurs feintes. Elle se fait par : *une — deux, doublement, dessus — dessous*, etc.

4) *Par prise de fer* : La riposte ou contre-riposte est exécutée par prise de fer lorsqu'elle conserve le fer après la parade et le maîtrise jusqu'à la finale de son exécution. Elle se fait par *opposition, liement, enveloppement*, etc.

### B) Exécution :

Exception faite pour les ripostes ou contre-ripostes exécutées par prise de fer dont l'exécution technique est traitée au chapitre XVII ; les ripostes ou contre-ripostes qu'elles soient directes, indirectes ou composées s'exécutent :

- 1) Du tac au tac.
- 2) A temps perdu.

1) *Du tac au tac* : Pour être exécutée du tac au tac, la riposte ou contre-riposte doit suivre *immédiatement* la parade, qu'elle soit prise du tac, d'opposition ou en cédant.

2) *A temps perdu* : Lorsqu'un ou plusieurs temps d'escrime séparent l'exécution de la parade de celle de la riposte ou de la contre-riposte, elle est dite à temps perdu. Elle s'exécute de préférence lorsque la parade est prise d'opposition.

La riposte et la contre-riposte sont des actions offensives qui s'exécutent à des distances variables fonction :

- 1) Des déplacements combinés avec la parade.
- 2) De l'exécution de l'offensive adverse (fente, flèche, marche et fente, etc).
- 3) De la position du tireur ou de ses réactions après qu'il ait été paré (fente, retour en garde, bond arrière, etc.).

La riposte et la contre-riposte s'exécutent donc :

- 1) De pied ferme.
- 2) En marchant.
- 3) En se fendant.
- 4) En marche et fente.
- 5) En flèche.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

### A) La riposte :

La riposte est intimement liée à la parade. Son exécution dépend de la nature de la parade. Le doigté et le sentiment du fer permettent parfois d'exploiter la réaction adverse, mais ceci est l'apanage des escrimeurs de grande classe.

Il est plus facile, donc plus judicieux, de donner à la parade l'intensité voulue qui, dans la plupart des cas, provoque la réaction escomptée. D'une manière générale il est très difficile d'exécuter du tac au tac la seule riposte que justifie le réflexe adverse provoqué par la parade. Malgré les exceptions, certains principes tactiques sont à observer.

### I — RIPOSTES EXECUTEES A PETITE DISTANCE : (Allongement du bras)

1) *Les riposte simples directes* s'exécutent de préférence après une parade du « tac » qui ouvre la ligne et ébranle la main adverse.

2) *Les ripostes simples indirectes* s'exécutent soit après une parade du « tac » soit après une parade d'opposition.

a) Après une parade du tac sur un adversaire réagissant bien au battement ou encore sur un adversaire dont la position de main, après l'attaque, ne gêne pas le changement de ligne.

b) Après une parade d'opposition sur un adversaire possédant une bonne main et que seule l'intensité de la parade oblige à réagir. La riposte par coupé, dont l'ampleur dans l'exécution peut provoquer une remise, ne doit s'exécuter qu'après une parade d'opposition en s'assurant de la réaction adverse.

3) *Les ripostes composées* qui comprennent dans leur exécution plusieurs temps d'escrime, doivent être précédées d'une parade d'opposition renforcée d'une pression suffisante et contrôlée pour obliger l'adversaire à réagir afin d'éviter les risques de remise.

4) *Les ripostes par prise de fer* sont à recommander sur les adversaires qui remettent systématiquement, car elles maîtrisent et permettent de garder le fer adverse pendant toute la durée de leur exécution. Elles sont précédées de parades d'opposition et peuvent s'employer efficacement à petite, moyenne et grande distance.

### II — RIPOSTES EXECUTEES A MOYENNE DISTANCE (développement)

1) *Les ripostes simples directes* s'exécutent de 2 façons :

a) Après une parade du tac sur la reprise de garde adverse ou après avoir exécuté la parade en rompant.

b) Après une parade d'opposition dans les mêmes cas que précédemment. Moins rapides, elles risquent d'être parées plus facilement.

2) *Les ripostes simples indirectes* s'exécutent comme les ripostes directes mais doivent tenir compte des réactions adverses provoquées par la parade d'opposition, afin d'éviter la remise qui peut prendre un temps d'escrime sur le développement.

3) *Les ripostes composées* : pour les mêmes raisons que précédemment doivent être précédées de parades d'opposition pour s'assurer des réflexes défensifs de l'adversaire.

### III — RIPOSTES A GRANDE DISTANCE :

Elles s'exécutent en marche et fente ou en flèche.

1) Qu'elles soient directes, indirectes ou composées, elles sont obligatoirement précédées de parades d'opposition afin d'éviter un arrêt sur la marche.

2) Les ripostes simples directes et indirectes peuvent s'exécuter en flèche avec beaucoup moins de risque. La flèche permet de gagner temps d'exécution.

#### IV — RIPOSTES A DISTANCE DE « COMBAT RAPPROCHE » :

Elles sont consécutives à des parades prises en marchant et sur un adversaire qui ne revient pas en garde. Toujours exécutées après une parade d'opposition, elles sont directes ou indirectes, par dégagement de ligne haute à ligne basse ou inversement. La distance extrêmement réduite qui à ce moment sépare les tireurs ne permet pas de mouvements de pointe trop compliqués.

Les ripostes exécutées après la parade en cédant, par leur exécution technique, placent les tireurs dans des conditions identiques.

##### B) Contre-ripostes :

Les principes tactiques développés pour les différentes ripostes restent valables pour les contre-ripostes. Mais des différences techniques d'exécution leur confèrent des avantages tactiques particuliers.

Celles-ci résident dans la longueur et la largeur de la parade que justifie l'allongement préalable du bras armé.

1) La parade est prise le bras au 3/4 allongé pour permettre de reprendre le plus tôt possible le fer adverse et éviter à la riposte de s'engager trop profondément pendant l'exécution de la parade.

2) Le bras allongé au 3/4 ne nécessite qu'un déplacement latéral minimum de la main pour fermer la ligne menacée, ceci est fonction du cône de projection de la parade.

3) La pointe de l'arme n'a que peu de chemin à parcourir pour atteindre la cible, la contre-riposte est donc susceptible d'une très grande vitesse.

##### C) Emploi des ripostes et contre-ripostes :

1) Les ripostes et contre-ripostes du tac au tac sont généralement précédées par des parades latérales ou diagonales. Elles sont utilisées de préférence à petite distance. La parade s'exécute à la finale de l'attaque.

2) Les ripostes ou contre-ripostes à temps perdu sont exécutées après avoir fixé ou emballé la main de l'adversaire par une parade dont l'intensité l'oblige à revenir en défensive sans lui laisser la possibilité de remiser. C'est-à-dire de gagner un temps d'escrime, sur l'exécution de la riposte ou de la contre-riposte.

Ces ripostes et contre-ripostes s'exécutent de préférence sur la reprise de garde adverse, lorsque le tireur en équilibre instable n'a plus qu'un point d'appui. Elles sont dirigées dans la ligne laissée ouverte, soit en fente soit en flèche.

Si, il est recommandé de varier les parades, il est indispensable de varier les ripostes et contre-ripostes. Exécutées en réflexe après les mêmes parades, elles sont vite décelées par l'adversaire et lui offrent l'occasion de faciles contre-ripostes en seconde intention.

## V — DEFAUTS A EVITER :

Ne sont traités que les défauts généraux se rapportant à la technique de la riposte ou contre-riposte. Ceux ayant un rapport avec l'attaque exécutée à des distances variables l'ont déjà été dans les chapitres précédents.

- 1) *Main plus basse que la pointe* : provoque un manque de précision.
- 2) *Main en supination insuffisante* : nuit à la précision dans le sens latéral et vertical.
- 3) *Non respect de la ligne droite* : allonge le temps d'exécution. L'angle formé par le bras et la lame diminue la longueur de la riposte ou provoque un déplacement latéral de la pointe qui nuit à la précision.
- 4) *Retrait du bras dans l'exécution de la riposte* : se rencontre dans les ripostes par dégagement ou composées, permet à l'adversaire de gagner facilement un temps en exécutant une remise.
- 5) *Allongement trop hâtif du bras en riposte composée* : augmente la difficulté du trompement de la parade, le fer rencontre souvent le bras de l'adversaire.
- 6) *Allongement trop hâtif du bras en riposte par prise de fer* : le dessus des armes n'est pas suffisamment assuré, le fer risque d'échapper et rend impossible une exécution et une précision correctes.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Rares sont les tireurs qui, après une attaque, possèdent d'excellents réflexes défensifs en ligne basse. Il y a donc intérêt chaque fois que cela est possible, mais sans exagération à riposter en ligne basse. Pour être efficaces les ripostes ou contre-ripostes doivent atteindre les derniers centimètres de la surface valable, afin de ne pas être écartées ou ramenées en surface non valable par des parades de ligne haute exécutées en baissant la main.

La nature de la riposte ainsi que la cible qu'elle doit atteindre déterminent la position de la main. Elle est suivant le cas en supination ou pronation.

La distance séparant les tireurs ne facilite pas toujours l'exécution des ripostes composées. La feinte de la pointe qui doit provoquer le réflexe défensif escompté doit être suffisamment rapide pour compenser son manque de longueur. L'allongement du bras s'exécute simultanément avec le trompement. Les mouvements de couverture (élévation et opposition) ne présentent souvent qu'un intérêt secondaire en riposte ou contre-riposte. Le fleuret, par ses conventions, donne droit à la riposte dès le contact du fer, il est donc inutile de tenir compte de la remise, lorsque la riposte ou contre-riposte s'exécute du tac au tac, soit directement, soit indirectement. La remise toujours possible est systématiquement une action fautive. Certains tireurs rétorquent que si la riposte passe ou plaque les mouvements de couverture permettent de s'en protéger. Dans ce cas une amélioration de l'exécution technique des ripostes et contre-ripostes est préférable et plus sûre.

A l'inverse des précédents, d'autres tireurs ripostent en cavant légèrement surtout dans la ligne dedans lorsqu'ils sont de même main et dans la ligne dessus, lorsqu'ils sont de main contraire. Une parade classique est parfois insuffisante pour écarter le fer, mais la riposte manque souvent de précision et de longueur. Les ripostes et contre-

ripostes par prise de fer sont très employées au fleuret électrique. Elles permettent de garder le fer, mais si elles protègent des remises, elles sont vulnérables aux reprises surtout lorsque la parade qui les précède est trop large, ou lorsqu'elles sont exécutées à grande distance. Elles peuvent être employées pour renforcer la parade, elles amplifient la réaction et dans ce cas elles sont suivies de ripostes indirectes.

A l'arme électrique, il n'y a aucun intérêt à multiplier les feintes en riposte et à trop employer les ripostes indirectes qui laissent le champ libre à la remise et à l'arrêt. Cependant, seul le jeu de l'adversaire doit guider le choix des parades et ripostes et il est toujours préférable de continuer la phrase d'armes et de contre-riposter judicieusement plutôt que de tenter une remise qui, lorsqu'elle est mal jugée, ne laisse aucune chance.

Une phrase d'armes comportant plusieurs contre-ripostes est souvent mal analysée. Il n'est pas rare d'entendre sur les pistes parler de 1<sup>re</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> riposte. *La riposte est unique*, si elle est parée et suivie d'une nouvelle action offensive, elle s'appelle alors *contre-riposte*. Elle ne doit pas non plus être confondue avec la *reprise de riposte* qui ne peut s'exécuter que sur un adversaire qui ne contre-riposte pas.

*Nota* : Le tireur qui pare l'attaque et riposte exécute la 2<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup>, etc. contre-riposte. Le tireur qui a attaqué exécute la 1<sup>re</sup>, 3<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, etc. contre-riposte.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques de ce chapitre sont une suite de ceux traités dans le chapitre des parades. La rapidité et la précision de la riposte dépendent de la qualité de la parade, mais aussi de l'invite ou de la réaction du Maître. Pour faire riposter ou contre-riposter le Maître doit :

- 1) Pour une riposte ou contre-riposte directe, faire une *invite franche* pour ouvrir la ligne.
- 2) Pour une riposte ou contre-riposte indirecte, réagir et se couvrir dans la ligne voulue, avec une prédominance de la pointe.
- 3) Pour une riposte ou contre-riposte composée, réagir et se couvrir dans la ligne voulue, avec une prédominance de la pointe puis prendre ensuite une parade classique sans faciliter le trompement.
- 4) Pour une riposte ou contre-riposte par prise de fer, maintenir le bras allongé, le fer contre le talon de la lame de l'élève sans intensité excessive.
- 5) Lorsque la riposte ou contre-riposte est exécutée en se fendant, en marche et fente, ou en flèche, maintenir le bras allongé, faire l'invite ou se couvrir dans la ligne voulue pendant la reprise de garde.

Le Maître doit exiger l'exécution de la parade en fonction de la riposte qu'il demande.

*Exemple* : La riposte par « contre-dégagement » doit être précédée d'une parade suffisamment accentuée pour *provoquer* le changement de ligne du Maître.

La notion de distance joue un rôle capital dans l'exécution des contre-ripostes. A cet effet et plus particulièrement lorsqu'elles s'exécutent « étant-fendu », le Maître doit veiller à ce que l'élève conserve son

pied arrière rigoureusement à plat sans glisser et ne pencher exagérément le buste en avant en finale de l'attaque. Ces deux défauts nuisent à la précision de la contre-riposte qui passe ou plaque.

Le Maître doit entraîner son élève à contre-riposter :

- 1) Dans la position de garde
- 2) Etant fendu
- 3) En se fendant
- 4) En flèche.

— Pour faire contre-riposter le Maître doit :

- 1) Parer la riposte ou l'attaque à son *extrême finale*.
- 2) Donner sa riposte ou contre-riposte *avec précision et à toucher*.
- 3) Se trouver à *distance exacte*.

Le Maître doit détacher la parade de la riposte lorsqu'il demande une contre-riposte dans la ligne de la parade, afin d'obtenir une action nette et franche. Ceci présente une certaine difficulté dans la ligne de sixte, car les fers tendent à rester en contact. A cet effet le Maître peut quitter le fer en déplaçant légèrement sa main, mais il doit toujours donner sa riposte ou contre-riposte directement sans mouvement vertical du bras et de la pointe.

L'étude des contre-ripostes doit correspondre aux réalités de l'assaut. Il est donc inutile de les multiplier à la leçon, par contre elles doivent être variées, ainsi que les ripostes et parades les précédant. Au fur et à mesure des progrès de l'élève, le Maître doit solliciter son mécanisme (main, coup d'œil, appréciation de la distance, réflexes) et, tout en variant ses actions, développer son système défensif en qualité, précision et vitesse.

## CHAPITRE XIV

# FEINTES D'ATTAQUES

# ATTAQUES COMPOSÉES

### I — DEFINITIONS :

#### A) La feinte d'attaque :

La feinte d'attaque est le simulacre d'une attaque destinée à provoquer une parade pour en tirer parti en la trompant.

#### B) L'attaque composée :

L'attaque est composée lorsqu'elle trompe une ou plusieurs parades provoquées par une ou plusieurs feintes.

*Tromper* : Est l'action qui consiste à soustraire la pointe à la parade adverse en finale de la feinte.

### II — CLASSIFICATION :

Suivant l'adversaire auquel elles sont destinées, les feintes d'attaques varient par leur exécution technique et sont classées en 3 catégories.

1) *La feinte de vitesse* : consiste en l'exécution rapide et inachevée de la feinte devant provoquer la parade escomptée.

*Exemple* : La feinte de dégagement dedans peut être remplacée par une feinte dont la pointe ne dépassera pas la ligne basse et provoquer malgré tout la parade de quarte.

2) *La feinte de combinaison* : consiste à renforcer la feinte préalable

d'actions diverses au fer pour faire réagir l'adversaire et provoquer plus facilement la parade.

*Exemple* : Feinte de dégagement dedans, battez dégagez dessus.

3) *La feinte au pied levé* : consiste à commencer l'exécution de la fente avant la finale de la feinte. Le départ du pied avant de l'attaquant provoque à coup sûr une réaction adverse défensive.

*Nota* : La feinte au pied levé peut aussi s'exécuter en flèche ; c'est le départ du pied arrière qui cette fois tend à provoquer la parade.

Les feintes d'attaques peuvent être simples ou composées ; elles s'exécutent dans toutes les lignes.

4) *La feinte lancée* : ne s'exécute qu'en partant d'une position en absence de fer et seulement par coup droit. Elle consiste en une projection du bras armé à sa plus grande vitesse d'allongement possible, la pointe menaçant une ligne ouverte.

#### 1) *Feintes d'attaques simples* :

Elles correspondent aux attaques simples.

- a) Feinte de coup droit
- b) Feinte de dégagement
- c) Feinte de coupé.

#### 2) *Feintes d'attaques composées* :

Il y a une variété infinie de feintes composées, les combinaisons les plus courantes sont :

- a) Feinte de une-deux
- b) Feinte de doublement
- c) Feinte dessous-dessus
- d) Etc.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description

##### 1) LES FEINTES

a) *Feinte d'attaque simple* : La feinte d'attaque simple s'exécute techniquement de la même façon que l'attaque simple pour laquelle elle doit être prise.

b) *Feinte d'attaque composée* : La feinte d'attaque composée est la combinaison de plusieurs feintes d'attaques simples.

##### 2) L'ATTAQUE COMPOSEE

L'attaque composée consiste en l'exécution préalable d'une ou plusieurs feintes du bras armé suivies des mouvements nécessaires pour soustraire la pointe aux mouvements défensifs adverses en se fendant.

*Nota* : En général seul le trompement final s'exécute en fente ou en flèche.

#### B) Exécution

Qu'elles soient simples ou composées les feintes d'attaques doivent



être prises pour l'attaque elle-même afin de provoquer les mouvements défensifs escomptés. A cet effet, elles doivent posséder les mêmes qualités que les attaques simples : à-propos, vitesse, accélération, précision.

La position de la pointe a une importance capitale dans l'exécution finale de la feinte, elle doit provoquer la parade désirée, mais aussi permettre de la soustraire le plus facilement possible à cette parade. Les conventions du fleuret donnent droit de riposte immédiate au pareur si celui-ci rencontre le fer adverse, il est donc indispensable d'assurer le trompement des parades en respectant les principes techniques suivants dans l'exécution des feintes :

1) Eloigner la pointe du fer et de la main de l'adversaire lorsque le trompement doit aller au-devant et en sens inverse de la parade (latérale, diagonale, semi-circulaire).

2) Rapprocher la pointe du fer et de la main de l'adversaire lorsque le trompement doit aller dans le même sens et précéder la parade (circulaire).

D'une manière générale dans l'exécution de la feinte pour provoquer et tromper facilement :

1) *Une parade latérale* : placer la pointe à hauteur de la main de l'adversaire et assez éloignée de celle-ci.

2) *Une parade circulaire* : placer la pointe au-dessus ou dessous et près de la main de l'adversaire suivant la position de garde.

3) *Une parade diagonale* : placer la pointe plus basse ou plus haute que la main suivant la position de garde et assez éloignée de celle-ci.

4) *Une parade semi-circulaire* : placer la pointe plus basse ou plus haute que la main suivant la position de garde et près de celle-ci.

Dans l'exécution du trompement de la parade, la pointe *doit toujours progresser* vers la cible visée sans *aucun écart*. Le trompement exécuté trop tôt et latéralement laisse la possibilité à l'adversaire de rattraper le fer et de l'écarter. Lorsque l'attaque est composée de plusieurs feintes, l'exécution des feintes permet ainsi de rentrer progressivement dans le système défensif de l'adversaire sans lui laisser la possibilité de rattraper le fer. Comme dans l'exécution des attaques simples, la vitesse de la feinte doit être progressive afin de ne pas déclencher un réflexe défensif adverse trop rapide, qu'il est parfois difficile de tromper. La vitesse de la parade ainsi provoquée correspond à celle de la feinte, ce qui facilite le trompement. Toutefois lorsque les feintes d'attaque sont composées, elles s'exécutent généralement en accélérant progressivement la vitesse. Il est souvent judicieux de varier la vitesse de départ des feintes, une exécution rapide emballe la main de l'adversaire et un changement de rythme à la finale peut le désarmer.

Exception faite des feintes au pied levé qui provoquent naturellement une parade, la distance séparant les tireurs impose l'emploi simultané d'actions ayant pour but :

1) *De renforcer l'action de la feinte*, la seule extension du bras armé ne suffit pas à inquiéter l'adversaire.

2) *De loger la pointe*, dans la majeure partie des cas elle ne déclenche la parade que lorsqu'elle se rapproche suffisamment de la cible, une vingtaine de centimètres environ.

3) *De gagner la distance*, lorsque la distance entre les tireurs est trop grande.

Ces actions ou préparations peuvent être suivant le cas :

1) *Des déplacements* (marche — bond) qui permettent de se mettre à distance tout en donnant plus de réalité à la feinte.

2) *Des demi-fentes* qui peuvent être prises pour l'attaque elle-même et permettent de loger la feinte très profondément dans la défensive adverse.

3) *D'appels de pied* dont la soudaineté peut ébranler l'assurance de l'adversaire.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

##### A) Feintes de vitesse :

Les feintes de vitesse s'emploient sur des tireurs nerveux ou encore sur ceux manquant d'expérience. Le moindre déplacement de la lame et de la pointe déclenche les réflexes défensifs. Il n'est donc pas nécessaire de prononcer outre mesure la menace des feintes. Renforcées d'appels de pied ou d'autres mouvements brusques et bruyants, elles agissent encore plus efficacement.

##### B) Feintes de combinaison :

Les feintes de combinaison sont recommandées sur les tireurs calmes dont la défensive bien ordonnée ne se déclenche qu'à l'extrême finale. Ces tireurs généralement confirmés possèdent une bonne main et un coup d'œil sûr. La première feinte a pour but de loger la pointe, l'action au fer qui suit fait réagir plus sûrement l'adversaire. Le danger que présente la nouvelle feinte ainsi renforcée dans sa progression déclenche la parade. Les feintes de combinaison s'emploient souvent avec la demi-feinte, le fait de loger assez profondément la 1<sup>re</sup> feinte par ce procédé assez courant n'est pas sans inconvénients. En effet il expose le tireur qui l'emploie sans discernement aux actions au fer avec d'autant plus de facilité pour l'adversaire que ses feintes manquent de continuité.

##### C) Feintes au pied levé :

Les feintes au pied levé sont très efficaces. La 1<sup>re</sup> feinte, exécutée avec le départ du pied avant, lui donne toute chance d'être prise pour une attaque simple. Exécutée en tenant compte du réflexe défensif adverse de prédilection elle déclenche presque toujours la parade escomptée. D'une manière générale l'attaque ne comporte qu'une seule feinte, car elle demande beaucoup de jugement, du coup d'œil, une bonne coordination et du doigté pour tromper la parade.

##### D) Les feintes lancées :

De l'évolution incontestable qui résulte de l'emploi de la signalisation électrique au fleuret découle l'utilisation des feintes lancées à l'assaut.

Deux causes principales en sont à l'origine :

1) L'inexistence de l'engagement permanent ou la difficulté que rencontre le fleurettiste dans la recherche du fer adverse justifient la feinte lancée qui provoque la réaction défensive.

2) Les tireurs hors de distance ne peuvent plus protéger leur marche

par des engagements, changements ou double-engagements. En combinant le déplacement avec la feinte lancée dont la vitesse de progression simule le départ d'attaque en fente, ils déclenchent plus sûrement la parade et sont moins vulnérables à la contre-offensive.

L'emploi de ces feintes lancées est recommandé sur des adversaires qui fuient tout contact du fer et adoptent de ce fait une position de garde basse, en général (octave). La feinte lancée qui réunit les qualités de précision, d'accélération et d'à-propos provoque invariablement le réflexe défensif. Peu de tireurs se hasardent à contre-attaquer un adversaire dont la pointe en ligne progresse à une vitesse croissante :

Pratiquée sur des adversaires en garde basse, elle offre l'occasion d'attaquer en composant par :

- Feinte de coup droit — dégagez dessus.
- Feinte de coup droit — dégagez dessous en main de seconde.
- Feinte de coup droit — coupé.

Bien plus rares sont les fleuretistes en garde haute classique (sixte) qui évitent ou ne recherchent le contact du fer. Mais parfois sur ces tireurs la feinte lancée par coup droit dessous plus ou moins en main de seconde s'avère efficace. Elle déclenche la parade d'octave et permet de tromper dessus par dégagement.

Cette attaque composée est particulièrement recommandée en attaque sur la préparation adverse exécutée en marchant. Suivant l'instant où la feinte est lancée, elle s'apparente parfois à la contre-attaque composée.

Cette action composée de fleuret, pratiquée fort couramment actuellement, s'identifie par son rythme, sa coordination avec les déplacements ou encore sa préparation préalable, aux attaques composées du sabre.

#### **E) Emploi tactique de la feinte :**

En dehors des principes techniques généraux, la feinte peut varier suivant l'adversaire et les circonstances de l'assaut. Dans certains cas le déplacement de la pointe peut être amplifié.

1) *Pour provoquer un grand déplacement de la main dans la première parade et par conséquent retarder la parade finale.*

2) *Pour faciliter dans certains cas le trompement de la parade.*

*Exemple :* Pour exécuter l'attaque composée « feinte de dégagement dedans-dehors », il y a intérêt à présenter la pointe dans la feinte en direction de la cible, mais assez haut, pour obliger l'adversaire à prendre une parade de quarte en montant la main et lui rendre difficile l'exécution des parades de septime ou octave.

Lorsque la feinte précède un coupé (par-dessus le fer adverse) elle doit également être placée assez haut pour tromper une parade latérale. La position du bras armé allongé augmente la durée d'exécution du coupé et rend le trompement difficile en particulier sur les parades exécutées pointe trop haute. Les attaques composées s'imposent dans le jeu d'un tireur dominé en vitesse pure, lorsque son offensive simple est tenue en échec. Toutefois il ne doit pas multiplier les feintes et s'exposer aux contre-attaques, ou aux attaques sur la préparation. Bien souvent une seule feinte possédant toutes les qualités techniques et exécutée avec à-propos suffit à provoquer le mouvement défensif désiré. Les réflexes défensifs de l'adversaire peuvent être exploités. Certains sont particuliers, surtout en ce qui concerne l'exécution technique; d'autres sont communs à bon nombre de tireurs. D'une manière générale après une parade circulaire l'adversaire exécute une parade directe, ou inversement après

une parade latérale une parade circulaire. Cette façon de faire est courante chez les tireurs gauchers qui exécutent souvent avec « brio » quarte et contre de quarte. Entre tireurs de même main, toutes les feintes sont efficaces ; cependant entre tireurs de main contraire, celles provoquant la parade de quarte sont à recommander. Le gaucher emploie cette parade par réflexe, elle offre la possibilité de porter des attaques composées se terminant dans les lignes de dessus et de dehors, lignes qu'il défend difficilement.

## V — DEFAUTS A EVITER :

1) *Feinte insuffisamment prononcée* : provient d'une erreur de distance ou de l'allongement incomplet du bras armé ; la feinte ne provoque pas la parade.

2) *Main en supination incomplète* : ne permet pas de tromper avec la seule action des doigts, donc avec la vitesse et la précision indispensables.

3) *Pointe en dehors de la surface valable* : ne justifie pas une parade adverse, provient d'une mauvaise position de la main et du bras armé.

4) *Accélération insuffisante dans le trompement* : provient d'un manque d'équilibre et de coordination qui ne permettent pas un bon changement de rythme. L'attaque est facilement écartée par la seconde parade.

5) *Action tardive des jambes* : l'adversaire a toute facilité de parer la finale de l'attaque, le trompement de la parade ayant eu lieu avant la fente.

6) *Action prématurée des jambes* : gêne l'action du bras armé dans le trompement, la feinte n'attire pas la parade et l'attaque tombe souvent dans une ligne fermée.

7) *Allongement du bras à petite distance (en riposte)* :

a) Rend extrêmement difficile le trompement et l'interdit parfois suivant la ligne où doit se diriger la pointe.

b) Empêche la pointe de passer dans la ligne voulue, car elle ren contre la coquille ou le bras adverse.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Certaines abréviations sont employées pour donner un nom aux attaques composées. Les plus courantes sont déterminées de la façon suivante :

1) Quand l'attaque est composée d'une feinte de dégagement pour tromper une parade directe, elle est appelée *une-deux*.

2) Quand l'attaque est composée de deux feintes pour tromper deux parades directes, elles est appelée *un-deux-trois*.

3) Quand l'attaque est composée d'une feinte de dégagement pour tromper une parade circulaire, elle est appelée *doublement*.

4) Quand l'attaque est composée d'une feinte de coup droit ou de

coupé d'une feinte de dégagement de ligne haute à ligne basse ou inversement, elle prend le nom des mouvements et des lignes correspondants.

5) Pour simplifier la nomenclature, le mouvement qui consiste à tromper un contre est appelé *contre-dégagement*.

L'exécution technique de la feinte d'attaque doit respecter les mêmes principes que ceux donnés pour les attaques simples. L'offensive à moyenne ou grande distance permet l'allongement complet du bras armé. A petite distance, c'est-à-dire en riposte ou contre-riposte, la défensive adverse plus rapprochée impose une exécution particulière aux actions composées. Pour être efficace, il faut :

1) Parer l'attaque avec *une parade provoquant la réaction adverse voulue*.

2) Placer la feinte *bras raccourci* dans la ligne ainsi ouverte par une *action rapide des doigts* sans déplacement de la main.

3) *Tromper* la parade adverse en *allongeant le bras*.

Lorsque la riposte composée est exécutée sur la reprise de garde elle se fait souvent au pied levé sur un adversaire qui se relève immédiatement après l'échec de son attaque. Dans ce cas la feinte est fonction de la vitesse de la réaction adverse et d'une manière générale de ses parades de prédilection.

Le fleuret électrique a donné beaucoup d'importance aux attaques composées se terminant en ligne basse. Si au fleuret ordinaire, elles bénéficiaient des mêmes avantages tactiques, le jugement humain ne permettait pas toujours de reconnaître avec certitude la validité des actions souvent cachées et placées à la limite de la surface non valable. La signalisation électrique résoud le problème de la validité des touches en ligne basse, mais dans une certaine mesure les impose. En effet, le poids de l'arme électrique, l'inertie de la pointe ne favorisent pas les trompements et en diminuent la rapidité. Ceci explique la faveur accordée aux trompements en ligne basse lesquels comportent un temps de moins dans leur exécution.

## VII — DEFENSIVE APPROPRIÉE AUX ATTAQUES COMPOSÉES :

La technique relative à la défensive en général a été traitée dans un chapitre précédent. Les défensives traitées dans ce chapitre sont d'ordre tactique et se classent en deux catégories distinctes :

### A) Défensive de parti-pris — (parades composées)

Employée lorsque le tireur adverse a l'initiative elle ne trouve sa valeur que dans la technique, le mécanisme et la vitesse. Elle consiste à rattraper le fer *en finale* dans la ligne où se termine l'attaque et de préférence en se mettant hors de distance.

### B) Défensive préconçue

La défensive préconçue tire de la *valeur du jugement* toute son efficacité, elle offre les possibilités suivantes :

1) Prendre une *parade finale* dans la ligne où se termine l'attaque

après avoir esquissé la ou les parades que l'adversaire veut provoquer.

2) Exécuter un *temps d'interception* en demi-fente dans la ligne où doit passer l'attaque composée au dernier trompement.

3) Exécuter un *temps d'opposition* en demi-fente dans la ligne où se termine l'attaque.

4) Prendre un *temps d'escrime* avant la finale de l'attaque de préférence en demi-fente.

5) Exécuter un *arrêt* si l'attaque composée est exécutée en marche et fente, de préférence en ligne basse et en demi-fente.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Au début l'exécution des attaques composées exige une progression dans l'étude des différents mouvements du bras armé et des jambes. Avant de rechercher la vitesse et la coordination le Maître doit d'abord exiger que :

1) La feinte soit faite sans déplacement inutile de la pointe et de la main, la main en complète supination, le bras totalement allongé, l'élève plaçant sa pointe en fonction de la parade à tromper.

2) Le trompement soit exécuté par l'action des doigts sans déplacement du bras, la pointe venant se placer en fonction de la cible à atteindre ou d'une nouvelle parade à tromper.

3) La fente soit exécutée correctement.

Au fur et à mesure des progrès de l'élève le Maître doit rechercher la coordination des mouvements du bras armé et des jambes jusqu'à obtenir la progression parfaite de l'attaque. Il ne pourra y parvenir que s'il :

1) Se couvre *sans brusquerie* pour faire exécuter la feinte.

2) Prend sa parade à la finale de l'extension complète du bras armé de l'élève.

3) Donne à sa parade la vitesse correspondante à la vitesse d'exécution de l'élève (trompement), en cherchant toutefois à l'augmenter pour l'attirer.

Le Maître arrive ainsi progressivement à faire tromper son élève à l'instant où son pied avant quitte le sol.

Lorsque le Maître entraîne un tireur confirmé possédant une excellente technique, il doit donner le plus de vraisemblance possible à sa défensive et amener son élève à tromper pendant, sinon à la finale de la fente. Les principes pédagogiques énumérés plus haut sont les mêmes. Seuls varient la vitesse et le moment d'exécution des mouvements devant l'influencer : la vitesse de la feinte, du trompement, de la fente.

Le Maître doit cependant veiller à ce que l'élève ne lève pas exagérément le pied avant pendant la fente, afin de retarder le contact au sol, pour augmenter le temps de suspension et faciliter ainsi le trompement. Ce défaut se rencontre parfois, il est préférable de travailler la vitesse de main.

Les actions composées sont exécutées à des distances variables, le Maître doit tenir compte des difficultés et les enseigner progressivement soit :

1) A moyenne distance où la coordination est sensiblement la même que pour les attaques simples.

2) A grande distance où le trompement est facilité mais la coordination des mouvements du bras armé et des déplacements plus difficile surtout dans la recherche du changement de rythme.

3) A petite distance où les difficultés de trompement sont augmentées par les mouvements défensifs très rapprochés et les obstacles que représentent la main, l'avant-bras et l'arme du Maître.

Dans l'exécution de toutes les attaques composées, le Maître doit veiller à ce que l'élève trompe la ou les parades, avec un minimum de déplacement de la pointe et cherche à atteindre la cible par le chemin le plus court.

Si à l'assaut il n'y a pas intérêt à multiplier les feintes, à la leçon le Maître doit cependant faire exécuter des attaques composées demandant deux, trois ou quatre trompements de parades différentes. Ceci afin de développer chez son élève, le doigté, le coup d'œil, la finesse et l'habituer à conserver le bras complètement allongé. Ces exercices peuvent être combinés avec un ou plusieurs déplacements avant de l'élève ou du Maître. Lorsque l'exécution est parfaite, le Maître cherche à développer l'à-propos et le coup d'œil ; il choisit de préférence au début des exercices simples et combinés avec la marche, ce qui facilite le trompement puis il donne à ses parades, la vitesse et l'ampleur correspondantes à la vitesse d'exécution de l'élève.

*Exemple :*

a) Feinte de dégagement dedans en marchant, trompez la parade de quarte ou le contre de sixte-dessus.

b) Feinte du coup droit dessus en marchant, trompez la parade de quarte dessous ou le contre de sixte dessus.

## CHAPITRE XV

# LES PARADES COMPOSÉES

### I — DEFINITIONS :

A) La parade est composée lorsqu'elle comporte deux ou plusieurs parades successives.

B) La feinte de parade est le simulacre d'une parade destinée à provoquer une attaque composée pour en tirer parti.

### II — CLASSIFICATION :

La classification des parades composées est déterminée par l'exécution de la deuxième ou de la dernière parade :

- Parades doubles
- Parades mixtes
- Parades combinées.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quelles que soient les combinaisons de parades successives employées, chacune d'elles doit pendant son exécution respecter les principes techniques, définis précédemment dans le chapitre des parades simples.

Ne sont développés dans ce paragraphe que ceux ayant particulièrement trait aux parades composées.

#### A) Principes techniques de base :

1) Coordonner la deuxième ou les parades suivantes avec la retraite pour faciliter le rattrapage de l'attaque.



2) Faire suivre toute parade latérale d'une parade circulaire afin de contrarier le trompement.

3) Faire suivre toute parade circulaire d'une parade latérale qui, seule, permet de contrarier la progression de l'attaque.

4) Faire suivre, pour d'identiques raisons, les parades diagonales de parades circulaires et les parades demi-circulaires de parades latérales.

5) Respecter, dans l'exécution des parades dont se compose l'action défensive, les principes techniques définis dans le paragraphe correspondant des parades simples.

#### B) Description des parades composées :

1) *Parade double* : se compose de deux parades identiques prises dans un même sens ou non : latérales, circulaires, demi-circulaires, etc.

##### Exemples :

De la position de sixte, parer : quarte + sixte.  
 » » parer : 2 contres de sixte.  
 » » parer : octave + sixte.

2) *Parade mixte* : se compose de deux différentes parades prises dans des sens variés : diagonale + latérale, circulaire + demi-circulaire, etc.

##### Exemples :

De la position d'octave, parer : quarte + contre de quarte.  
 De la position de sixte, parer : quarte + octave.  
 » » parer : contre de sixte + quarte.

3) *Parade combinée* : se compose de deux ou plusieurs parades d'exécution et de sens variés.

##### Exemples :

De la position de sixte : 2 contres de sixte — septime.  
 » » : quarte — contre de quarte — octave.  
 De la position d'octave : sixte — octave — contre d'octave.

#### C) Exécution des parades composées :

L'exécution de la deuxième parade dépend de la qualité technique de la première. Si l'action défensive en comporte plusieurs, la qualité technique finale de la dernière parade est toujours intimement liée à l'exécution des parades précédentes.

La dernière action de la parade composée s'exécute, comme cela a été défini dans le chapitre correspondant des parades simples : d'opposition, du tac ou en cédant.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Les parades composées offrent au fleurettiste deux possibilités tactiques distinctes :

- Permettre de parer l'attaque composée dans la ligne où elle se présente.
- Provoquer l'attaque composée adverse pour en tirer parti.

### A) Parade de l'attaque composée :

La parade composée permet de rattraper la lame qui s'infiltré dans la garde après avoir trompé une ou plusieurs parades.

Elle reste le seul moyen défensif que peut en réflexe tenter l'attaqué. En aucun cas la contre-attaque, portée après une première réaction défensive, ne peut gagner un temps d'escrime avant que l'attaque composée n'atteigne son but.

#### La deuxième parade

1) *Varié la parade* : pour que le trompement éventuel de la deuxième parade s'effectue dans un sens différent, ce qui accentue la difficulté et évite le « trompement réflexe » en finale du développement.

2) *Choix de la parade* : il présente une importance fondamentale et permet de limiter la progression de l'attaque. En général, la deuxième parade doit écarter le plus directement possible la pointe de la cible. Pour cette raison il est recommandé d'utiliser en finale de l'action défensive les parades latérales ou diagonales.

3) *Renforcer la défensive* en coordonnant la deuxième parade avec une petite retraite, sans omettre de riposter à l'aide d'un déplacement avant. Lorsque la deuxième ou la dernière parade est prise circulairement ou demi-circulairement, la retraite devient indispensable pour compenser l'inévitable progression de l'attaque adverse dont la pointe n'est écartée de la cible qu'en finale de la parade.

### B) Emploi de la parade en 2<sup>e</sup> intention :

Le fleurettiste aguerri utilise la feinte de parade comme efficace procédé tactique. Dans cette intention il se laisse volontairement « emballer la main », tout en maintenant sa distance, par les feintes adverses. La difficulté de cette tactique réside dans l'attitude naturelle que doit conserver le pareur dans ses réactions défensives afin qu'elles n'aient point l'air d'un piège grossier.

Plusieurs possibilités s'offrent pour contrarier l'offensive adverse ainsi provoquée :

1) Attaquer sur la préparation adverse (feinte) et de préférence par attaque au fer si cette préparation s'effectue en marchant.

2) Contre-attaquer en 1/2 fente au moment où l'adversaire est en déséquilibre, c'est-à-dire pendant le court instant qui précède le dernier trompement, en exécutant : soit un arrêt, soit un temps d'interception ; cette dernière action s'avère plus difficile à réaliser.

3) Changer la parade que l'adversaire escomptait voir prendre, ce qui interdit le trompement, puis riposter dès le moindre contact du fer adverse.

### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés dans le chapitre correspondant des parades simples restent valables. Seuls, sont traités les défauts relatifs à la succession de deux ou plusieurs parades :

1) *Première parade sortant exagérément de la ligne* : provient d'une

insuffisance de travail au plastron ; la main n'est pas réglée et est entraînée hors de la ligne à l'instant du trompement.

2) *Retard de la lame dans la parade finale* : défaut consécutif au précédent. La lame du pareur a trop de distance à parcourir pour rattraper le fer adverse. L'attaque composée ou le trompement de la dernière parade sont par trop facilités.

3) *Blocage inexistant de la 1<sup>re</sup> parade* : provient de l'absence du point d'appui qu'escomptait trouver le pareur, trompé au dernier moment. Il provoque une ampleur exagérée dans la suite de la défensive.

4) *Mauvais choix de la parade finale* : provient d'un mécanisme incontrôlé qui facilite la progression de l'attaque.

5) *Réflexes défensifs invariables* : proviennent d'une insuffisance de travail. Ils sont rapidement découverts et mis à profit par l'adversaire pour porter en toute sécurité des attaques composées de deux feintes.

6) *Jeu de jambes insuffisant* : provient de la négligence de la partie physique de l'entraînement, nuit à la coordination de la retraite et de la défensive et rend exagérément difficile la parade finale de l'attaque composée.

## VI — CONSIDERATIONS GÉNÉRALES :

Le blocage de la première ou de chaque parade précédant la parade finale est particulièrement important. La rapidité d'exécution de la parade suivante en dépend.

L'absence de contact du fer adverse qui découle de la parade trompée entraîne généralement hors de la ligne la main et la lame du pareur. Le déplacement suivant demande une ampleur exagérée que l'adversaire met à profit, soit pour toucher avant que la deuxième parade ne ferme la nouvelle ligne, soit pour tromper avec toute facilité et conserver ainsi une nette avance sur la troisième parade.

Les fleuretistes gauchers ont souvent en réflexe les deux parades successives de quarte + contre de quarte lorsque leur première et favorite parade est trompée. Il est parfois même très difficile de distinguer dans cette défensive composée l'exécution de deux parades. La parade de quarte n'est prise qu'avec un léger déplacement de la main, par contre la lame est entraînée exagérément à l'extérieur et vers le bas entamant déjà le contre de quarte. L'impression visuelle dominante est celle d'un contre de quarte pris dans la position de sixte.

Cette réaction défensive les rend vulnérables aux attaques composées se terminant dessus ou dessous en trompant le contre de quarte. Il faut à ces escrimeurs un excellent contrôle de la parade de quarte pour qu'ils puissent la faire suivre de sixte lorsqu'elle est trompée. L'écart exagéré de la pointe vers l'extérieur rend impossible l'exécution naturelle d'une seconde parade latérale.

Un long travail est également nécessaire pour coordonner la retraite avec la deuxième parade, la réaction naturelle d'un escrimeur étant d'entamer le déplacement arrière dès le départ de l'attaque en marchant adverse.

*Retraite exécutée trop tôt* — Si la retraite est coordonnée avec la première parade, elle s'effectue donc sur la feinte adverse. L'attaquant n'a pas encore entamé sa fente, il est donc en équilibre suffisant : soit pour exécuter une deuxième marche, soit pour tromper en flèche, ce qui annule l'effet de la retraite.

*Retraite coordonnée avec la deuxième parade* : Elle se exécute sur la finale de l'attaque composée à l'instant où l'adversaire reprend contact avec le sol dans la fente et ne peut plus modifier la longueur de son attaque. Elle donne au pareur la sécurité nécessaire ; son ampleur calculée permet bien souvent de riposter à l'aide d'une simple avancée du pied avant.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les parades composées sont employées couramment à l'assaut, car peu d'escrimeurs présentent les qualités nécessaires leur permettant de remporter un assaut par la seule utilisation d'attaques simples. La défensive conseillée pour mettre en échec ces attaques composées, sans prêter à erreur d'interprétation dans le jugement, consiste en l'emploi raisonné des parades composées.

Sans négliger les conseils pédagogiques traités dans le chapitre des parades simples, l'attention et les efforts constants du Maître porteront sur le blocage de la première ou de toutes les parades précédant la finale de l'action défensive.

De ce blocage dépendent la qualité et l'efficacité de la parade composée. A cet effet, le Maître doit :

1) *Au début de l'initiation* : laisser un léger contact dans la première parade. Ce point d'appui évite à l'élève d'être entraîné hors de la ligne.

2) *A un stade technique plus avancé* : tromper la parade tout en corrigeant constamment les écarts de la lame de l'élève et en exigeant qu'il n'entame la parade finale qu'après le départ du pied avant. Le Maître change le rythme de son attaque soit en liant la feinte au trompement et à la fente, soit en marquant un temps d'arrêt entre le trompement et la fente. Cette façon de procéder permet d'effectuer les corrections qui s'imposent.

3) *A la leçon d'entraînement*, le Maître doit de temps à autre transformer l'exercice de parades composées en exercices réflexes de parades simples ou composées. A cet effet, il attaque simple et trompe de temps à autre la parade demandée ; l'élève doit protéger la nouvelle ligne menacée à l'aide d'une autre parade. Suivant la force de l'élève il peut encore tromper sans prévenir la deuxième parade et en exiger une troisième. Chaque parade doit être suivie d'une riposte immédiate dès le moindre contact des lames.

Le Maître demande encore à l'élève de varier les parades successives qu'il trompe et veille à ce que leur succession reste logique et efficace.

Il ne néglige pas les parades composées se terminant en ligne basse, malgré qu'elles soient moins naturelles. La fréquence des attaques composées se terminant en ligne basse en justifie la répétition.

## CHAPITRE XVI

# LES ATTAQUES AU FER - LE COULÉ

### I — DEFINITION :

Les attaques au fer sont des actions plus ou moins prononcées exécutées sur le fer adverse et ayant pour but de préparer et faciliter l'offensive par les réactions qu'elles provoquent.

### II — CLASSIFICATION :

Les attaques au fer sont au nombre de trois :

- 1) La pression
- 2) Le battement
- 3) Le froissement.

## LA PRESSION

### i — DEFINITION :

La pression est une *poussée* plus ou moins prononcée, exécutée sur le fer adverse à l'aide de la lame après un engagement préalable.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

La pression peut s'exécuter en partant de tous les engagements cor-

respondants aux différentes positions d'escrime. Cependant son utilité pratique limite cette étude à la pression exécutée la main en supination.

La pression est exécutée par une contraction des doigts sur la poignée et une légère action du poignet dans le même sens. Le déplacement de la lame ainsi obtenu transmet au point de contact des lames, une poussée d'une intensité voulue sur le fer adverse.

Dans les positions de sixte et d'octave, l'action des doigts et du poignet est renforcée par une contraction de l'avant-bras, justifiée par la position de la lame qui se trouve dans le même plan que le bras.

L'exécution technique parfaite est naturellement liée à celle de l'engagement qui précède invariablement la pression. Elle exige donc :

- 1) Une *perpendicularité* suffisante des lames.
- 2) Un point de contact situé environ à la fin du 2<sup>e</sup> 1/3 de la lame sur la même partie du fer adverse ou une partie sensiblement plus faible.
- 3) Que les lames soient en contact *par les arêtes*
- 4) Que la poussée soit *latérale* sans allongement du bras pendant l'exécution.
- 5) Que l'action soit *nette et bloquée* quelle que soit l'intensité donnée.

### III — ETUDE TACTIQUE :

La pression peut et doit s'exécuter suivant les nécessités tactiques de l'assaut en partant des différentes positions d'escrime quelle que soit celle de l'adversaire. Puisqu'elle est invariablement précédée d'un contact des fers, elle s'exécute dans les cas suivants :

- 1) Lorsque les lames sont en contact permanent, c'est-à-dire sur un adversaire qui laisse volontairement le fer.
- 2) Immédiatement après un engagement, un changement d'engagement, un double-engagement, etc.
- 3) Dès l'engagement, le changement, etc. de l'adversaire.
- 4) Exécutée après une pression adverse, elle prend le nom de « contre-pression ».

Le but général de toute attaque au fer consiste à faciliter l'attaque. Suivant l'intensité qui lui est donnée, la pression a trois buts particuliers qui sont dans l'ordre d'emploi pratique :

#### A) Faire réagir :

La pression est nette, vive, et doit lâcher brusquement le fer adverse et provoquer une réaction dans la ligne où elle a lieu afin de développer l'attaque dans une autre.

L'attaque doit donc être indirecte et exécutée pendant la réaction qui bien souvent entraîne la main du tireur hors de la ligne et retarde la parade. Ce genre de pression peut également être suivi d'attaques composées sans toutefois multiplier les feintes.

**B) Fixer la main :**

La pression est négligente, elle pousse le fer adverse sans brusquerie, son intensité est légère pour ne pas provoquer de réaction. Elle peut être répétée plusieurs fois afin de mieux laisser l'adversaire dans le doute de l'action qui va suivre, généralement une attaque directe ou un dégagement de ligne haute en ligne basse ou inversement.

**C) Ouvrir la ligne :**

La pression est ferme et progressive, assez accentuée, mais exécutée sans brusquerie en maintenant le fer adverse de façon à ouvrir la ligne sans provoquer de couverture immédiate ou de changement d'engagement. Elle est suivie d'attaques directes en mettant immédiatement à profit l'absence momentanée de réactions.

**D) Provoquer un changement d'engagement :**

Dans ce cas particulier, la pression est un véritable prolongement de l'engagement et lui est, en pratique, intimement liée. Elle s'exécute en ligne haute presque exclusivement. Cette pression autoritaire et puissante tout en étant progressive, s'exerce sur le fer adverse de telle sorte qu'elle l'entraîne vers l'extérieur et vers le bas, afin de provoquer un changement d'engagement et d'en tirer parti en le trompant.

## LE BATTEMENT

**I — DEFINITION :**

Le battement est un choc plus ou moins violent exécuté avec la lame sur le fer adverse.

**II — ETUDE TECHNIQUE :**

Le battement peut s'exécuter dans toutes les positions d'escrime toutefois son utilité pratique limite son exécution aux positions main en supination.

Le battement est exécuté par une brusque contraction des doigts sur la poignée accentuée, dans le même sens, par un mouvement du poignet pour frapper le fer adverse. Le déplacement de l'avant-bras, qui le précède, est fonction de la position occupée et de la ligne dans laquelle il se fait. L'intensité du choc au point de rencontre des lames dépend de la vitesse et de la puissance employées.

L'exécution des battements est influencée par les muscles sollicités. Ainsi les battements de quarte et septime sont plus naturels que ceux de sixte et octave, donc plus faciles à exécuter. Néanmoins les battements, contrairement à la pression, n'imposent par un engagement préalable, ce qui facilite leur emploi.

Aux conditions techniques d'exécution de la pression s'ajoutent les suivantes :

- 1) *Une prédominance au déplacement de la lame* dans la recherche du contact du fer adverse.
- 2) *Une très légère rotation* du poignet dans le sens du battement.
- 3) *Un déplacement minimum de la main* lorsque celui-ci est rendu nécessaire par la position de la lame adverse.
- 4) *Un blocage* du déplacement de la lame et de la main afin d'éviter d'être entraîné hors de la ligne, tout en gardant la pointe menaçante.

### III — ETUDE TACTIQUE :

Le battement doit s'exécuter en partant de toutes les positions d'es-crime quelle que soit celle de l'adversaire. Les déplacements de la lame et de la main peuvent être latéraux, diagonaux, semi-circulaires ou circulaires.

Bien exécutés, les battements sont difficiles à dérober. Toutefois ceux, exécutés en partant d'un engagement préalable, peuvent l'être plus facilement en raison de l'absence de fer qui les précède et qui dans une certaine mesure peut être exploitée par l'adversaire. La préparation du battement ou le battement lui-même peuvent être volontairement mal exécutés afin de provoquer l'offensive adverse ; ce qui offre l'occasion de très belles parades et ripostes de seconde intention.

Le battement, comme la pression, permet d'obtenir chez l'adversaire des réactions diverses. Suivant l'intensité qui lui est donnée, ces réactions sont dans l'ordre d'emploi courant :

1) *Ouvrir la ligne* : Dans ce cas, le battement est violent, puissant, il écarte le fer adverse et l'entraîne hors de la ligne visée. Il est toujours suivi d'attaques directes pour profiter de l'éloignement momentané du fer et de l'ébranlement de la main adverse. L'attaque peut être portée de ligne haute en ligne basse ou inversement sans être contrariée par la réaction adverse.

2) *Faire réagir* : Le battement sec, net, léger, provoque le déplacement de la main et de la lame dans la ligne où il a lieu. Il permet les attaques indirectes et composées d'une feinte, il contrarie la défensive, mais n'empêche pas la contre-offensive qu'il favorise parfois (contre-attaque dans le battement). Exécuté avec trop de violence, il entraîne la main adverse dans une défensive désordonnée qu'il est difficile de tromper.

3) *Fixer la main* : Le battement est très léger, sec mais sans aucune violence. Il peut être doublé, triplé. Il doit immobiliser la main de l'adversaire en lui laissant volontairement la maîtrise de ses réflexes ce qui ne manque pas de le laisser dans l'incertitude d'une bonne défensive. Le battement est suivi d'attaque directe ou d'attaque de ligne haute à ligne basse ou inversement.

## LE FROISSEMENT

### I — DEFINITION :

Le froissement est une action tenant à la fois du battement et de



la pression, exécuté avec la lame sur toute la longueur du fer adverse.

## II— ETUDE TECHNIQUE :

Le froissement s'exécute surtout dans les lignes hautes de sixte et de quarte, soit d'une position en absence de fer, soit d'un engagement.

Le froissement est une friction brusque, et prolongée qui commence au début du 3<sup>e</sup> 1/3 de la lame adverse, s'exécute par une action des doigts, du poignet, de l'avant-bras et du bras pour gagner progressivement et rapidement tous les degrés du fer adverse. La rotation du poignet et de l'avant-bras, l'allongement rapide du bras donnent une grande puissance au froissement et permettent d'écarter le fer adverse.

L'exécution du froissement demande presque toujours un grand déplacement de la main et de la pointe, afin de pouvoir développer l'attaque consécutive sans temps d'arrêt important.

Il est indispensable :

- 1) De bloquer le mouvement et d'allonger le bras.
- 2) De maintenir, ou de ramener immédiatement la pointe dans la direction de la cible visée.

## III — ETUDE TACTIQUE :

Le froissement n'offre que peu d'intérêt du point de vue tactique. Mises à part les difficultés techniques d'exécution, son emploi est peu fréquent par suite des positions adoptées au fleuret électrique. La position, pointe plus basse ou à hauteur de la main, ne permet pas de saisir et d'agir sur le fer adverse dans de bonnes conditions tout en limitant les déplacements de la main et surtout de la pointe.

Le froissement ne peut être suivi que d'une attaque directe. L'allongement du bras, le blocage du mouvement rendent difficile un changement de ligne quelconque. De plus à l'arme électrique, le retard pris par la pointe interdit tout trompement éventuel.

L'intérêt tactique du froissement est très diminué par les inconvénients que son emploi présente :

- 1) La mobilité du fer adverse, ses positions, la distance, ne permettent pas de la saisir et d'agir même soudainement sans risquer de tomber dans le vide ou de ne pouvoir le maîtriser complètement.
- 2) Au fleuret électrique, l'inertie de la tête de pointe augmente considérablement l'ampleur du froissement et naturellement ne donne qu'une précision toute relative à l'attaque directe portée consécutivement.
- 3) La position de la main en finale ne permet pas d'obtenir une bonne précision.

# GÉNÉRALITÉS SUR LES ATTAQUES AU FER

## I — ETUDE TECHNIQUE :

L'exécution et l'emploi des attaques au fer sont influencés *par la dis-*

*tance* qui sépare deux tireurs ; il est donc indispensable d'en coordonner l'exécution avec les déplacements.

**A) Petite distance ou distance de riposte :**

C'est une distance d'étude, le bras armé reste dans sa position ou ne se déplace que latéralement. La pression ou le battement suivis de l'allongement du bras servent d'exercices de doigté.

**B) Moyenne distance ou distance de développement :**

a) *La pression* : Quel que soit l'engagement elle nécessite une position permettant de joindre le fer adverse comme il a été prescrit. L'allongement complet du bras n'a lieu qu'après l'exécution de la pression, avant le départ de la fente.

b) *Le battement* : Quelle que soit la position de départ adoptée, le mouvement exécuté pour joindre le fer adverse et obtenir un allongement complet du bras armé, sans temps d'arrêt, situe le battement au moment du contact des fers et doit correspondre au départ du pied avant.

**C) Grande distance ou distance de marche et fente (flèche) :**

a) *La pression* : L'engagement doit être combiné avec la marche et doit permettre de joindre le fer adverse en déplaçant simultanément le pied avant. La pression s'exécute au moment de la pose du pied arrière lorsque celui-ci revient à sa distance du pied avant. Dans l'offensive en flèche, l'engagement demande un allongement plus important du bras armé pour joindre le fer adverse dans les meilleures conditions.

b) *Le battement* : Le battement s'exécute simultanément avec la pose au sol du pied arrière, lorsque celui-ci revient se placer à sa distance du pied avant. Exécuté avec le bond, il doit être simultané avec la pose au sol des deux pieds. Suivant le mode d'offensive, marche et fente ou flèche, le bras armé s'allonge de façon variable, suivant la distance, pour joindre le fer adverse dans les meilleures conditions.

**D) Attaques au fer précédant l'attaque composée :**

Lorsque l'attaque au fer, battement ou pression, précède une attaque composée, elle se fait de telle sorte qu'elle permet de profiter de la réaction adverse sans gêner le trompement de la ou des parades, pendant la fente. L'attaque au fer s'exécute donc, soit pendant le déplacement des deux pieds, soit sur le pied avant, suivant que l'attaque composée comporte une ou plusieurs feintes.

**II — ETUDE TACTIQUE :**

Les attaques au fer, d'une manière générale, doivent être utilisées en 2<sup>e</sup> intention. Ce procédé consiste à faire suivre immédiatement l'attaque au fer d'une feinte dans une ligne donnée, puis de recommencer la même action en développant l'attaque dans une autre ligne. Les attaques au fer produisent souvent des réflexes défensifs qu'il est facile d'exploiter. Toutefois lorsqu'elles sont exécutées avec la marche, il y a lieu de les combiner avec celle-ci, en tenant compte de l'exécution technique donnée au paragraphe précédent afin de se garantir de la contre-offensive.

### III — DEFAUTS A EVITER :

Les principaux défauts qui se rencontrent dans l'exécution des attaques au fer sont les suivants :

1) *Contact ayant lieu sur une mauvaise partie de la lame* : pris sur le fort de la lame adverse, l'attaque au fer ne provoque aucune réaction. Pris sur le faible, les lames s'infléchissent, la réaction provoquée est insuffisante.

2) *Blocage inexistant* : l'attaque au fer se prolonge inutilement au détriment de la réaction recherchée. La pointe est entraînée exagérément hors de la cible ou de la surface valable adverse.

3) *Action des doigts inexistante* : l'attaque au fer exécutée uniquement avec le poignet et l'avant-bras manque de netteté, elle est lourde et provoque de mauvaises réactions.

4) « *Armé* » ou *ampleur exagérée du battement* : l'attaque au fer est perceptible et facilite le déroberment.

5) *Manque de proportion dans l'exécution du froissement* : lorsque l'intensité donnée au froissement n'est pas proportionnelle à la résistance à vaincre, elle n'écarte pas suffisamment le fer adverse ou encore entraîne la main et la pointe hors de la ligne.

6) *Temps d'arrêt entre le froissement et l'attaque* : ne permet pas de profiter de l'effet produit et souvent enlève le bénéfice d'une touche sur le désarmement.

### IV — DEFENSIVES PARTICULIERES SUR LES ATTAQUES AU FER :

Dans ce paragraphe ne sont traitées que les défensives propres aux attaques au fer et non aux attaques qui peuvent les suivre.

Deux défensives sont à considérer :

A) *La défensive de parti-pris* qui offre les possibilités suivantes :

- a) Parer la finale de l'attaque
- b) Employer la contre-offensive.

B) *La défensive préconçue* : consiste à dérober ou contrarier l'attaque au fer pressentie.

1) *Sur une pression* :

a) Ne pas réagir ce qui ne fait perdre aucun temps à la parade et désoriente l'adversaire.

b) Dérober l'engagement, le changement, etc. qui la précède, en demi-fente, ce qui permet de gagner un temps, au cas où l'adversaire continue son attaque.

2) *Sur un battement, un froissement* :

Dérober complètement le battement ou le froissement sans le plus léger contact et toujours en demi-fente afin de prendre un temps d'escrime si l'adversaire continue son attaque.

### V — CONSIDERATIONS GENERALES :

Les attaques au fer prennent toujours le nom de la ligne où elles

s'exécutent ainsi que de la position de la main (pronation ou supination). Si les attaques au fer main en pronation n'ont été ni citées, ni développées, c'est que :

1) Elles ne diffèrent que très peu des attaques au fer correspondantes, main en supination.

2) Elles ne sont pas recommandées pour le manque de précision qui résulte de cette position de main, la flèche de la lame ne permettant pas d'obtenir une perpendicularité suffisante sur la cible.

La qualité de la main adverse doit déterminer le choix de l'attaque au fer ; il est recommandé :

1) D'exécuter des battements suivis d'attaques directes sur les tireurs ayant une main faible et un fer inconsistant.

2) D'exécuter des pressions sur les tireurs ayant une main ferme ; ils réagissent admirablement bien.

3) D'employer de préférence le battement sur les tireurs qui se tiennent la pointe bien en ligne.

Il est à remarquer que ce sont les tireurs les plus classiques et possédant un bon bagage technique qui emploient le plus souvent la pression. Elle nécessite une bonne main et une exécution parfaite. Le battement est plus employé par les tireurs qui évitent le contact des fers et se refusent aux engagements, changements, etc. ce qui ne permet pas d'employer la pression. Ils se tiennent souvent dans une position où la lame est presque horizontale.

Le froissement ne s'exécute plus guère. Il doit être exécuté de façon à écarter violemment le fer adverse sans amener le désarmement car fréquemment la touche portée est annulée à tort par beaucoup de présidents de Jury. Si les attaques au fer facilitent l'offensive, elles facilitent également dans une certaine mesure les ripostes en obligeant l'adversaire à réagir au moment de la parade ou après suivant le cas. Ainsi s'exécutent les ripostes du tac au tac qui prennent parfois la forme d'une attaque au fer. D'autre part, la parade suivie d'une pression plus ou moins accentuée exécutée (de pied ferme, en se fendant ou en flèche) empêche l'adversaire de faire une remise ou une reprise sur les ripostes indirectes ou composées.

En tenant compte des réactions naturelles de deux tireurs de main contraire, il est recommandé d'employer les attaques au fer suivantes :

1) Le battement dans la ligne dedans qui provoque une réaction en ligne de quarte. *Exemple* : battez sixte — dégagez.

2) La pression dans la ligne dessus qui provoque également une couverture immédiate dans la ligne de sixte. *Exemple* : pressez quarte — dégagez dedans ou dehors, etc.

3) Dans la ligne basse on obtient des réactions identiques en employant le battement d'octave et la pression de septime. *Exemple* : battez octave — dégagez — dessus, pressez septime — dégagez — dessus.

## VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Pour être employées efficacement à l'assaut, les attaques au fer doivent être travaillées au plastron. Elles permettent également de développer le doigté et le sentiment du fer, qualités indispensables à leur

bonne exécution. Le Maître doit donc toujours inclure dans sa leçon des exercices (à distance de riposte) précédés de battement, pression, contre-pression, changement, etc. ayant pour but d'éduquer les doigts de son élève dans les différentes positions. Il est à remarquer que les résultats obtenus dépendent de la valeur de la main du Maître. Si le Maître ne peut consacrer tout le temps désiré à ces exercices, il peut placer ses élèves par groupe de deux en ayant soin de choisir pour chaque groupe un élève confirmé, à la main bien réglée, lequel dirige les différents exercices. Si l'escrime moderne manque parfois de finesse et que cela se justifie au fleuret électrique par le poids de la lame, l'inertie de la pointe, et l'obligation de « chattertonner » la lame sur 1/3 de sa longueur, il n'en reste pas moins vrai que beaucoup de Maîtres négligent les exercices développant le doigté, la puissance de la main. Ils laissent leurs élèves employer la force que procurent les poignées spéciales au lieu de leur faire connaître les avantages de la poignée française.

Lorsque le Maître enseigne l'offensive précédée d'attaque au fer il doit suivre une progression raisonnée. Ainsi l'étude sera faite dans l'ordre suivant :

#### *Offensive précédée du battement*

- 1) Attaques simples directes.
- 2) Attaques simples indirectes.
- 3) Attaques simples directes et indirectes, combinées avec les déplacements.
- 4) Attaques composées.
- 5) Attaques composées combinées avec les déplacements.

#### *Offensive précédée de la pression*

- 1) Attaques simples indirectes.
- 2) Attaques composées.
- 3) Attaques simples indirectes, composées, combinées avec les déplacements.
- 4) Attaques simples directes d'une exécution spéciale et plus difficile.

L'offensive sur la marche peut dans les deux cas, s'enseigner en même temps. Le Maître doit tenir compte de la vitesse et de la technique de son élève pour donner à ses actions (engagements, déplacements) la vitesse et la soudaineté voulues.

Le froissement est étudié pour développer la puissance de main. Pour faciliter l'action le Maître se place, le bras armé au 3/4 ou complètement allongé, à l'élève de développer l'offensive avec l'intensité voulue sans temps d'arrêt.

Le Maître doit surveiller particulièrement la coordination de l'attaque au fer et de la phase finale de l'offensive dès que l'élève recherche une exécution rapide. Il arrive que l'offensive soit développée au détriment de l'attaque au fer, et bien souvent, le bras armé incomplètement allongé. Il est donc indispensable de faire décomposer l'action chaque fois qu'il le juge nécessaire. Pour s'assurer que l'élève exécute bien l'attaque au fer, le Maître peut, de temps à autre, la dérober et corriger les défauts de la main, de l'action des doigts, de la position du bras, du blocage et naturellement de la coordination. Dès que l'élève possède un bon mécanisme et au fur et à mesure de ses progrès, le Maître multiplie les exercices combinés d'attaques au fer et de déplacements (en ligne basse comme en ligne haute).

## LE COULÉ

Sans être une attaque au fer, le coulé est étudié dans ce chapitre pour

la place qu'il occupe dans les préparations d'attaque au même titre que les attaques au fer.

### I — DEFINITION :

« Le coulé est l'action de glisser le fer de long du fer adverse en déployant le bras pour préparer ou loger l'attaque » (C.F. 1908).

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Le coulé s'exécute en allongeant le bras armé suivant les principes techniques du coup droit, en faisant glisser le fer contre celui de l'adversaire en gardant le contact et sans mettre d'intensité.

L'allongement du bras doit être moëlleux et souple sans contraction de l'épaule, la main placée de telle sorte que la pointe vienne au-dessus et près de la coquille adverse. Le coulé se combine avec la marche, l'allongement du bras armé commence sensiblement avant le déplacement du pied avant et se termine au moment où le pied arrière reprend contact avec le sol. La pointe se loge très en avant dans la garde adverse et permet ainsi d'obtenir la réaction escomptée avec plus de certitude.

Le coulé l'exécute également dans les lignes basses suivant le même principe, la pointe pénètre dans la garde adverse, dessous la coquille, le plus en avant possible.

### III — ETUDE TACTIQUE :

Le coulé est plus employé dans les lignes hautes où il offre plus de variété dans l'offensive suivant les réactions qu'il provoque.

Le coulé doit être exécuté de préférence dans une ligne mal fermée et l'allongement du bras ne doit en aucun cas laisser deviner, par sa position, l'attaque qui va suivre.

Le coulé est invariablement précédé d'un contact des fers. Il s'exécute donc dans les cas suivants :

- 1) Lorsque les fers sont préalablement en contact, donc engagés.
- 2) Sur l'engagement, le changement d'engagement, etc. de l'adversaire.
- 3) Précédé de l'engagement, du changement, etc.

Dans ces trois cas, il ne peut être exécuté qu'en fonction de la position adverse qui tactiquement offre deux possibilités :

- 1) Une position ne fermant pas complètement la ligne.
- 2) Une position opposée à la ligne dans laquelle est exécuté le coulé, donc dans une ligne complètement découverte.

Dans les deux cas, le coulé peut avoir deux buts principaux :

A) *Ne pas provoquer de réaction* : Le coulé ne provoque pas toujours de réaction tout au moins immédiate. Dans ce cas il est suivi d'une action directe dans la ligne même où il a lieu, sans temps d'arrêt, en

fente ou en flèche. Il peut également être suivi d'une action indirecte dans la ligne basse.

B) *Faire réagir* : Le coulé peut provoquer la fermeture complète, voire même exagérée de la ligne dans laquelle il est exécuté. Il est donc suivi d'attaques indirectes soit en ligne haute soit en ligne basse. Il peut l'être également d'attaques composées, mais celles-ci s'imposent rarement, la progression très avancée de la pointe dans la garde adverse évitant la multiplication des feintes.

#### IV — DEFAUTS A EVITER :

1) *Intensité, opposition ou élévation de la main* : provoquent une fermeture immédiate de la ligne, ce qui interdit toute progression efficace.

2) *Insuffisance de progression* : l'attaque consécutive est parée facilement, car la pointe est trop éloignée de la cible.

3) *Excès de progression* : rend très difficile le trompement dans les attaques indirectes ou composées surtout lorsqu'il faut éviter de rencontrer l'avant-bras de l'adversaire.

#### V — DEFENSIVES PARTICULIERES :

Elles présentent les deux formes habituelles :

1) *De parti-pris*, lorsque l'attaque surprend ce qui exige l'emploi des parades.

2) *Préconçue*, de deux manières différentes :

a) Rompre dès le départ du coulé pour en détruire l'effet escompté par l'adversaire, soit en restant dans la même position, soit en changeant de ligne.

b) Exécuter une attaque au fer ou une prise de fer avant que l'attaque ne se développe complètement.

#### VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

La lourdeur de la pointe du fleuret électrique et l'insuffisance de technique font que le coulé s'emploie beaucoup moins qu'autrefois. Les poignées spéciales employées par bon nombre de tireurs ne leur permettent pas d'utiliser au maximum la sensibilité tactile indispensable à l'exécution du coulé. Ceci les amènent souvent à attaquer bras armé fléchi, ce qui provoque la contre-offensive. Le fait de chercher à loger la pointe le plus en avant possible justifie les trompements par dégagement. Cependant il est quelquefois utile de tromper par coupé, la position de la pointe adverse le permet parfois sans trop de déplacement et d'autre part le coupé offre l'avantage de se garantir de la contre-offensive en ligne haute. *Exemple* : coulez en ligne de quarte — coupez.

Pour deux tireurs de main contraire, le coulé est d'un emploi facile. Le coulé de quarte est très efficace et permet de développer l'attaque en ligne haute comme en ligne basse. Le trompement par coupé permet également d'atteindre la ligne du dehors difficile à protéger.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'étude du coulé nécessite déjà de la part de l'élève un bon sentiment du fer et du doigté pour donner toute la finesse et la vitesse indispensables à l'action finale. Le Maître doit exiger un allongement *complet et souple* du bras armé et, dans les actions exécutées sur sa réaction, *ne pas réagir trop tôt*, ce qui amènerait l'élève à se développer bras raccourci. La position de certains tireurs qui se tiennent souvent en ligne basse ou pointe à hauteur de la main, justifie l'étude du coulé dans cette ligne ainsi que les différentes attaques indirectes et composées qu'il permet de développer avec succès.

Le Maître doit attacher une grande importance à la coordination du bras armé et des jambes, et à l'équilibre de son élève pendant la marche.



## CHAPITRE XVII

# LES PRISES DE FER

### I — DEFINITION :

La prise de fer est une action sur le fer adverse ayant pour objet de s'en emparer pour le maîtriser.

### II — CLASSIFICATION :

Les prises de fer sont au nombre de quatre :

- 1) L'opposition,
- 2) Le croisé,
- 3) Le liement,
- 4) L'enveloppement.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description :

##### 1) *L'opposition* :

Prend le fer adverse *dans une ligne*, le maîtrise en l'écartant, tout en le laissant *dans la même ligne* jusqu'à la finale de l'action.

##### 2) *Le croisé* :

Prend le fer adverse dans *une ligne haute*, le ramène *dans la ligne basse correspondante* (ou inversement) en le maîtrisant et en l'écartant en finale de l'action.

##### 3) *Le liement* :

Prend le fer dans *une ligne haute*, le ramène dans *une ligne basse opposée* (ou inversement) en le maîtrisant et en l'écartant en finale de l'action.

##### 4) *L'enveloppement* :

Prend le fer dans *une ligne*, le ramène dans la même ligne par un

mouvement circulaire de la main et de la pointe en le maîtrisant et en l'écartant en finale de l'action.

Ces quatre prises de fer peuvent s'exécuter dans toutes les lignes.

### B) Conditions générales d'exécution :

Quelle que soit la prise de fer, certaines conditions générales d'exécution doivent être respectées pour que l'exécution technique soit parfaite.

1) Exécuter la prise de fer sur un bras qui s'allonge, est complètement allongé, ou encore sur un bras au 3/4 allongé.

2) Exécuter la prise de fer sur une lame horizontale ou sensiblement horizontale (lorsque la pointe est quelques centimètres plus haute au plus basse que la main).

3) Saisir le fer sans brusquerie avec la coquille et le fort de la lame en allongeant le bras de telle sorte que la pointe de la lame adverse dépasse la coquille d'une dizaine de centimètres environ.

4) Prendre le dessus des armes par l'élévation ou l'abaissement de la main, sans intensité.

5) Conserver avec la coquille le contact de la lame adverse pendant toute la durée d'exécution de la prise de fer.

6) Progresser le long du fer adverse en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

7) Replacer la pointe de l'arme en direction de la cible visée en finale de la prise de fer, le bras étant complètement allongé à l'instant de l'exécution de la fente ou de la flèche.

8) Ouvrir la ligne en finale de la fente ou de la flèche avec l'intensité nécessaire.

### C) Exécution des prises de fer :

#### 1) L'opposition :

S'exécute dans toutes les lignes mais plus particulièrement dans celles rejetant le fer adverse à l'extérieur du corps.



FIG. 25 : L'opposition de sixte

L'opposition consiste à s'emparer du fer adverse sur son extrémité puis allonger le bras en gagnant progressivement tous les degrés de ce fer. Se fendre (ou flécher) et combiner en finale de l'action les mouvements d'élévation et d'opposition de la main en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

Lorsque cette prise de fer s'exécute dans les lignes de quarte et septime le degré d'oppo-

sition est plus important afin d'obtenir une bonne couverture, la lame et le bras formant une ligne brisée en finale de l'attaque.

## 2) *Le croisé :*

Peut s'exécuter également dans toutes les lignes mais il ne se pratique que de quarte en septime et principalement en riposte (Sixte — octave à main contraire).



FIG. 26 : *Le croisé de quarte*

de fer se termine dans la ligne de quarte et plus encore dans la ligne de sixte, le degré d'opposition et d'abaissement de la main doit être accentué. L'exécution du croisé de quarte est facilitée par la rotation de la main, la position en pronation en finale de l'action permet de maîtriser plus facilement le fer adverse et de rencontrer la cible avec plus de perpendicularité.



FIG. 27 : *Le liement de quarte en octave*

en finale de l'action les mouvements d'opposition, d'élévation ou d'abaissement de la main en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

## 4) *L'enveloppement :*

L'enveloppement peut s'exécuter dans toutes les lignes, mais comme l'opposition, est limité aux lignes qui permettent de rejeter le fer adverse à l'extérieur du corps.

L'enveloppement consiste à s'emparer du fer adverse sur son extrémité puis allonger le bras pour gagner progressivement tous les degrés de ce fer en faisant décrire à la pointe une circonférence entière dans la même ligne. Se fendre (ou flécher) et combiner en finale de l'action les mouvements d'opposition, d'élévation ou d'abaissement de la main en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

Le croisé consiste à s'emparer du fer adverse sur son extrémité, puis allonger le bras pour gagner progressivement tous les degrés de ce fer en le ramenant dans la ligne basse ou haute correspondante. Se fendre (ou flécher) et combiner en finale de l'action les mouvements d'opposition et d'abaissement de la main en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

Lorsque cette prise

de fer se termine dans la ligne de quarte et plus encore dans la ligne de sixte, le degré d'opposition et d'abaissement de la main doit être accentué. L'exécution du croisé de quarte est facilitée par la rotation de la main, la position en pronation en finale de l'action permet de maîtriser plus facilement le fer adverse et de rencontrer la cible avec plus de perpendicularité.

## 3) *Le liement :*

Comme l'opposition, le liement s'exécute dans toutes les lignes mais son efficacité dépend également de la ligne où il se termine.

Le liement consiste à s'emparer du fer adverse sur son extrémité puis allonger le bras pour gagner progressivement tous les degrés de ce fer en l'emmenant de la ligne haute à la ligne basse opposée ou inversement. Se fendre (ou flécher) et combiner

en finale de l'action les mouvements d'opposition, d'élévation ou d'abaissement de la main en proportionnant l'effort à la résistance à vaincre.

Lorsque la prise de fer se termine en quarte ou en septime, la lame et le bras forment une ligne brisée pour obtenir une meilleure couverture.

#### D) Généralités d'exécution aux différentes distances :

L'exécution technique des prises de fer varie suivant la distance. Elles peuvent s'exécuter :

##### 1) A petite distance ou distance de riposte :

Après la parade le bras armé raccourci ne s'allonge que lorsque la pointe adverse a été rejetée dans la ligne voulue.

##### 2) A moyenne distance ou distance de fente :

En allongeant le bras, le départ de la fente se fait à la finale de l'allongement du bras à l'instant où se termine la prise de fer.

##### 3) A grande distance :

###### a) Marche et fente :

Pendant la marche, le fer est saisi au départ du pied avant et l'action se termine au moment où le pied arrière se repose au sol.

###### b) Flèche :

Avec la même coordination qu'à moyenne distance, la flèche s'exécute lorsque le bras armé termine son allongement.

##### Particularités :

a) Lorsque les prises de fer sont utilisées comme préparation d'attaque, leur exécution nécessite toujours un déplacement pour saisir le fer adverse et renforcer l'action. Lorsqu'une prise de fer est employée comme préparation d'attaque elle est suivie de l'attaque voulue, exécutée en fente ou en flèche.

b) Les prises de fer doubles composées ou combinées ne s'utilisent pratiquement qu'à l'épée et sont toujours coordonnées avec la marche suivant le nombre d'actions dont elles se composent.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Malgré les avantages qu'elles offrent de maîtriser le fer jusqu'à la finale de l'attaque, les prises de fer sont assez peu employées au fleuret électrique pour les raisons suivantes.

1) La position de garde de l'adversaire, bras raccourci pointe plus haute ou plus basse que la main, ne permet pas de saisir le fer dans de bonnes conditions.

2) La durée d'exécution des prises de fer, liements et plus particulièrement enveloppements, nécessite une coordination de l'action de la main et des jambes suffisamment perceptible pour laisser prise à la contre-offensive adverse (dérobement).

3) Les conventions du fleuret, qui n'exigent qu'un contact suffisant avec le fer adverse lorsque celui-ci est en ligne, rendent préférables les attaques au fer d'une exécution plus facile et plus rapide, donc plus difficilement dérobables.

Si ces inconvénients nuisent à l'exécution des prises de fer en offensive sans pour cela les rendre impossibles, l'emploi des prises de fer en ri-

poste ou contre-riposte est par contre très efficace, en particulier sur des adversaires qui remettent systématiquement après l'échec de leur attaque.

#### A) L'opposition :

L'opposition est la prise de fer la plus employée au fleuret.

Son exécution technique permet de lui donner une très grande vitesse et elle s'apparente au coup droit d'autorité avec la seule différence qu'elle s'exécute sur un bras allongé ou qui s'allonge.

Elle ne peut être employée en riposte, le fer adverse trop engagé ne le permet pas. Par contre elle peut s'exécuter sur la reprise de garde adverse suivant les mêmes principes qu'en offensive.

#### B) Le croisé :

Le croisé est très peu employé en offensive.

Cette prise de fer qui laisse souvent la pointe adverse en direction de la surface non valable (genou — cuisse) provoque au fleuret électrique la signalisation non valable qui, mal interprétée, annule l'attaque.

Le croisé est par contre très efficace en riposte lorsque l'action défensive va au devant de l'attaque adverse. Bien exécuté, le coup doit atteindre la cible avant que le pied avant de l'adversaire ne soit au sol. Il est renforcé par une légère avancée du pied avant, exécutée simultanément avec la parade. Parfois son exécution lui donne l'apparence d'un temps d'interception.

#### C) Le liement :

Le liement s'emploie parfois au fleuret mais il est nécessaire de limiter le déplacement latéral de la main dans son exécution et en particulier lorsque le fer adverse est ramené en ligne basse.

Afin d'en limiter le temps d'exécution, il est indispensable de ramener presque immédiatement le fer adverse en ligne basse à l'aide de la coquille. Ainsi il ressemble à une opposition en ligne basse partant d'une position de ligne haute. Le déplacement latéral de la main est fonction de la position de la lame adverse et de la nécessité de prendre le dessus des armes.

Employé en riposte, le liement a l'inconvénient de ramener la pointe adverse devant la surface valable. Pour cette raison le croisé doit lui être préféré, toutefois lorsque la parade a été tardive le liement reste un excellent moyen de maîtriser le fer adverse.

#### D) L'enveloppement :

L'enveloppement reste la prise de fer la moins courante au fleuret.

Sa durée d'exécution la rend perceptible et dérobable. Pour être employée efficacement elle doit être exécutée avec la marche afin de diminuer les risques contre-offensifs.

Pour les mêmes raisons elle est peu utilisée en riposte car elle permet à la reprise adverse, parfois involontaire, de prendre un temps d'escrime avant la finale de l'exécution.

#### E) Les prises de fer employées en préparations d'attaques :

Les prises de fer sont assez couramment employées comme préparations d'attaques au fleuret. Elles s'exécutent alors sans allonger complètement le bras en leur donnant beaucoup d'intensité afin de provoquer une réaction spontanée qui en général se produit dans les lignes où

normalement elles doivent se terminer. Elles sont suivies d'attaques indirectes parfois composées. Pour en renforcer l'efficacité, elles sont combinées avec les déplacements.

Au fleuret, la position de garde de l'adversaire ne favorise pas l'offensive par prise de fer. La plupart du temps elle n'est réalisable qu'après avoir provoqué, par une préparation quelconque l'allongement du bras adverse. Dans ce cas elle prend le nom de *contre-temps* et fait l'objet d'un chapitre particulier.

Du point de vue tactique, il est parfois utile d'adopter volontairement une position de garde (bras armé très allongé) qui incite l'adversaire à employer les prises de fer. Elles sont alors très faciles à dérober au début de leur exécution ou ménagent parfois l'occasion de parades en cédant suivies de ripostes.

## V — DEFAUTS A EVITER :

### 1) En offensive :

a) *Mauvaise position de la main en s'emparant du fer adverse* : éloigne la pointe, et augmente la durée d'exécution de la prise de fer.

b) *Prise du fer adverse mal exécutée* : expose au dérobement ou augmente la durée d'exécution de la prise de fer.

c) *Fente exécutée trop tôt* : le fer adverse n'est pas complètement écarté, ne permet pas de prendre le dessus des armes, le coup passe ou plaque.

d) *Mauvaise position de la main en finale* : l'élévation et l'opposition deviennent insuffisantes et provoquent par suite un manque de précision.

e) *Mouvements d'élévation et d'opposition exécutés trop tôt* : provoquent des réactions adverses (résistance, dérobement, retraite) qui empêchent l'exécution complète de la prise de fer.

f) *Manque de progressivité* : la prise de fer ainsi exécutée ne permet pas de prendre le dessus des armes au départ de la fente, et nécessite un temps supplémentaire dans l'allongement du bras.

g) *Mauvaise coordination* : (main, bras, jambes)

1) Peut provoquer un temps d'arrêt entre la prise de fer et le départ de la fente, ce qui laisse la possibilité d'agir à l'adversaire.

2) Le départ de la fente exécuté avant l'exécution complète de la prise de fer ne permet pas de dominer le fer adverse qui parfois échappe.

### 2) En riposte ou contre-riposte :

a) *Mauvaise parade* :

1) Une parade brutale, incontrôlée, rejette le fer adverse, le fait rebondir, et ne permet pas de s'en saisir convenablement.

2) Une mauvaise position de la main éloigne la pointe ce qui augmente la durée d'exécution de la riposte.

b) *Allongement trop hâtif du bras armé* :

Provoque souvent une réaction instantanée, et dans certaines prises de fer n'écarte pas suffisamment la pointe adverse qui rencontre une surface non valable (parfois valable).

- c) *Mauvaise position de la main en finale* :  
Manque de précision.

## VI — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Plusieurs procédés défensifs sont employés pour mettre en échec l'offensive adverse développée par prise de fer :

Ils sont au nombre de quatre :

- 1) La parade d'opposition
- 2) La parade par contre
- 3) La parade en cédant
- 4) Le déroberment.

### A) La parade d'opposition :

Consiste à prendre la parade correspondante à la ligne où se termine la prise de fer. Cette parade ferme la ligne et écarte le fer en résistant à la puissance adverse.

Elle peut s'exécuter de deux façons pour vaincre la puissance adverse avec un minimum d'effort et de contraction musculaire :

1) En raccourcissant complètement le bras pour que la parade agisse sur le 3<sup>e</sup> 1/3 de la lame adverse.

2) En coordonnant la parade avec la retraite, ce qui permet de limiter le raccourcissement du bras armé dans l'exécution de la parade et d'agir sur le 3<sup>e</sup> 1/3 de la lame adverse. Cette façon de parer permet d'exécuter des ripostes très rapides en marchant ou en demi-fente.

### B) La parade par contre :

Ressemble à un changement d'engagement pour rejeter le fer adverse dans la ligne opposée à celle où se termine la prise de fer.

Elle doit être obligatoirement exécutée en rompant, car pendant son exécution les deux fers ne sont plus en contact et la pointe adverse progresse en direction de la cible. Les parades par contre doivent être suivies de préférence par des ripostes directes exécutées en marchant si l'ampleur de la retraite l'impose.

### C) La parade en cédant (voir chapitre « Les Parades ») :

La parade en cédant s'exécute dans la ligne, basse ou haute, opposée à celle où se termine la prise de fer (ex. : quarte-basse ou quinte sur une opposition d'octave). Cette parade qui n'attire pas de réflexes immédiats favorise les remises et doit donc être exécutée en marchant avec une coordination parfaite. Cette parade ne permet que des ripostes directes exécutées bras fléchi.

### D) Le déroberment :

Consiste à soustraire le fer à l'attaque adverse, en demi-fente et sans contact des fers. Si le déroberment est assez facile à exécuter sur les liements et enveloppements, il n'en est pas de même sur les oppositions et les croisés. Ces prises de fer ne comportent qu'un seul temps, et le

déroberement ressemble à un arrêt à faux sur une attaque simple se terminant dessus ou dessous.

D'une façon générale, l'une quelconque de ces défensives peut être employée. Toutefois lorsque les intentions adverses sont dévoilées il est préférable de parer en cédant toutes les prises de fer ou de les dérober lorsqu'elles sont précédées de préparation.

## VII — CONSIDERATIONS GENERALES :

Les prises de fer doubles ou composées ainsi que leurs combinaisons entre elles ne sont pas étudiées dans ce chapitre. L'offensive au fleuret est conditionnée par la rapidité d'exécution, multiplier ou combiner les prises de fer retarde la finale d'une action et laisse à l'adversaire la possibilité de contre-attaquer efficacement. Bien que la flèche soit un procédé d'attaque qui n'offre que peu d'avantages au fleuret, elle peut être employée, lorsqu'elle bénéficie de l'effet de surprise, avec les prises de fer qui se terminent en ligne haute. Elle permet de prendre plus facilement le dessus des armes et nécessite moins d'intensité en finale de l'action.

Moins employées en offensive au fleuret électrique qu'au fleuret ordinaire, les prises de fer ne doivent pas être pour autant négligées. Elles demandent nécessairement du coup d'œil une bonne coordination et une bonne main.

Les tireurs gauchers n'emploient que rarement les prises de fer qu'exécutent deux tireurs de même main, leur exécution les oblige à exagérer l'opposition finale ce qui en diminue la longueur et la précision.

Entre tireurs de main contraire il est recommandé d'employer les prises de fer suivantes :

- 1) *Oppositions* : (a) dans la ligne de quarte.  
(b) dans la ligne de septime.
- 2) *Croisés* : de la ligne de sixte en octave.
- 3) *Liements* : (a) de la ligne de sixte en septime.  
(b) de la ligne d'octave en quarte.
- 4) *Enveloppements* : (a) dans la ligne de quarte.  
(b) dans la ligne de septime.



Fig. 28 : *L'opposition de quarte sur un tireur gaucher*

Les prises de fer exécutées en riposte ou contre-riposte tirent toute leur efficacité de la parade qui les précède. La parade d'opposition qui écarte le fer sans brusquerie permet de contrôler le fer adverse et de le conserver. L'adversaire n'a pas de réaction immédiate ou remise involontairement sur ce genre de parade ce qui favorise les ripostes par prise de fer. Entre tireurs de main contraire surtout, les





FIG. 29 : *Le croisé de sixte sur un tireur gaucher*

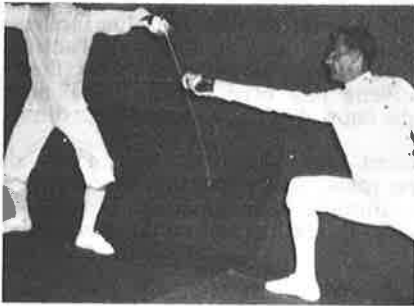


FIG. 30 : *Le liement de sixte en septime sur un tireur gaucher*

ves les différentes façons de s'emparer du fer adverse, de le maîtriser correctement et leur faire acquérir une bonne coordination. Pour enseigner les prises de fer le Maître doit suivre une progression raisonnée en tenant compte des difficultés d'exécution et de coordination. L'étude sera faite dans l'ordre suivant :

- 1) L'opposition
- 2) Le liement
- 3) L'enveloppement
- 4) Le croisé.

L'étude mécanique doit être simplifiée au maximum. A cet effet, le Maître place son fer dans une ligne, le plus près possible de la main de l'élève afin d'en limiter les déplacements. Le bras complètement allongé et l'arme tenue avec l'intensité voulue permettent à l'élève de se familiariser avec la résistance sans toutefois lui contracter la main et le bras.

Une fois cette technique bien assimilée, le Maître fait exécuter les prises de fer sur l'allongement de son bras. Il en varie la vitesse, la cadence, et déplace son élève entre chaque action. Pour augmenter la difficulté, le Maître présente son fer dans des lignes différentes, ensuite il peut y inclure une idée tactique.

parades de ligne basse qui précèdent les ripostes par prises de fer doivent être prises la main en supination complète la pointe bien en ligne. Cette façon de faire augmente la précision et facilite l'opposition finale.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES

L'escrime moderne amène très tôt, parfois trop tôt, les jeunes débutants à faire assaut. Le manque de mécanisme et de coordination limite leurs possibilités offensives bien souvent développées sans idée tactique définie. Instinctivement le débutant recherche le contact du fer et veut s'en emparer même lorsque les circonstances ne lui permettent pas de le faire avec les précautions les plus élémentaires. Le Maître doit donc enseigner assez tôt à ses élève

Le Maître doit exiger :

- 1) Une bonne position de la main et de la pointe lorsque l'élève prend le fer.
- 2) Que l'élève prenne le fer avec le fort de sa lame et la coquille.
- 3) Que la prise de fer soit complètement terminée avant le départ de la fente.
- 4) Que les mouvements d'opposition, d'élévation ou d'abaissement soient suffisants.

Pour que l'élève puisse exécuter les prises de fer correctement, le Maître doit :

- 1) Présenter son fer en allongeant le bras franchement et *complètement*.
- 2) Laisser l'élève écarter le fer.

*Il ne doit pas :*

- 1) Fléchir le bras au moment où l'élève s'empare du fer.
- 2) Céder ou raccourcir le bras avant que la prise de fer ne soit terminée.

Dans l'étude des différentes défensives sur les prises de fer, le Maître doit porter ses actions à toucher en leur donnant l'intensité nécessaire. Il doit attacher une grande importance à la distance et veiller à ce que l'élève coordonne parfaitement sa retraite ou sa marche avec l'ampleur et la vitesse voulues suivant la parade demandée.

L'enseignement des ripostes ou contre-ripostes par prises de fer exige du Maître une offensive correcte. Suivant la parade et son exécution l'élève peut riposter de pied ferme en marchant, en se fendant ou en flèche.

Quand l'élève possèdera une excellente technique, le Maître lui fera exécuter les différentes prises de fer en les incorporant dans des exercices à plusieurs intentions.

## CHAPITRE XVIII

# LES CONTRE-ATTAQUES

### I — DEFINITION :

Les contre-attaques sont des actions qui mettent en échec l'offensive adverse en lui prenant un temps d'escrime.

### II — CLASSIFICATION :

Les contre-attaques présentent 4 formes bien distinctes :

- 1) L'arrêt.
- 2) Les temps : d'opposition et interception.
- 3) Le déroberement.
- 4) L'esquive.

## L'ARRET

### I — DEFINITION :

L'arrêt est une action contre-offensive directe qui prend un temps d'escrime à l'offensive.



FIG. 31 : *L'arrêt dessous (contre-attaque)*

### II — ETUDE TECHNIQUE :

L'arrêt consiste en un allongement du bras suivi d'une demi-fente. Il s'exécute la main en supination dans la ligne haute, en pronation dans la ligne basse.

# LES TEMPS

## I — DEFINITION :

### A) Le temps d'opposition

Est une action contre-offensive directe qui prend un temps d'escrime à l'offensive en fermant la ligne dans laquelle elle doit *se terminer*.

### B) Le temps d'interception

Est une action contre-offensive directe qui prend un temps d'escrime à l'offensive en fermant la ligne où elle doit *passer*.

## II — ETUDE TECHNIQUE :

### A) Le temps d'opposition :

Le temps d'opposition consiste en un allongement du bras suivi d'une demi-fente, la main en supination.

Il s'exécute :

1) *Sur les attaques simples*, mais principalement sur celles se terminant dans les lignes dessus et dehors (sixte octave). Dans les autres lignes il demande une opposition exagérée pour bien fermer la ligne. Ce qui nuit à la précision.

2) *Sur les attaques composées* et toujours dans les lignes les plus favorables. Il est précédé de la ou des parades que trompe l'adversaire pour ne se développer que sur le dernier temps de l'attaque.

### B) Le temps d'interception :

Le temps d'interception consiste en un allongement du bras suivi d'une demi-fente, la main en supination ou en pronation. Il s'exécute :

1) *Sur les attaques simples* indirectes par dégagement ; la pointe de l'arme s'abaisse ou se relève dans la ligne où doit passer l'attaque, puis le bras s'allonge en même temps que s'exécute la demi-fente.

2) *Sur les attaques composées* : Le temps d'interception s'exécute sur toutes les attaques composées sauf sur celles se terminant par un coupé. Son exécution commence au moment où logiquement serait prise la dernière parade que doit tromper l'adversaire.

Pour intercepter, commencer la parade de la pointe (qu'elle soit directe ou circulaire) afin de l'amener dans la ligne où va passer le fer adverse, puis allonger le bras avec une demi-fente.

Le temps d'interception sur une attaque par « 1-2 » ou se terminant par « 1-2 » se fait toujours dans la ligne basse ou haute opposée à celle de l'engagement.

Le temps d'interception sur une attaque par doublement ou se terminant par doublement se fait toujours dans la ligne basse ou haute correspondant à celle de l'engagement.

## LE DEROBEMENT

### I — DEFINITION :

Le déroberement est une action contre-offensive indirecte ou composée qui prend un temps d'escrime à l'offensive *sans subir le contact du fer.*

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Le déroberement s'exécute dans toutes les lignes. Son exécution technique correspond à celle de l'attaque simple ou composée dont il prend le nom (par dégagement, coupé, « 1-2 », etc.). Il est exécuté en demi-fente pour prendre plus sûrement un temps d'escrime à l'offensive. Il peut se terminer la main en supination ou pronation suivant la cible et la ligne choisies.

## L'ESQUIVE

### I — DEFINITION :

Consiste à soustraire la surface valable au coup adverse en exécutant une action contre-offensive directe.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

L'esquive est employée sous deux formes :

1) *La passe dessous* (passatta di sotto) — La passe dessous est une fente arrière avec allongement du bras armé. La main gauche prend appui sur le sol pour remédier au déséquilibre provoqué par la flexion du

buste vers l'avant. Comme son nom l'indique, son emploi se limite aux lignes basses, la main en pronation.

2) *L'esquive de quartre* (in quartata) — L'esquive de quartre consiste à déplacer le pied arrière latéralement en pivotant sur le pied avant et en allongeant le bras armé. L'effacement complet du buste est facilité par une légère élévation des jambes, l'extension du bras armé simultanée au déplacement du pied arrière s'exécute main en supination dans la ligne haute.

### III — ETUDE TACTIQUE GENERALE :

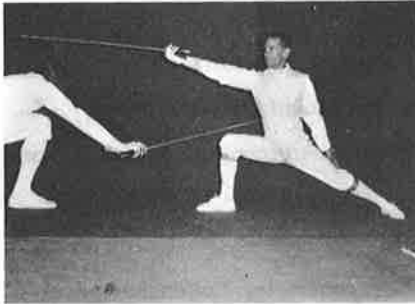


FIG. 32 :  
*La passatta di sotto* (esquive)



FIG. 33 :  
*L'inquartata* (esquive)

Les contre-attaques sont des actions qui ne doivent être employées qu'après avoir jugé l'offensive adverse avec certitude. Pour cette raison, il est très difficile de déterminer le choix et le moment opportun de leur emploi en respectant les conventions.

Contre-attaquer au hasard ou systématiquement ne permet de bénéficier que très rarement du coup porté sauf sur une action offensive adverse très mal exécutée techniquement. Cette tactique est vite mise en échec par un tireur avisé qui ne laisse pas la possibilité à la contre-attaque de prendre un temps d'escrime, ou qui l'utilise à son profit. Il est toujours préférable d'employer la parade qui permet de continuer la phrase d'armes en ripostant.

Les contre-attaques permettent toutefois de varier la défensive. Exécutées avec à-propos elles imposent certaines précautions à l'adversaire dans ses préparations, comme dans ses attaques composées.

#### 1) L'arrêt :

L'arrêt s'emploie dans les cas suivants :

1) Sur des attaques simples ou composées mal exécutées (bras raccourci au départ de la fente ou de la flèche).

2) Sur des attaques simples ou composées exécutées en marchant (mal coordonnées, bras raccourci).

**2) Le temps d'opposition :**

Le temps d'opposition demande un jugement sûr et une exécution technique parfaite au moment opportun. Il se fait sur des attaques simples ou composées se terminant dans les lignes du dessus ou du dehors.

**3) Le temps d'interception :**

Le temps d'interception demande un jugement encore plus sûr. Les difficultés de son emploi, tant techniques que tactiques, en font souvent une action qui tient plus du hasard que du jugement. Pratiquement, le seul temps d'interception valable est celui d'octave sur un doublement de sixte.

**4) Les déroberments :**

Les déroberments sont d'un emploi assez fréquent surtout par les tireurs possédant une bonne main. Ils peuvent s'exécuter :

1) Sur toutes les préparations intimement liés à l'offensive telles que les engagements, les changements, les doubles-engagements, etc.

2) Sur toutes les attaques au fer par battements, froissements.

3) Sur les prises de fer et plus particulièrement lorsqu'elles sont composées.

4) En action défensive sur le contre-temps en exécutant un déroberment composé.

Les déroberments sont très utiles pour contrarier l'offensive adverse, surtout lorsqu'elle ne se développe qu'avec une recherche systématique du fer.

**5) Les esquives :**

Les esquives s'emploient en particulier sur les tireurs qui abusent de l'offensive en flèche. Pour être efficaces, elles doivent être effectuées au moment opportun et soustraire complètement la surface valable sans exposer une surface non valable par substitution et, de ce fait, être sanctionnées.

Employées trop fréquemment elles ne bénéficient plus de l'effet de surprise.

**IV — DEFAUTS A EVITER :**

Les contre-attaques se composant techniquement d'actions déjà traitées, les défauts cités dans ce paragraphe n'ont trait qu'à une mauvaise utilisation tactique.

1) *Contre-attaquer sur la finale de l'attaque* : ne permet pas de prendre un temps d'escrime, provoque un coup double à l'avantage de l'attaque.

2) *Arrêt dans le fer* : provient du mauvais choix de la ligne, le fer est écarté involontairement par l'attaque.

3) *Temps d'opposition ou d'interception manquant la cible* : provient d'une erreur de distance ou d'une exécution tardive. L'offensive adverse a pu également être mal jugée.

4) *Contacts des fers dans le dérovement* : provient d'une exécution tardive ou d'une mauvaise position de la main, du bras armé ou de la pointe.

5) *Esquive incomplète* : l'attaque arrive ou rencontre une surface non valable donnant tort à l'esquive.

## V — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Les contre-attaques peuvent être mises en échec de 2 façons :

1) Empêcher la contre-attaque de prendre un temps d'escrime en attaquant par des actions simples et à distance de développement.

2) Utiliser une tactique de seconde intention (contre-temps) ayant pour but de déterminer la nature de la contre-attaque et la cible où elle doit se diriger. Employer les préparations voulues pour parer efficacement la contre-attaque et développer ensuite l'offensive.

Ces deux façons peuvent être employées sur des contre-attaques exécutées en arrêt ou par dérovement, par contre il n'y a pratiquement aucune défensive efficace sur les temps d'opposition et d'interception lorsqu'ils sont bien amenés et parfaitement exécutés.

Les esquives qui s'exécutent sur la finale de l'attaque ne laissent aucune chance à l'attaquant de se reprendre. Le jugement doit permettre de déceler les intentions adverses et d'agir en conséquence afin d'exploiter la contre-offensive.

## VI — CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES :

Les arrêts et dérovements sont essentiellement des actions contre-offensives. Ils sont parfois confondus avec les attaques sur la préparation, il est vrai qu'ils en diffèrent très peu, aussi faut-il que leur exécution ne laisse aucun doute. Pour que les arrêts et dérovements soient jugés comme contre-attaques il est indispensable qu'ils s'exécutent *sur le départ de l'offensive et non avant son départ*. Exécutés avant le départ de l'offensive, ils deviennent des attaques sur la préparation et nécessitent un développement complet.

Les temps qui empêchent l'attaque d'atteindre son but, ou l'esquive qui la laisse se développer ne prêtent pas aux mêmes contestations. L'arrêt est devenu, bien à tort, une action très prisée des fleuretistes à l'arme électrique. Il est favorisé par l'offensive qui, en général, se développe presque continuellement en marche et fente et souvent par coupé, alors qu'il serait préférable de se mettre à distance convenable d'attaque ou mieux encore de provoquer la marche de l'adversaire. Peu de tireurs savent préparer et employer le contre-temps, l'arrêt dessous a toujours sa chance de succès car les réflexes défensifs de ligne basse manquent de spontanéité.

Les temps d'opposition et d'interception ont pratiquement disparu de l'escrime au fleuret. La mobilité, les positions fantaisistes de la main et de la lame les rendent presque impossibles. Leur emploi demande une notion exacte de la distance et une main bien réglée de part et d'autre.



Les dérochements exigent du doigté, de la finesse de pointe ; ce sont des qualités qui tendent à disparaître du bagage du fleurettiste à l'arme électrique. La tolérance accordée à l'utilisation des poignées orthopédiques ne permet pas toujours, bien que les préparations soient plus larges, de soustraire le fer à temps. Beaucoup de tireurs emploient l'arrêt, d'une exécution plus facile, mais qui ne gagne pas toujours le temps d'escrime nécessaire.

Les esquives sont peu employées au fleuret où peu d'attaques sont développées en flèche. Elles sont d'un emploi dangereux sur des tireurs plus ou moins précis ou ne tenant pas leur pointe, l'attaque risque alors d'atteindre une cible à laquelle elle n'est pas destinée. Lorsqu'un tireur se sent inférieur en mécanisme, il peut employer la contre-offensive mais seulement si le jugement lui permet de l'utiliser correctement.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'étude de la contre-offensive ne demande pas un même travail pédagogique que pour l'offensive ou la défensive. Elle dépend du jugement et de l'à-propos pour l'exécuter à bon escient. Ces qualités se développent beaucoup plus à l'assaut qu'à la leçon.

Le Maître a toujours tendance à créer une situation qui facilite trop l'exécution de la contre-attaque ou de sa défensive alors qu'à l'assaut la réalité est tout autre.

Un procédé pédagogique laissant à l'élève une certaine initiative est à recommander. Il consiste en exercices à plusieurs intentions dont voici quelques exemples :

### 1) L'ARRET :

— Le Maître attaque par coupé soit en se fendant, soit en marche et fente ; l'élève pare ou contre-attaque.

— Le Maître fait soit une attaque simple en marche et fente, soit une attaque composée bras raccourci par le même procédé ; l'élève pare dans le premier cas ou contre-attaque dans le second.

### 2) LE DEROBEMENT :

— Le Maître fait précéder son attaque d'une préparation qu'il varie ; l'élève pare l'attaque s'il subit la préparation ou la dérobe s'il l'a jugée.

— Le Maître attaque par prise de fer ou attaque au fer sur la garde longue, pointe horizontale de son élève ; l'élève pare ou dérobe.

Le Maître doit enseigner les différents temps d'escrime mais sans vouloir en faire des exercices courants tant sont différentes l'exécution et les possibilités de les employer à l'assaut. Il enseigne dans les mêmes conditions les esquives en choisissant les attaques sur lesquelles elles peuvent présenter de l'intérêt.

Dans tous les exercices le Maître doit exécuter ses actions avec le plus de réalité possible afin de placer son élève dans les conditions proches de l'assaut.

## CHAPITRE XIX

# REMISE - REPRISE - REDOUBLEMENT

## LA REMISE

### I — DEFINITION :

La remise est une action offensive ou contre-offensive directe exécutée après une parade adverse sans retour préalable en garde.

### II — CLASSIFICATION :

Les remises se classent d'après leur caractère :

- 1) *Offensives* : elles sont dites en continuation d'offensive.
- 2) *Contre-offensives* : elles sont dites en arrêt sur l'offensive.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quel que soit son caractère, la remise s'exécute en conservant *le bras allongé*. Sa coordination avec l'action des jambes varie suivant qu'elle est :

- 1) **Offensive et exécutée à partir des positions suivantes :**
  - a) *De la position de la garde* :
    - En avançant le buste
    - En portant le pied avant légèrement en avant.

- b) *De la demi-fente* :
  - En prolongeant la demi-fente en fente.
  - En prolongeant la demi-fente en flèche.
- c) *De la flèche* :
  - En terminant la flèche.

2) **Contre-offensives et exécutées à partir des positions suivantes :**

- a) *De la position de la garde* :
  - En restant en garde.
  - En rompant.
- b) *De la demi-fente* :
  - En restant en demi-fente.
  - En revenant en garde.
- c) *De la fente* :
  - En restant fendu.
  - En revenant en garde.
- d) *De la flèche* :
  - En essayant de reprendre l'équilibre.

IV — **ETUDE TACTIQUE :**

Le manque de mécanisme crée souvent chez le fleuretiste le réflexe de la remise de parti-pris. Cette façon de l'employer bénéficie quelquefois d'une mauvaise exécution de l'offensive adverse, de la parade, ou d'une erreur de jugement, mais ne laisse aucune ressource sur l'offensive directe et immédiate qui suit la parade.

Pour être valable, il est indispensable que la remise prenne un temps d'escrime. Quelquefois le réflexe de remiser de parti-pris se justifie grâce au sentiment du fer, mais elle est beaucoup plus sûre et efficace lorsqu'elle est jugée. Comme la remise s'écarte de la convention, la netteté de son exécution dépend du défaut adverse exploité.

La remise est exécutée après la parade adverse dans les cas et conditions suivants :

A) **En continuation :**

- 1) *En cavant* :  
Par déplacement latéral du bras, du corps ou du pied avant sur une parade conservant le fer et non suivie de riposte.
- 2) *En remettant la pointe en ligne* :  
Sur un adversaire qui pare et lâche le fer ou pare et change de ligne.

B) **En arrêt :**

*En remettant la pointe en ligne* :  
Sur un adversaire qui pare et riposte ou contre-riposte dans les cas suivants :

- 1) Indirectement ou en effectuant un retrait du bras,

- 2) Composé,
- 3) A temps perdu,
- 4) En faisant précéder son action offensive de déplacements permettant de gagner un temps d'escrime.

Les remises en continuation et en arrêt s'exécutent sur toutes les actions offensives ou contre-offensives *qui ont été parées*, c'est-à-dire : attaques, ripostes, contre-ripostes, contre-attaques, redoublement, remises, reprises.

## LA REPRISE

### I — DEFINITION :

La reprise est une action offensive ou contre-offensive exécutée de toute autre façon que par coup droit dans une autre ou même ligne que celle de la parade adverse sans retour préalable en garde.

### II — CLASSIFICATION :

La classification des reprises est identique à celle des remises.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Les reprises s'exécutent dans les mêmes positions que celles données pour les remises.

La coordination de l'action du bras armé et des jambes est identique.

L'action du bras armé permet une grande variété d'actions pour reprendre l'offensive :

- 1) Indirectement,
- 2) En composant,
- 3) En dérochant un changement de ligne,
- 4) Directement par attaque au fer.

La distance séparant les deux tireurs au moment de l'exécution de la reprise influe sur le mouvement du bras armé. Ainsi la reprise par dégagement ou composée nécessite parfois un léger retrait du bras, lequel est encore plus prononcé lorsqu'elle est précédée d'attaque au fer afin d'agir sur une partie convenable de la lame.

La reprise par coupé ou comprenant une feinte par coupé nécessite un net retrait du bras pour passer devant la pointe adverse.

La reprise par dérochement exécutée en arrêt sur la riposte ou la contre-riposte peut se faire le bras allongé. Il suffit de dérober un changement de ligne alors que la reprise de garde permet de conserver une juste distance.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Les observations tactiques données dans le chapitre correspondant de la *remise* sont valables pour la reprise. Celle-ci exécutée de parti-pris offre les mêmes inconvénients et les mêmes avantages lorsqu'elle est jugée ou non, et permet de prendre un temps d'escrime.

La reprise s'emploie plus souvent en continuation, de l'offensive ou de la contre-offensive, qu'en arrêt sur la riposte ou la contre-riposte. Elle s'exécute dans les cas suivants :

## A) En continuation :

Sur des tireurs qui maintiennent le fer après avoir paré et ne ripostent pas immédiatement et de préférence :

1) *Par dégagement* :

En changeant de ligne suivant la parade et les cibles les plus faciles à atteindre :

- Après la parade de sixte, dessous ou dedans.
- Après les parades de ligne basse, dans la ligne haute.

2) *Par coupé* :

En changeant de ligne suivant la position de la pointe dans la parade. Après la parade de quarte, dessus.

3) *Composée* :

- En faisant précéder la reprise d'une feinte sur un adversaire qui réagit (latéralement de préférence).
- Lorsque le fer lâche le contact après la parade.

4) *Par dérochement sur le changement de ligne* :

En soustrayant le fer sur un adversaire qui après avoir paré change de ligne.

5) *Par attaque au fer* :

En exécutant un battement de préférence pour fixer la main d'un adversaire qui réagit ou dont on pressent l'intention de parer la reprise ; elle est directe ou indirecte.

## B) En arrêt :

Les reprises en arrêt ne se font que sur les tireurs qui ripostent ou contre-ripostent par prise de fer en marchant soit en marche et fente.

1) *Par dégagement ou coupé* :

Suivant la position de la lame adverse au départ de la riposte ou contre-riposte par prise de fer.

2) *Par dérochement* :

Dans les mêmes conditions mais de préférence sur l'enveloppement ou les prises de fer composées.

## LE REDOUBLEMENT

### I — DEFINITION :

Le redoublement est une seconde action offensive quelconque exécutée immédiatement après la première et précédée d'un retour en garde.

### II — CLASSIFICATION :

Le redoublement s'exécute de deux façons quelle que soit l'action offensive :

- 1) Précédé d'une reprise de garde en avant.
- 2) Précédé d'une reprise de garde en arrière.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Les reprises de garde avant et arrière sont décrites au paragraphe correspondant du chapitre « La reprise de garde ».

Exécutée en avant ou en arrière, le bras armé reste allongé, le second développement (ou la flèche) est exécutée sans temps d'arrêt suivant les principes techniques donnés dans le chapitre « Le développement ».

### IV — ETUDE TACTIQUE :

Le redoublement s'emploie tactiquement dans les cas suivants :

- 1) Avec la reprise de garde avant :
  - a) Sur un tireur qui évite systématiquement l'attaque en rompant.
  - b) Sur un tireur qui pare en rompant sans riposter.
- 2) Avec reprise de garde arrière :  
Sur un tireur qui pare de pied ferme sans riposter.

Le redoublement avec reprise de garde en avant est une action délicate, vulnérable à la contre-offensive. Cette action est surtout pratiquée par les tireurs de petite taille dont la longueur des segments inférieurs s'y prête plus favorablement. Les tireurs de grande taille ont plus d'inclination à redoubler en flèche. La tendance actuelle de bon nombre de fleuretistes est de parer en rompant, l'emploi du redoublement avec reprise de garde en avant s'impose. Toutefois il doit être bien jugé et exécuté de telle sorte que la contre-offensive adverse, si elle a lieu, ne puisse prendre un temps d'escrime.

Le redoublement avec reprise de garde en arrière se pratique peu, cependant suivant le tempérament du tireur adverse, il peut être employé avec succès. En effet la reprise de garde en arrière tend à tranquilliser l'adversaire et la soudaineté d'une nouvelle fente peut le surprendre au moment où il se relâche.

## GÉNÉRALITÉS

### I — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts relatifs à l'exécution technique sont traités dans le chapitre des attaques simples. Ne sont donnés ci-après que les principaux défauts tactiques :

1) *Erreur de distance dans l'emploi de la remise* : lorsque l'attaque dépasse la cible, l'exécution de la remise nécessite un retrait du bras. Elle ne permet plus de prendre un temps d'escrime et bien souvent manque de précision.

2) *Erreur de distance dans l'emploi de la reprise* : la reprise manque de précision. Lorsqu'elle est faite dans la ligne basse, elle peut plaquer ou être trop courte, exécutée par coupé dans la ligne haute elle plaque.

3) *Mauvais choix de la reprise* : le réflexe défensif adverse a été mal jugé et la reprise risque de rencontrer le fer adverse ou d'arriver dans une ligne déjà fermée.

4) *Mauvaise coordination dans le redoublement* : expose à la contre-offensive. La nouvelle attaque risque de passer ou plaquer lorsque l'action des jambes précède celle du bras armé.

### II — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Les défensives appropriées aux remises, reprises, redoublements sont différentes suivant que ces actions sont pressenties ou non.

#### A) Remise :

1) *Défensive de parti-pris* :  
— Doubler la parade.

2) *Défensive préconçue* :  
— Parer et riposter directement du tac au tac.  
— Parer en marchant pour faire passer la pointe adverse et riposter.

#### B) Reprise :

1) *Défensive de parti-pris* :  
— Prendre une (ou plusieurs) parades pour fermer la ligne où se termine la reprise.

2) *Défensive préconçue* :  
— Parer et riposter directement dans une ligne où la reprise ne puisse fermer la ligne ou prendre un temps.  
— Parer en marchant pour casser la distance afin de gêner l'exécution de la reprise et riposter.  
— Exécuter une action en contre-temps sur le dérobage de la riposte ou contre-riposte par prise de fer.

**C) Redoublement :**1) *Défensive de parti-pris :*

— Parer en fermant la ligne où se termine le redoublement.

2) *Défensive préconçue :*

— Contre-attaquer le redoublement sur son premier temps d'exécution.

— Attaquer sur la reprise de garde au moment où le tireur prépare son redoublement.

— Parer le redoublement dans la ligne pressentie et riposter.

**III — CONSIDERATIONS GENERALES :**

L'exécution des remises et reprises est fonction de l'intention tactique. Lorsque les remises ou les reprises sont exécutées de parti-pris, l'attaque est portée à toucher et le réflexe de remise ou reprise doit bénéficier d'une très grande vitesse. La remise ou la reprise préconçue s'exécute différemment. L'attaque n'est pas destinée à toucher, bien qu'elle doive posséder toutes les qualités d'une action véritable, pour provoquer l'action défensive prévue, ou la riposte le cas échéant. Cette réserve doit permettre de rattraper une erreur de jugement.

Dans certains cas la remise prend la forme d'un temps d'opposition lorsque la riposte indirecte ou composée se termine dans la ligne dessus (entre tireurs de même main). Exemple : remise après une parade de quarte suivie d'une riposte par dégagement dessus ou d'une parade de sixte suivie d'une riposte par 1-2 dessus.

La reprise par coupé exécutée après la parade de quarte offre les mêmes avantages, le mouvement arrière du bras armé dans le coupé permet de parer la riposte directe.

La reprise peut avoir lieu dans la même ligne que celle de la parade. La plus courante est celle qui est précédée d'une attaque au fer comme le battement.

Les circonstances de l'assaut qui font varier la distance entre les tireurs déterminent le choix éventuel de la reprise. Lorsque la distance est réduite elle nécessite un retrait du bras qui facilite le coupé dans la ligne haute alors que le dégagement est très difficile. Après une parade de ligne basse il est préférable de dégager dessus car dans ce cas le coupé nécessite un trop grand mouvement du bras vers l'arrière et bien souvent plaque sur la cible.

Entre tireurs de main contraire le choix de la remise est guidé par la parade et la riposte. Elle peut très bien s'exécuter en cavant dans la ligne dessus. La reprise par coupé est très employée, elle permet d'atteindre la ligne basse par un mouvement naturel et rapide.

Au fleuret électrique les remises et reprises sont malheureusement trop employées. Trop de présidents de jury se laissent influencer par la signalisation de la remise ou de la reprise qui gagne une fraction de seconde sur la riposte sans pour cela *prendre le temps d'escrime qui seul peut leur donner avantage*. Devant cette carence du jugement les tireurs abusent de la remise et de la reprise au détriment de la phrase d'armes et de futurs progrès.

**IV — CONSEILS PEDAGOGIQUES :**

Lorsque l'élève possède un bon mécanisme et suffisamment de sens tactique le Maître peut enseigner la remise et la reprise. Quelle que soit la distance la reprise exige une grande vitesse de main et du doigté pour passer la pointe. Il est donc indispensable de la faire travailler



dans toutes les positions. Le Maître doit attacher une grande importance à l'équilibre de son élève surtout lorsqu'il le laisse dans la position de la fente. Il doit l'habituer à subir la parade sans contracter le bras armé afin de donner à ses actions le maximum de vitesse et une bonne précision.

La remise et la reprise doivent être enseignées avec la fausse-attaque, excellente préparation si elle est exécutée parfaitement et à juste distance. Le Maître peut choisir des exercices qui nécessitent de l'à-propos et du sentiment du fer. Exemple : sur une action exécutée en fausse-attaque, si le Maître riposte directement l'élève contre-riposte, s'il riposte composé l'élève remise, s'il pare sans riposter l'élève fait une reprise.

Les remises et reprises doivent être enseignées à la leçon dans la mesure où l'élève saura les employer à l'assaut. Le Maître doit surtout les faire découvrir à son élève comme des actions de seconde intention et non comme résultat de mauvais et immuables réflexes.

**E P E E**



## CHAPITRE PREMIER

# TENUE DE L'ARME

### A) DESCRIPTION — ETUDE TECHNIQUE :

(Voir Chapitre I du fleuret.)

### B) ETUDE TACTIQUE :

Si au fleuret la position des doigts sur la poignée ne doit pas varier, à l'épée les circonstances tactiques de l'assaut peuvent amener le tireur à modifier la tenue de son arme. Le jeu de l'épée donne une importance capitale à la longueur de certaines actions telles que les contre-attaques aux avancées ou les attaques « d'allonge ». En conséquence le tireur averti, en déplaçant sa main, gagnera utilement plusieurs centimètres en longueur.

#### 1) Différentes façons de tenir l'arme :

a) La position, les doigts contre la coquille le pouce en opposition à l'index, donne une puissance maximum et est recommandée de préférence dans les actions demandant de l'autorité (actions au fer, prises de fer, défensive).

b) La position, main éloignée de plusieurs centimètres du fond de la coquille donne plus de facilité, de délié, dans les dérovements.

c) La position, l'index allongé sur la poignée offre plus de longueur et de précision, mais enlève de la puissance (voir fleuret) et rend le tireur vulnérable aux actions violentes ou profondément engagées.



FIG. 34 : La tenue de l'arme classique



FIG. 35 : La tenue de l'arme où l'index n'enserme pas la poignée



FIG. 36 : La tenue de l'arme où l'index est allongé sur la poignée

*Nota :* Il est nécessaire à l'épée, que le tireur conserve la main en supination.

#### C) DEFAUTS A EVITER :

a) Compte tenu du paragraphe précédent, l'adoption d'une *position unique* n'est pas recommandée. Le tireur est forcément obligé de s'adapter aux circonstances tactiques (offensive, contre-offensive, défensive).

b) *Tenue de l'arme par le pommeau* : Cette position de la main sur la poignée offre une longueur maximum, mais découvre entièrement la main, enlève toute puissance et rend l'exécution des parades pratiquement impossible.

#### D) CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître entrainera donc dès que possible son élève à utiliser les différentes façons de tenir son arme en fonction des actions qu'il lui fait exécuter. Cependant il est indispensable que l'élève soit entraîné également à exécuter toutes les actions quelle que soit la position de sa main sur la poignée. Il attachera une attention particulière à ce que son élève conserve la main en supination.

## CHAPITRE II

# LA GARDE

### I — DEFINITION :

Voir chapitre II — paragraphe I du fleuret.

### II — MISE EN GARDE :

Voir chapitre II — paragraphe II du fleuret.

*1<sup>er</sup> temps* : L'écart entre les pieds ainsi que la flexion des jambes sont sensiblement réduits.

*3<sup>e</sup> temps* : Ployer le bras droit, le coude détaché du corps, l'avant-bras horizontal formant un angle d'environ  $150^\circ$  avec le bras, la main en supination, la pointe de l'arme légèrement plus basse que la main et rentrée vers l'intérieur (de droitier à droitier, dans la direction du dessous de la main de l'adversaire). Le bras gauche se place comme au *3<sup>e</sup> temps* du fleuret.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

A) *Les pieds* : l'écart entre les pied doit être moins grand.

B) *La flexion des jambes* : est moins prononcée de façon à ne pas exposer le genou avant.

C) *Le tronc* :

D) *Le bras non armé* :  
Voir Chapitre II du fleuret.

E) *Le bras armé* : l'avant-bras doit être entièrement couvert par la coquille et son cône de projection (vue de face) (fig. 37).

#### IV — ETUDE TACTIQUE :



FIG. 37 : *La position de garde à l'épée*

Le buste, le centre de gravité, le bras non armé sont soumis aux mêmes conseils tactiques que ceux donnés au fleuret.

La mobilité qu'exige le jeu de l'épée est facilitée par la flexion moins prononcée des jambes qui donne plus de souplesse aux déplacements et d'instantanéité à la flèche. Le tireur doit se garder de porter le poids du corps sur la jambe avant afin de la mettre rapidement hors de portée. La position du bras armé est très importante, elle permet :

1) De se protéger à l'aide de la coquille contre toute attaque directe classique aux avancées.

2) De se garantir à l'aide de la pointe contre toute attaque directe au corps.

3) De faciliter, par la position oblique de la lame et basse de la pointe, les déroboements des prises de fer.

4) De permettre une rapide et facile extension du bras sur les attaques adverses en ligne basse (contre-attaque).

#### V — DEFANTS A EVITER :

Les défauts communs aux deux armes traités au fleuret restent valables, ne sont donnés ci-après que ceux particuliers à la garde à l'épée.

A) *Ecart exagéré entre les pieds* : défaut qui donne un excès de flexion et expose le tireur aux actions directes à la jambe, le genou venant se placer sur la même perpendiculaire que le poignet ou l'avant-bras.

B) *Pied arrière* : beaucoup d'épéistes s'appuient uniquement sur la plante du pied, cette position facilite les départs en flèche mais interdit le développement correct.

C) *Bras armé* : le bras armé trop allongé rend le tireur vulnérable aux attaques en cavant et aux prises de fer, trop raccourci, le cône de projection de la coquille s'en trouve diminué et facilite l'offensive adverse au corps. Toutes les autres positions fantaisistes exposent les avancées et facilitent l'offensive adverse. Le poignet cassé découvre l'avant-bras, la main placée, le pouce en dessus le découvre à l'extérieur et la position de la pointe ne répond plus aux exigences tactiques.

**VI — CONSIDERATIONS GENERALES :**

« La suppression de toute convention et l'extension au corps entier de la surface valable augmentent à l'épée, pour l'offensive, les chances de toucher et affaiblissement d'autant la valeur défensive de la parade. »

Le tireur qui s'écarte de la position de garde classique offre donc une cible plus étendue aux coups de l'adversaire. La défensive est étroitement liée à la position de garde, elle est d'autant plus efficace que le tireur conserve une position correcte. Une flexion moins prononcée des jambes est à recommander mais le tireur doit néanmoins conserver la possibilité d'attaquer à tout instant en se développant, de contre-attaquer, parer, etc. Les circonstances tactiques, plus variées qu'au fleuret imposent au tireur de conserver un équilibre constant, de placer son centre de gravité en avant ou en arrière pour s'y adapter instantanément.

**VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :**

Une mauvaise position de garde diminue la précision indispensable aux actions d'épée. Le Maître doit surveiller la position des pieds et des jambes de son élève, contrôler à tout instant son équilibre en lui demandant d'exécuter des « appels » de l'un ou l'autre pied. Il doit s'assurer de la position verticale du buste et de la tête afin d'éviter à son élève le « cassé » du corps dans l'exécution des contre-attaques. Après l'exécution d'une action, le Maître doit exiger le retour à une position correcte et porter, si cela est nécessaire, des coups à toucher aux avancées pour amener l'élève à corriger une position défectueuse du bras armé.



## CHAPITRE III

# LE DÉVELOPPEMENT

I — DEFINITION :

II — DESCRIPTION :

III — ETUDE TECHNIQUE :

} Voir chapitre III — fleuret.

IV — ETUDE TACTIQUE :

La suppression de toute convention, la surface valable étendue à la surface entière du corps font que la technique et la tactique du jeu de l'épée, soit étroitement liées. L'allongement du bras armé doit s'exécuter en considérant que :

- 1) La main, l'avant-bras, le bras se rapprochent de l'adversaire.
- 2) La protection offerte par la coquille diminue.
- 3) La pointe quitte sa position idéale définie dans la position de garde.

Afin de limiter les possibilités de la contre-offensive les mouvements *d'opposition du bras armé deviennent indispensables*. Ils sont exécutés en fonction :

- 1) De la position de l'arme adverse.
- 2) De la cible visée.

Dans tous les cas, les mouvements d'opposition du bras armé ne doivent *pas diminuer la longueur de l'attaque*.

La fente doit varier en longueur en considérant la distance à laquelle se trouve la cible visée :

- 1) La main et l'avant-bras.

- 2) Le bras et la jambe avant.
- 3) Le corps.

Quelle que soit la cible visée, la fente doit permettre *de toucher sans flèche de la lame, la jambe arrière en extension complète, le buste droit, de façon à ne livrer que le minimum de cible à la contre-offensive.*

*Le développement doit être bloqué* afin de permettre, en cas d'échec de l'attaque, de passer facilement à la contre-offensive.

## V — DEFANTS A EVITER :

Les défauts traités au fleuret et communs aux deux armes restent valables ; ne sont traités que ceux particuliers à l'épée :



FIG. 38 : Le développement à l'épée

pointe arrive sur la cible en plaquant, la tête de pointe ne peut s'enfoncer dans l'embase.

1) *Élévation de la main dans l'allongement du bras* : ce défaut est souvent celui des fleuretistes pratiquant également l'épée. Il découvre la main et l'avant-bras dessous.

2) *Oppositions insuffisantes* : n'empêchent pas la contre-attaque d'arriver, et sont souvent cause de coups doubles.

3) *Oppositions tardives et exagérées* : la

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

(Complément du paragraphe VI fleuret.)

La surface comme la mobilité des différentes cibles à l'épée exigent une grande précision. Celle-ci s'obtient par l'exécution correcte du développement.

La position de la main en supination complète empêche les oscillations latérales de la pointe et la maintient dans l'axe de la cible. L'appréciation exacte de la distance est indispensable. Le développement doit permettre de toucher avec une pression minimum de 750 grammes ; toute pression supplémentaire exagérée risque de livrer inutilement le tireur à la contre-attaque adverse. Certaines cibles ne permettent pas de respecter les principes du développement (attaque à la jambe et au pied). La tactique permet alors de les atteindre mais impose tout de même des modifications dans l'exécution du développement.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

(Complément du paragraphe VII — fleuret.)

Dès le début le Maître doit exiger la plus grande précision. A cet effet, il peut demander à l'élève de toucher au bras puis à l'avant-bras ensuite à la main. Il augmente ainsi la difficulté jusqu'à une exécution parfaite sur les différentes cibles.

En variant la distance l'élève est obligé de modifier l'ampleur de son développement donc d'apprécier sa distance à chaque action. Le Maître doit s'assurer de l'extension complète de la jambe gauche, de la position verticale du buste, et de la flèche de la lame. Au fleuret l'élève peut marquer la position du développement au plastron sans que cette façon de faire nuise à l'étude de la défensive. A l'épée le Maître *doit éviter de laisser l'élève sur la cible*, mais lui apprendre à garder le bras armé allongé sans contraction, lorsque l'offensive est parée. De cette façon l'élève sent la nécessité de ne pas dépasser la cible et de revenir rapidement en arrière.

## CHAPITRE IV

# LA FLÈCHE

I — DEFINITION :

II — DESCRIPTION :

III — ETUDE TECHNIQUE :

} Voir chapitre IV — La flèche au fleuret.

IV — ETUDE TACTIQUE :

Bien que soumise aux mêmes règles que celles données au paragraphe III du développement à l'épée, la flèche est un procédé d'attaque fréquemment employé pour les raisons suivantes :

- 1) *Le tireur n'a pas le souci de respecter la phrase d'armes.*
- 2) *Elle permet de toucher de loin.*
- 3) *Elle permet de remédier à l'infériorité de taille beaucoup plus importante à l'épée qu'au fleuret.*
- 4) *Elle laisse la possibilité d'exécuter des remises ou reprises.*
- 5) *Elle donne plus d'autorité aux actions qui maîtrisent le fer, surtout en ligne haute.*
- 6) *Elle permet de s'engager rapidement dans la défensive adverse afin d'éviter la contre-offensive aux avancées.*
- 7) *Le corps à corps provoqué par la flèche n'est pas pénalisé.*

Pour toutes ces raisons la flèche est très employée dans les actions offensives, en 2<sup>e</sup> intention, destinées à toucher au corps. Les variations offertes pour sa préparation (paragraphe III — La flèche au fleuret) permettent de l'utiliser dans de nombreux cas ; bien entendu, son exécution est fonction de l'intention tactique du tireur.

V — DEFAUTS A EVITER :

VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

} Voir les chapitres correspondants du fleuret.

## CHAPITRE V

# LA REPRISE DE GARDE

I — DEFINITION :

II — DESCRIPTION :

III — ETUDE TECHNIQUE :

} Voir la reprise de garde au fleuret.

IV — ETUDE TACTIQUE :

Comme au fleuret la reprise de garde doit répondre aux nécessités tactiques de l'assaut, mais elle doit toujours être couverte par la pointe afin de contrarier toute action offensive directe adverse en cas d'échec de l'attaque. Exécutée *bras armé complètement allongé*, elle doit permettre de mettre hors de portée les avancées par *une action rapide des jambes*.

D'autre part le bras armé allongé permet :

1) D'exécuter les contre-attaques en même temps que les mouvements d'opposition nécessaires.

2) De dérober les actions au fer par la seule action des doigts.

3) De parer si l'offensive est exécutée en flèche.

*La reprise de garde en avant* : permet de reprendre l'offensive lorsque l'adversaire n'a fait que soustraire la cible.

*La reprise de garde par bond arrière* : offre l'avantage de se mettre rapidement hors de distance mais elle laisse peu de précision à la contre-offensive. Elle est souvent accompagnée d'une défensive très large.

V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts traités au fleuret restent valables ; ne sont traités ci-après que ceux particuliers à l'épée.

1) *Le bras armé se raccourcissant trop tôt* : la pointe ne protège plus la reprise de garde, l'offensive adverse s'en trouve facilitée. La contre-offensive est limitée.

2) *La pointe plus haute que la main* : découvre la main dessous, facilite les actions au fer adverses.

3) *La main, le pouce en dessus* : diminue la précision de la contre-offensive, interdit l'action des doigts dans les deux sens.

4) *Le buste penché en avant* : ce défaut est souvent amené par le souci de libérer la jambe arrière, pour faciliter la retraite. Exagéré ou exécuté au moment de la reprise de garde, il nuit à la précision de la contre-offensive, place la tête à portée de l'adversaire et enlève toute efficacité à la défensive.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'absence de conventions permet au tireur de se protéger pendant le retour en garde en menaçant l'une quelconque des parties du corps de l'adversaire. L'épéiste revient donc en garde le bras allongé par mesure de sécurité imposant ainsi à l'adversaire la nécessité d'écarter au préalable le fer pour développer une action offensive exécutée sur la reprise de garde.

La position allongée du bras facilite les actions que peut entreprendre l'adversaire sur un fer qui est à sa portée. Il peut l'écarter violemment, le maîtriser ou lancer une action rapide en évitant la pointe. En conséquence le bras armé doit être *allongé sans contraction, la main en supination complète*. L'intensité de la préhension des doigts sur la poignée doit permettre instantanément de soustraire le fer ou de résister. La précision de la contre-offensive est évidemment liée à l'équilibre du tireur pendant la reprise de garde. Le souci de se placer hors de distance amène fréquemment le tireur à revenir en garde en posant la plante du pied avant au sol, ce qui lui permet de libérer sa jambe arrière et de la déplacer instantanément. La distance à laquelle le tireur replace son pied avant du pied arrière est variable, réduite au minimum elle transforme la reprise de garde en un bond arrière.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître doit attacher une importance capitale à l'équilibre de la reprise de garde et à la position du bras armé. Il doit exiger le retour à une position de garde parfaite. Dès que l'élève revient en garde correctement, il est indispensable de lui apprendre à se mettre hors de distance en un seul temps, c'est-à-dire en reposant le pied avant par la plante pour déplacer immédiatement le pied arrière. Le Maître doit empêcher l'élève de s'incliner vers l'avant en même temps qu'il déplace sa jambe arrière. Le bras armé ne reprend sa position qu'à la fin du mouvement.



FIG. 39 : La reprise de garde préparant la retraite

## CHAPITRE VI

# L'OFFENSIVE

La signalisation électrique enlève à l'épée son caractère d'arme de combat ; cette évolution en fait une discipline codifiée de l'escrime et modifie l'ensemble de la technique et de la tactique.

L'offensive, à l'épée électrique, doit s'inspirer des principes suivants :

- 1) De la suppression de toute convention.
- 2) De l'extension, au corps entier, de la surface valable.
- 3) Du temps limite d'enregistrement du coup double.

### A) SUPPRESSION DES CONVENTIONS :

La suppression des conventions offre de grandes possibilités à la contre-offensive, laquelle peut mettre en échec l'offensive la plus simple. La simple extension du bras, susceptible d'une très grande vitesse et d'une grande précision, sur des cibles différentes, gêne considérablement l'offensive exécutée soit en se développant soit en flèche. Afin de diminuer les risques de la contre-offensive, toute action offensive doit comporter les mouvements de couverture indispensables à une bonne protection des parties du corps susceptibles d'être atteintes facilement pendant le développement.

Une certaine forme de contre-offensive (coups en cavant) contrarie l'offensive la mieux couverte. La tactique permet alors de s'en défendre.

### B) EXTENSION AU CORPS ENTIER DE LA SURFACE VALABLE :

L'extension au corps entier de la surface valable offre à l'offensive un champ d'action très vaste. L'offensive raisonnée est celle qui permet d'atteindre les parties du corps les plus rapprochées avec un minimum de risques. Désignées par le nom « *d'avancées* » ces parties du corps deviennent des cibles qui justifient la distance séparant les tireurs. Les cibles

« avancées » sont : la main, le poignet, l'avant-bras, le genou, la jambe et le pied. Certaines positions de garde fantaisistes permettent parfois d'y inclure la tête (buste penché trop en avant) ou la cuisse (écart exagéré entre les pieds).

### C) TEMPS LIMITE D'ENREGISTREMENT DU COUP DOUBLE :

L'appareil de contrôle électrique qui ne signale pas la touche que reçoit un tireur entre 1/20 et 1/25 de seconde après qu'il ait touché, influe énormément sur l'offensive à l'épée et d'une manière générale sur le jeu de l'épée en fonction du principe : « toucher le premier ».

Nombre de tireurs font de ce principe la règle unique de leur jeu. Souvent doués d'une vitesse naturelle qui leur permet de gagner la fraction de seconde déclenchant la signalisation à leur avantage, ils pratiquent une escrime très dangereuse.

Un jeu basé uniquement sur la vitesse contrarie parfois la contre-offensive, mais se heurte à la défensive (parades et ripostes) employée judicieusement.



## CHAPITRE VII

# LES ATTAQUES SIMPLES

### I — DEFINITION :

L'attaque simple est une action offensive ne comportant qu'un seul temps, exécutée en se fendant ou en flèche.

### II — CLASSIFICATION :

#### A) Attaques simples aux avancées :

##### 1) *Classiques* :

- a) Coup droit.
- b) Dégagement.

##### 2) *En cavant* :

#### B) Attaques simples au corps :

- a) Coup droit.
- b) Dégagement.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Attaques classiques aux avancées :

##### I) *Le coup droit* :

- a) Au poignet ou à l'avant-bras :

- a — Dessus
- b — Intérieur
- c — Dessous
- d — Extérieur.

Allonger le bras en prenant la couverture nécessaire du côté de la lame et de la pointe adverse, la main en supination complète la pointe dans la direction de la cible. Puis se développer le tout en un seul temps.

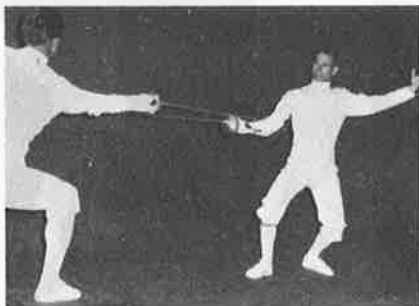


FIG. 40 : L'attaque classique à la main dessus

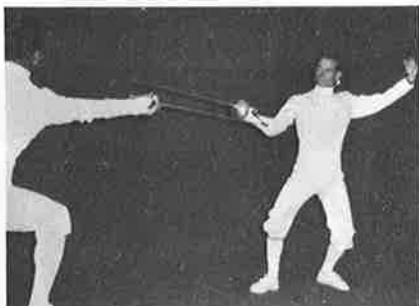


FIG. 41 : L'attaque classique à la main dessous

#### b) Au genou :

Allonger le bras, main en supination complète la pointe dans la direction de la cible, l'arme et le bras formant une ligne droite, se développer, le tout en un seul temps. C'est une attaque d'allonge liée à la tactique et à l'à-propos.

#### c) A la jambe et au pied :

Allonger le bras, la main en supination complète, la pointe dans la direction de la cible, l'arme et le bras formant une ligne droite, se développer, le tout en un seul temps. C'est une attaque d'allonge liée à la tactique et à l'à-propos.

*Nota :* Pour les attaques d'allonge, le tireur peut modifier la tenue de l'arme pour gagner quelques centimètres.

## II) Le dégagement :

### Au poignet ou à l'avant-bras :

Suivant la position de garde de l'adversaire ou suivant l'engagement qu'il désire prendre, le dégagement peut s'exécuter dans les quatre lignes : dessus, intérieure, dessous, extérieure.

Allonger le bras, la main en supination en se couvrant du côté de la lame et de la pointe adverse, faire passer la pointe sous la coquille adverse puis se développer, le tout en un seul temps.

### B) Attaques en cavant aux avancées :

L'attaque en cavant est un coup lancé, l'arme et le bras forment une

ligne brisée ; elle doit être dirigée le plus près possible de la coquille adverse.

Au poignet :

a) *Dessus* : lancer le coup en se fendant par une extension rapide du bras, la main nettement plus haute que la pointe, le pouce en dessus.

b) *Intérieure* : lancer le coup en se fendant par une extension rapide du bras, la main en supination à hauteur de la pointe et sortie exagérément vers la droite.

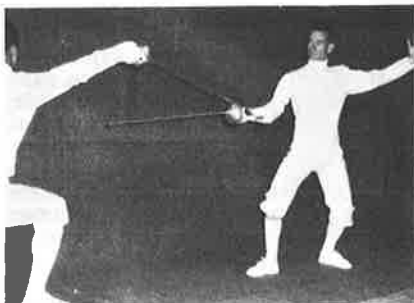


FIG. 42 : *L'attaque en cavant à la main dessus*



FIG. 43 : *L'attaque en cavant à la main intérieure*



FIG. 44 : *L'attaque en cavant à la main extérieure*



FIG. 45 : *L'attaque en cavant à la main dessous*

c) *Dessous* : lancer le coup en se fendant par une extension rapide du bras, la main en pronation nettement plus basse que la pointe.

d) *Extérieure* : lancer le coup en se fendant par une extension rapide du bras, la main en semi-pronation à hauteur de la pointe et sortie exagérément vers la gauche.

**C) Attaques au corps :**

1) *Le coup droit* :

Action d'à-propos, exécutée de préférence en flèche. Pour l'exécution technique voir le chapitre IV du fleuret.

## 2) *Le dégagement :*

Action d'à-propos, exécutée de préférence en flèche. L'exécution technique est la même qu'au fleuret, toutefois la couverture du côté du fer adverse est indispensable jusqu'à la finale de l'attaque.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

### 1) *Attaques simples classiques aux avancées :*

#### A) *LE COUP DROIT :*

a) *Au poignet, à l'avant-bras :* la position de garde classique protège parfaitement la main, le poignet et l'avant-bras, et rend impossible l'offensive par coup droit. Les circonstances de l'assaut, le laisser aller, la fatigue ou une position de garde fantaisiste permettent parfois de l'employer avec succès. D'une manière générale, le coup droit aux avancées nécessite une préparation ayant pour but de faire découvrir une cible. Il peut naturellement être exécuté sur la préparation adverse lorsque celle-ci découvre momentanément la main, le poignet ou l'avant-bras.

b) *Au genou, à la jambe, au pied :* bien que ces cibles soient considérées comme avancées elles sont à une distance plus grande que la main et le poignet. Situées dans la ligne basse, elles sont protégées par une contre-offensive facile exécutée simultanément avec la retraite.

La préparation de ce coup droit ne doit obligatoirement pas provoquer de contre-offensive immédiate, toute couverture étant impossible.

#### B) *LE DEGAGEMENT :*

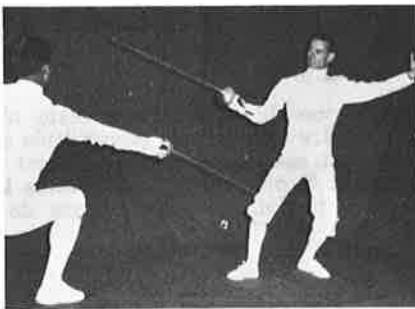


FIG. 46 : *L'attaque au genou*

a) *Au poignet et à l'avant-bras :* le dégagement est peu employé à l'épée, la position de garde classique ne le permet pas, cependant les circonstances de l'assaut peuvent parfois offrir l'occasion de prendre l'engagement. Dans ce cas, il est indispensable de faire précéder l'attaque d'une préparation (pression) ayant pour objet de découvrir la cible à atteindre.

Le dégagement peut se terminer au genou si la préparation provoque une réaction exagérée dans la ligne haute.

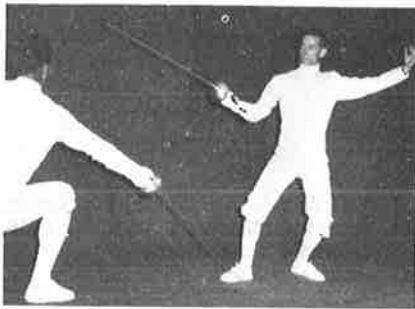


FIG. 47 : L'attaque au pied

## 2) Attaques en cavant aux avancées :

Le coup droit en cavant aux avancées offre l'avantage de toucher un adversaire même protégé par une position de garde correcte. Sa réussite est cependant liée à certaines conditions :

- 1) Attaquer la cible la moins protégée par la pointe adverse.
- 2) Former un angle, le plus droit possible, avec le bras et la lame dans l'exécution du coup afin de :
  - a) Faire tomber la contre-attaque dans le vide ;
  - b) Rencontrer la cible le plus perpendiculairement possible.
- 3) Lancer le coup en donnant au bras sa plus grande vitesse d'exécution et le retirer aussitôt afin d'éviter la contre-offensive en essayant de la gagner de vitesse.
- 4) Diriger le coup le plus près possible de la coquille afin de conserver un avantage de longueur.
- 5) Surprendre au maximum l'adversaire afin d'éviter le coup double toujours possible.

Les coups droits en cavant, dont l'exécution particulière ressemble davantage à des « coup de patte » en se fendant, demandent une grande précision. Ils sont à recommander sur des tireurs en garde, le bras armé trop allongé.

## 3) Attaques simples au corps :

1) *Le coup droit* : le coup droit au corps s'emploie peu à l'épée. La flèche permet de l'utiliser dans certaines circonstances de l'assaut sans pour autant gêner la contre-offensive. Certains tireurs, ceux de grande taille en particulier, l'emploient plus fréquemment en trompant leur adversaire sur la distance.

Même si la préparation de l'attaque offre les possibilités d'atteindre le corps, il est préférable de la diriger à la saignée du bras avec toute la couverture nécessaire.

2) *Le dégagement* : l'emploi tactique du dégagement reste identique à celui du coup droit. La distance n'offre que peu de possibilités de prendre un engagement suffisant pour en assurer le succès. Il est exécuté de préférence en flèche en s'engageant le plus loin possible dans la garde adverse. Cette attaque est pratiquée parfois par des tireurs de grande taille.

## V — DEFAUTS A EVITER :

### A) Dans les attaques classiques aux avancées :

1) *Couverture insuffisante du côté du fer adverse* : l'accès à la cible est plus facile, mais expose à la contre-offensive la plus simple et la plus rapide.

2) *Couverture exagérée du côté du fer adverse* : diminue la longueur de l'attaque et nuit à la précision, la pointe glisse sur la cible.

3) *Blocage insuffisant ou inexistant de la fente* : toute contre-offensive immédiate est impossible en cas d'échec de l'attaque, lorsque l'attaque est très engagée les ripostes par prise de fer en sont facilitées.

*Nota* : Tous les défauts traités dans le développement (position de la main) nuisent à la précision indispensable pour atteindre ces cibles qui ne présentent qu'une surface réduite et souvent mobile.

#### **B) Dans les attaques en cavant aux avancées :**

1) *Attaque conduite ou portée par la détente de la jambe arrière* : la contre-offensive prend inmanquablement l'avantage.

2) *Lenteur et retard dans le retrait du bras armé* : ne permet pas d'éviter la contre-offensive adverse.

3) *Angle insuffisant formé par le bras et la lame* : facilite la contre-offensive, ne permet pas de l'éviter.

4) *Mauvaise position de la main par rapport à la cible visée* : la pointe la pointe n'arrive pas le plus perpendiculairement possible sur la cible, l'attaque passe ou plaque.

#### **C) Dans les attaques au corps :**

(Les défauts traités dans les attaques simples au fleuret restent variables.)

*Couverture insuffisante jusqu'à la finale de l'attaque* : facilite la contre-offensive aux avancées et ne permet pas d'éviter le coup double.

## **VI — CONSIDERATIONS GENERALES :**

La notion de la *distance exacte* a une importance capitale dans la bonne exécution des attaques aux avancées classiques ou en cavant.

L'attaque doit atteindre la cible visée *sans flèche de la lame* avec un angle suffisant pour que la tête de pointe glisse parfaitement dans l'embase pour une pression de 750 grammes. Les avancées (main, poignet, avant-bras) offrent des cibles presque parallèles à la direction des coups. Une mauvaise appréciation de la distance risque de faire passer ou plaquer l'attaque en livrant dangereusement les avancées à la contre-offensive adverse et rend presque impossible la contre-offensive immédiate en cas d'échec de l'attaque.

Par son exécution particulière, l'attaque simple en cavant exige beaucoup de précision. La fente sert à se mettre à portée de la cible visée. Le coup lancé par l'extension rapide du bras armé, formant un angle exagéré et variable avec la lame, influe sur la distance exacte, indispensable à son efficacité. La pointe ne doit en aucun cas dépasser la cible visée pour permettre le retrait du bras et éviter la contre-offensive adverse.

Les positions de la main données dans l'étude technique des attaques en cavant permettent de les exécuter par un mouvement le plus naturel possible. Ce qui est indispensable pour obtenir une vitesse maximum et une meilleure précision.

La position de la main doit permettre de rencontrer la cible visée, le plus perpendiculairement possible, près de la coquille adverse. Dans les attaques en cavant à la main intérieure et extérieure, le tireur peut décaler, vers la droite ou vers la gauche, la pose de son pied avant dans l'exécution de la fente afin d'obtenir un accès plus facile à la cible visée.

Le coupé qui découvre le poignet et l'avant-bras est à éliminer des attaques simples aux avancées. La précision nécessaire pour atteindre une cible réduite est difficile à obtenir en raison du mouvement de haut en bas décrit par la pointe. Son emploi attire une contre-offensive facile et toujours efficace.

Toutes les actions offensives aux avancées imposent une couverture suffisante du côté de la pointe et de la lame adverse afin de limiter la contre-offensive toujours possible. Cette couverture beaucoup plus naturelle dans les lignes de droite demande plus d'attention dans les lignes de gauche.

La couverture doit être progressive, les risques augmentant au moment de la finale de l'attaque lorsque les avancées sont à portée de l'adversaire. Cependant une couverture exagérée au départ ou en finale de l'attaque nuit à une bonne précision et surtout en diminue la longueur.

Si l'offensive simple aux avancées impose une couverture mesurée, il y a intérêt à l'accentuer dans l'offensive au corps, laquelle ne doit être employée qu'en seconde intention. Toute autre façon tient plus du hasard que d'une tactique raisonnée, même dans l'exploitation instantanée d'une faute adverse il y a intérêt à la développer en flèche.

La défensive à employer contre les attaques simples aux avancées est en général la contre-offensive classique ou en cavant. Toutefois lorsque l'attaque est très engagée dans la garde, il est préférable d'employer les parades. La défensive est traitée en détail dans le chapitre IX.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'exécution des attaques simples classiques aux avancées se fait sur l'invite du Maître. Celle-ci doit être faite de manière à ne livrer la cible qu'en fonction de l'adresse de l'élève. La pointe doit menacer au plus près les avancées de l'élève (poignet — avant-bras) afin d'obtenir une bonne couverture dans la ligne voulue. Le Maître peut même esquisser ou exécuter la contre-offensive.

Le Maître doit veiller particulièrement à la position de la main de son élève, seule la position *main en supination complète* permet d'éviter les mouvements latéraux de la pointe très nuisibles à la précision du coup.

Dès le début, il est logique et indispensable de mécaniser l'élève à exécuter la contre-offensive pendant le retour en garde. Pour l'enseigner, le Maître doit exiger une *appréciation exacte de la distance, un développement bloqué* afin que l'élève touche sans s'appuyer et *sans dépasser la cible*. Il le reconduit à sa distance en l'attaquant sur une cible donnée et l'habitue à reprendre la garde à se mettre hors de distance, la pointe bien en ligne en prenant la couverture qui s'impose.

Pour s'assurer de la correction du blocage de l'attaque, le Maître doit la parer de temps et temps (ni trop tôt ni trop tard) et demander à l'élève de rester la pointe bien en ligne et de la ramener sur la cible (remise).

Les attaques au genou et au pied doivent être étudiées à la leçon. Nombre de Maîtres laissent le soin à leurs élèves de les découvrir à l'assaut. Les conditions tactiques de leur emploi sont particulières, ces attaques exigeant beaucoup de précision et une grande vitesse d'exécution. Le Maître doit donc les enseigner et obtenir une exécution parfaite avant de les placer dans des exercices tactiques.

Les modifications tolérées à la tenue de l'arme permettent de gagner quelques centimètres. Toutefois elles ne doivent pas nuire aux actions consécutives à l'attaque. Le Maître peut les autoriser ou les interdire.

Pour l'étude des attaques en cavant, le Maître reste dans une position de garde correcte, *le bras légèrement plus allongé*, l'élève doit lancer son coup sans écart exagéré de la pointe avec un maximum de vitesse. Comme dans les attaques classiques, le Maître peut esquisser la contre-offensive et doit veiller à ce que le coup ne dépasse pas la cible.

L'étude des attaques simples classiques et en cavant doit se faire avec les déplacements.

Le Maître doit habituer l'élève à trouver sa juste distance et à placer son action offensive dans l'invite.

## CHAPITRE VIII

# LA DÉFENSIVE - LES PARADES

L'absence de convention, l'extension de la surface valable au corps entier et la nécessité de toucher le premier donnent un caractère particulier à l'exécution technique et à l'emploi tactique des parades dans le jeu de l'épée.

La défensive se justifie pas la cible qu'elle veut protéger dans le but d'écarter le fer adverse en touchant l'adversaire sans lui laisser la possibilité d'agir entre le 1/20<sup>e</sup> ou 1/25<sup>e</sup> de seconde qui suit.

Il faut donc considérer les attaques dirigées :

- 1) Aux avancées extrêmes : main, avant-bras, genoux.
- 2) Aux avancées : bras, cuisse avant.
- 3) Au corps.

### A) DEFENSIVE SUR LES ATTAQUES AUX AVANCEES EXTREMES :

Les attaques à la main, à l'avant-bras, au genou sont des actions offensives qui ne permettent pas de s'assurer du fer adverse très peu engagé. Il échappe facilement à la parade et ne laisse que peu de possibilité de le maîtriser. La cible extrêmement réduite (main, avant-bras) offerte au pareur exige une très grande précision qu'il n'est pas toujours possible d'obtenir après une parade. Il est donc préférable d'employer la contre-offensive, beaucoup plus rapide et précise. L'emploi judicieux de la parade et de la contre-offensive contrarie l'offensive adverse.

### B) DEFENSIVE SUR LES ATTAQUES AUX AVANCEES :

Beaucoup plus engagées, ces attaques permettent de s'assurer du fer dans de bonnes conditions. La parade simple offre une sécurité totale si elle écarte le fer au moment voulu. La parade de fleuret suivie de la riposte forment deux temps bien distincts. La parade d'épée et sa riposte n'en forment qu'un seul pour prendre la forme « d'un coup dans le coup » en écartant le fer adverse.

Pour être efficace la parade simple s'exécute :



1) *En allant au devant de l'attaque afin de pas la laisser s'engager trop profondément et permettre l'allongement immédiat du bras sans risque de rencontrer la pointe adverse.*

2) *En rompant, pour conserver le dessus des armes malgré la progression de l'attaque adverse et toucher sans flèche.*

3) *En dirigeant la pointe sur la cible visée tout en exécutant simultanément la couverture destinée à écarter le fer.*

Ces conditions d'exécution ont pour but de toucher sans laisser à l'adversaire la possibilité d'entreprendre une nouvelle action (remise, reprise) entre le 1/20<sup>e</sup> ou 1/25<sup>e</sup> de seconde qui suit.

### **C) DEFENSIVE SUR LES ATTAQUES AU CORPS :**

Lorsque le tireur ne peut rompre suffisamment dès le départ d'une attaque dirigée au corps ou n'a pu soustraire son fer à l'action adverse, il se trouve alors à une distance qui ne lui permet plus de respecter les principes donnés dans le paragraphe précédent et l'oblige à employer la défensive propre au fleuret. Pendant l'exécution de la riposte, l'attaquant conserve la possibilité d'agir immédiatement (remise, reprise) ce qui oblige le pareur d'une manière générale, à riposter en conservant le fer adverse.

Une différence de taille, un excellent jeu de jambes, offrent parfois la possibilité d'utiliser la contre-offensive sur les attaques dirigées soit aux avancées soit au corps et plus particulièrement sur celles dirigées en ligne basse. Certains tireurs possédant *une grande notion de la distance* s'en servent efficacement.

## CHAPITRE IX

# LES PARADES SIMPLES

### I — DEFINITION :

C'est l'action qui consiste à détourner avec son arme l'offensive adverse en portant un coup.

### II — CLASSIFICATION DES PARADES SIMPLES :

Les parades offrant *une protection maximum* doivent être utilisées de préférence. Elles prennent pour cette raison le nom de *parades de base* et présentent les avantages suivants :

a) Elles ne nécessitent aucun déplacement latéral de la main susceptible de découvrir les avancées.

b) Elles rejettent immédiatement le fer adverse à l'extérieur du corps dans des lignes où la couverture du bras et du corps est complète.

#### A) Parades de base :

- 1) Sixte : protège la ligne dessus.
- 2) Octave : protège la ligne dehors.
- 3) Contre de sixte : protège la ligne dedans.
- 4) Contre d'octave : protège la ligne dessous.

#### B) Parades secondaires :

- 1) Quarte : protège la ligne dedans.
- 2) Septime : protège la ligne dessous.
- 3) Les contres de quarte et de septime : protègent les lignes dedans et dessous.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quelle que soit la parade simple employée, elle doit respecter dans son exécution les principes suivants :

1) Donner une prédominance au déplacement de la pointe afin qu'elle soit immédiatement dans l'axe de la cible.

2) Fermer complètement la ligne menacée sans écarts exagérés (vertical-latéral) à l'aide de la coquille.

3) Etre prise en exécutant simultanément l'allongement du bras et la retraite afin de supprimer la flèche de la lame, sans lever la main et en reprenant la distance.

4) Aller au devant de l'attaque adverse, pour qu'elle ne s'engage trop profondément en l'écartant le plus tôt possible.

5) Maintenir la pointe dans l'axe de la cible, menaçant les avancées qu'elle peut rencontrer pendant son exécution.

6) Conserver le fer jusqu'à la finale.

#### A) Description des parades simples :

##### 1) PARADES DE BASE :

*Sixte* : En partant d'une position de garde classique, parade semi-circulaire, écarte le fer lorsqu'il se présente dans la ligne haute en le laissant dans la même ligne.



FIG. 48 : La parade de sixte classique

*Octave* : En partant d'une position de garde, pointe plus haute que la main, parade semi-circulaire, écarte le fer lorsqu'il se présente dans la ligne basse en le laissant dans la même ligne.

*Contre de sixte* : En partant d'une position pointe plus haute que la main, parade circulaire, prend le fer lorsqu'il se présente dans la ligne haute dedans pour le rejeter dans la ligne opposée.

*Contre d'octave* : En partant d'une position de garde classique, parade circulaire, prend le fer lorsqu'il se présente dans la ligne basse dessous pour le rejeter dans la ligne opposée.

##### 2) PARADES SECONDAIRES :

*Quarte* : En partant d'une position pointe plus haute que la main ou d'une position de garde classique, parade latérale ou diagonale, écarte le fer lorsqu'il se présente dans la ligne haute en le laissant dans la même ligne.

*Septime* : En partant d'une position pointe plus haute que la main ou d'une position de garde classique, parade diagonale ou latérale, écarte le fer lorsqu'il se présente dans la ligne basse en le laissant dans la même ligne.

*Les contres de quarte et de septime* : prennent le fer lorsqu'il se présente dans la ligne haute dessus et dans la ligne basse dehors pour le rejeter dans la ligne opposée.

### B) Exécution des parades simples :

Quelle que soit la parade employée, elle est toujours *exécutée d'opposition* sur l'offensive développée d'autorité ou en maîtrisant le fer. La parade s'exécute également en *cédant*.

1) *D'opposition* : la parade d'opposition écarte le fer sans brusquerie, ne faisant qu'un seul temps avec la riposte, en allongeant le bras avec les mouvements de couverture de la main.

2) *En cédant* : la parade en cédant s'exécute dans les mêmes conditions qu'au fleuret. Il est indispensable de maintenir la pointe dans la direction de la cible pendant toute son exécution.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

La tactique exige d'une manière générale un emploi fréquent des parades simples offrant un maximum de sécurité car elles permettent :

- 1) De se protéger des remises.
- 2) D'obtenir une couverture complète sans découvrir les avancées en interdisant toute insistance ou continuation de l'offensive.

Lorsque l'attaque est suffisamment engagée elle justifie une parade. Les quatre parades de base permettent d'écarter le fer adverse et de le rejeter à l'extérieur du corps. Elles sont prises en fonction de la position de la pointe et des circonstances de l'assaut.

1) *Parade de sixte* : détourne l'attaque dirigée dans la ligne dessus, mais peut aussi lorsqu'elle est prise à temps, détourner une attaque dirigée dans la ligne dedans. Dans l'exécution de la parade la pointe doit atteindre la saignée du bras de l'adversaire sans élévation inutile de la main.

2) *Parade d'octave* : s'emploie lorsque le tireur se trouve, de par les circonstances de l'assaut, pointe plus haute que la main pour détourner une attaque dirigée dans la ligne dehors et parfois même dans la ligne dessous. La position de la pointe par rapport au bras de l'adversaire ne permet pas un coup direct. Aussi il est utile de :

- a) Faire suivre la parade d'un liement destiné à toucher à la saignée du bras.
- b) Exécuter la parade par demi-fente en dirigeant la pointe à la cuisse ou au flanc.

3) *Contre de sixte* : s'exécute en partant d'une position pointe plus haute que la main, détourne l'attaque dirigée dans la ligne dedans. Il présente les mêmes avantages que la parade de sixte.

4) *Contre d'octave* : s'exécute en partant d'une position pointe plus

basse que la main, détourne l'attaque dirigée dans la ligne dessous. Il présente les mêmes avantages et inconvénients que la parade d'octave.

Les parades secondaires ne sont pas à rejeter. Bien employées, elles offrent des avantages certains et permettent de varier la défensive. Leur exécution technique ne permet pas d'obtenir une couverture suffisante et expose aux remises et aux reprises. Cependant, prises à temps et à bonne distance elles surprennent souvent l'adversaire.



FIG. 49 :

*La parade de quarte classique*

ne permet pas un coup direct. Il y a donc lieu de bien l'exécuter pour atteindre la saignée du bras.

3) *Contre de quarte et de septime* : très rarement employés, ils peuvent être efficaces lorsque la main est emballée par des feintes pour tenter de retrouver le fer.

4) *Parades de seconde et contre de seconde* : beaucoup moins employées à l'arme électrique qu'à l'épée ordinaire, elles sont plus autoritaires que la parade d'octave et son contre. Mais la position de la main (en pronation) les rend parfois très larges et ne permet pas de ripostes rapides.

*La parade exécutée d'opposition* écarte le fer en offrant la possibilité de garantir les avancées et de loger immédiatement la pointe dans l'offensive adverse. Elle permet de conserver le fer adverse et de déceler, suivant la profondeur de l'offensive, la riposte qui s'impose. Ainsi elle peut être :

1) Renforcée d'une prise de fer pour éviter la remise ou encore lorsque la distance ne permet plus de conserver le dessus des armes.

2) Suivie d'une riposte indirecte lorsque l'adversaire en réagissant immédiatement sur la parade ne peut exécuter de remise immédiate.

*La parade exécutée du « Tac »* n'est pas recommandée à l'épée pour les raisons suivantes :

1) Elle n'écarte le fer que momentanément et laisse la possibilité à l'adversaire de continuer son action.

2) Au moment de la parade la pointe adverse est beaucoup plus près de la cible que celle du pareur de la cible qu'il peut atteindre. Ceci

1) *Parade de quarte* : s'exécute en partant d'une position pointe plus haute ou plus basse que la main, détourne l'attaque dirigée dans la ligne dedans. Le bras et la lame forment une ligne brisée qui nuit à la précision et ne permet pas de saisir le fer en toute sécurité (fig. 49).

2) *Parade de septime* : peu utilisée à l'épée car le fer échappe trop facilement, elle s'exécute en déplaçant la main le moins possible. La position de la pointe par rapport au bras de l'adversaire intéresse à la faire suivre d'un

laisse le temps nécessaire et la possibilité à l'attaquant de remettre sa pointe en ligne pendant la riposte.

*La parade exécutée en cédant* : l'offensive au corps étant presque toujours développée en maîtrisant le fer, la parade en cédant s'exécute comme au fleuret et obligatoirement en marchant. Elle présente les avantages suivants :

- 1) « Casser » la distance, la pointe adverse dépasse suffisamment la cible visée pour empêcher toute remise immédiate.
- 2) Exécutée la pointe bien en ligne l'attaquant se jette souvent sur la pointe involontairement.
- 3) Prise bras raccourci, mais à distance très réduite, elle n'exige qu'une légère extension du bras.

Les parades de quarte et de sixte peuvent être suivies du croisé. Le croisé de quarte, en septime est employée par les tireurs de même main, celui de sixte en octave par les tireurs de main contraire. L'exécution technique de ces deux actions varie suivant l'intention tactique du tireur où est imposée par les circonstances de l'assaut.

De gaucher à droitier ou inversement, les parades de quarte et de septime offrent les mêmes avantages que les parades de sixte et octave recommandées à deux tireurs de même main. Leur efficacité dépend naturellement de leur exécution technique. La défensive à l'épée doit être aussi variée que possible, mais elle ne sera vraiment efficace que si elle est employée à *juste distance*. Les circonstances de l'assaut la rendent parfois difficile, la mobilité du jeu de l'épée exigeant une exécution technique parfaite.

## V — DÉFAÛTS A EVITER :

1) *Emploi abusif de la parade* : se rencontre surtout chez les fleuretistes pratiquant l'épée. Ils emploient la parade par réflexe ou par manque de confiance dans la contre-offensive. Ces tireurs se découvrent souvent inutilement et s'exposent au trompement.

2) *Exécution tardive de la parade* : le pareur est obligé de raccourcir le bras et s'expose aux dangers de l'emploi exagéré des parades courtes.

3) *Emploi exagéré des parades détournant le fer du côté intérieur du corps* : défaut des fleurettistes qui, par réflexe, limitent leur défensive aux parades latérales et diagonales. Ils s'exposent aux remises et reprises en ligne basse ou haute.

4) *Supination incomplète de la main dans les parades de sixte et octave* : la pointe ne vient pas à temps sur la cible ou s'en éloigne, provoque souvent une élévation exagérée de la main en sixte et une parade trop large en octave.

5) *Couverture insuffisante* : provient d'une mauvaise position de la main (supination incomplète), est souvent la cause de coups doubles.

6) *Allongement insuffisant du bras* : ne ferme pas immédiatement la ligne et laisse l'offensive progresser.

7) *Ecart latéraux ou verticaux de la pointe* : la pointe n'est plus un danger immédiat pour l'adversaire, elle arrive sur la cible avec retard pendant la progression de l'offensive.

8) *Élévation ou opposition exagérée* : provient souvent d'une mauvaise position de la main, expose aux reprises.

9) *Retraite tardive ou inexistante* : la distance est faussée, la pointe manque la cible visée et oblige à l'élévation exagérée de la main pour conserver le dessus des armes.

10) *Abandon du fer avant la finale* : augmente les risques de remises.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Chaque épéiste possède son jeu propre, mais il est rare de rencontrer un jeu absolument complet. L'épée ordinaire accordait une large place aux parades simples. La signalisation électrique favorisait la contre-offensive et beaucoup de tireurs ont leur jeu uniquement basé sur l'offensive et la contre-offensive. Ils atteignent parfois un certain niveau grâce à des qualités naturelles, mais leur jeu incomplet ne leur permet pas une confirmation de leur valeur réelle. L'à-propos est une de leur qualité majeure, laquelle dépend de la forme physique et de l'équilibre nerveux du moment, ce qui bien souvent est la cause de contre-performances.

La contre-offensive occupe une place importante dans le jeu de l'épée. Elle part des gestes naturels d'exécution facile voire instinctifs. La parade exige un entraînement difficile parfois très long. La difficulté de parer correctement au moment voulu ou même instinctivement, en se ménageant une riposte simultanée ou immédiate suivant les circonstances de l'assaut, exige une exécution technique parfaite et un mécanisme complet.

La distance est certainement la qualité première d'une bonne défensive à l'épée. Elle conditionne le choix de la parade et son exécution : longue sur les attaques destinées à l'avant-bras ou au bras, coordonnée



FIG. 50 : La parade par contre de sixte en marchant (type fleuret)

avec la retraite sur les attaques au corps, courte sur les attaques en flèche ou encore sur celles coordonnées avec la marche. L'emploi judicieux de la parade nécessite un jeu de jambes et un équilibre parfait pour écarter le fer et toucher avec un minimum de risques. Dans la ligne haute, la cible la plus recherchée en défensive est la saignée du bras adverse. Cette cible réduite demande une certaine précision

qui n'est obtenue que par une bonne position de la main et une bonne tenue de l'arme permettant aux doigts d'amener la pointe sur la cible avec autorité.

Le principe du respect de la ligne droite, recommandé en offensive, est valable en défensive. Quelles que soient la parade ou l'action qui la suit, la pointe doit toujours emprunter le chemin le plus court pour aller sur la cible visée.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le fait que la défensive à l'épée se confond dans la plupart des cas avec la riposte, oblige le Maître à veiller tout particulièrement aux principes techniques de la tenue de l'arme, de la position de la garde, des déplacements et de l'offensive sans lesquels la parade et la riposte perdent toute justesse et précision. Dès le début le Maître doit habituer son élève à parer et toucher à sa juste distance pour arriver ensuite à varier ses déplacements, l'obliger à apprécier la profondeur de l'attaque et l'amener, suivant la parade à :

- 1) Atteindre la cible la plus rapprochée en écartant le fer.
- 2) Toucher sans flèche de la lame.
- 3) Conserver une bonne couverture.

Pour obtenir une exécution parfaite l'élève doit déplacer simultanément son pied arrière pendant l'allongement du bras armé. Cette action coordonnée du bras et des jambes doit s'exécuter au moment du départ du pied avant du Maître, *sans pencher le buste en avant*, et en écartant le fer avec le talon de la lame et la coquille.

La supination complète de la main, tout au moins pour les parades de sixte et d'octave, doit être exigée pour obtenir une précision maximum. Suivant la souplesse articulaire de l'élève le Maître peut tolérer une certaine réserve de supination dans la position de la garde, ce qui permet par une rotation de la main simultanée avec l'allongement du bras, d'obtenir quand même un mouvement bloqué.

La fermeture complète de la ligne menacée est capitale à l'épée. Le Maître doit y porter toute son attention et s'assurer qu'elle est exécutée pendant l'allongement du bras, et corriger le mouvement chaque fois que :

- 1) La parade précède la pointe, ce qui fait passer ou plaquer.
- 2) La pointe précède la parade ce qui n'empêche pas le coup d'arriver et provoque souvent le coup double.

Pour obtenir une bonne exécution de la parade simple et se rapprocher le plus possible des réalités de l'assaut, le Maître doit :

A) *Présenter son action offensive :*

- 1) Le bras armé *complètement allongé*.
- 2) La pointe dans la *direction exacte* de la cible.
- 3) La main placée suivant les *mouvements de couvertures* à respecter.

B) *Se développer :*

- 1) En *cherchant à atteindre* la cible visée.
- 2) En *bloquant* sa fente.
- 3) En reprenant la position de garde *en avant après l'action de l'élève*.

L'élève doit écarter lui-même l'action offensive et s'ouvrir le chemin d'accès à la cible. Le Maître doit donc donner à son action *l'intensité voulue*.

Lorsque le Maître engage davantage son offensive, il applique les principes pédagogiques traités au fleuret. La défensive et la riposte sont fonctions de la distance et suivent les mêmes règles.



## VIII — RIPOSTES ET CONTRE-RIPOSTES

L'exécution de la riposte telle qu'elle est faite à l'épée donne à la contre-riposte un caractère particulier, lorsqu'elle est employée à l'assaut. Dans des cas extrêmement rares, elle ressemble plus à une *contre-opposition* naturellement justifiée par la riposte adverse.

La distance que doit parcourir la pointe de l'arme après la parade courte ne peut empêcher la remise. Cependant suivant la distance et les circonstances de l'assaut, la vitesse de la riposte permet de toucher. D'une manière générale, il est inutile de parer une riposte adverse mais préférable de faire une remise ou reprise.

## CHAPITRE X

# LES FEINTES D'ATTAQUE ATTAQUES AU RETRAIT DE LA MAIN ATTAQUES COMPOSÉES

### I — DEFINITION :

A) La feinte d'attaque :

(Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.)

B) L'attaque au retrait de la main :

L'attaque est dite « au retrait de la main » lorsqu'elle a pour but d'atteindre une des cibles découvertes par le retrait du bras armé provoqué par la feinte.

C) L'attaque composée :

D) Trompement :

(Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.)

### II — CLASSIFICATION :

A) Les feintes :

Les feintes doivent être suffisamment menaçantes pour provoquer une réaction adverse. Elles sont déterminées par les différentes cibles.

a) *Feintes aux avancées* : pour provoquer un retrait du bras ou une parade.

b) *Feintes au corps* : pour provoquer une ou plusieurs parades.

#### B) Les attaques au retrait de la main :

a) *Attaques aux avancées* : main, poignet, avant-bras.

b) *Attaques aux avancées* : bras, genou, jambe avant.

c) *Attaques au corps* :

#### C) Les attaques composées :

Les attaques composées en général d'une seule feinte sont destinées à toucher au corps. Elles comportent parfois deux feintes si elles ont été bien jugées.

a) *Attaques composées d'une feinte* :

1) Main, poignet, avant-bras.

2) Bras, genou, jambe avant.

3) Au corps.

b) *Attaques composées de deux feintes* : au corps.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description :

Les feintes s'exécutent techniquement comme les attaques pour lesquelles elles doivent être prises (voir chapitre attaques simples). Cependant afin de limiter les risques de la contre-offensive les plus employées sont :

1) *Feintes d'attaques simples* :

a) Par coup droit.

b) Par dégagement.

2) *Feintes d'attaques simples sur la préparation adverse* :

a) Dérobement de l'engagement.

b) Dérobement du changement (assez peu fréquent).

3) *Feintes d'attaques composées de deux feintes* :

a) feinte dessus-dessous.

b) Feinte dessous-dessus.

c) Feinte de doublement.

#### B) Exécution :

1) *ATTQUES AU RETRAIT DE LA MAIN* :

a) *Attaques aux avancées* : (main, poignet, avant-bras) (bras, genou, jambe avant).

La feinte est dirigée vers une des quatre cibles de la main adverse à l'aide d'une demi-feinte. L'attaque est portée par un prolongement de

la fente sur une des cibles découvertes par le retrait de la main et de la pointe.

b) *Attaques au corps :*

La feinte plus engagée est dirigée vers l'avant-bras adverse à l'aide d'un demi-fente ou d'une marche. L'attaque est portée soit par un redoublement soit en flèche sur la cible la plus favorable.

2) *ATTAQUES COMPOSEES :*

1) *Attaques composées d'une feinte aux avancées :* (main, poignet, avant-bras).

La feinte est dirigée une des quatre cibles du poignet adverse par demi-fente. La finale de l'attaque est portée par un prolongement de la fente en trompant la parade adverse, avec ou sans contact des fers, sur une cible découverte par l'exécution de la parade.

2) *Attaques composées d'une feinte aux avancées :* (bras, genou, jambe avant).

La feinte est dirigée sur une des quatre cibles de l'avant-bras par demi-fente. La finale de l'attaque est portée par un prolongement de la fente en trompant la parade adverse, avec ou sans contact des fers, sur la cible voulue.

3) *ATTAQUES COMPOSEES D'UNE FEINTE AU CORPS :*

La feinte est dirigée sur une des quatre cibles de l'avant-bras à hauteur de la saignée du bras par demi-fente ou en marchant. La finale de l'attaque est portée par un redoublement, ou en flèche en trompant la parade, avec ou sans contact des fers, sur la cible la plus favorable.

4) *ATTAQUES COMPOSEES DE DEUX FEINTES AU CORPS :*

La première feinte est dirigée sur une des quatre cibles de l'avant-bras, la seconde est plus engagée et au moins à hauteur du bras de l'adversaire.

Ces deux feintes s'exécutent par marches successives, la finale de l'attaque est portée en fente ou en flèche en trompant la dernière parade, avec ou sans contact des fers, vers la cible la plus favorable.

C) *Principes techniques :*

1) *Attaques au retrait de la main :*

Certains principes techniques sont à respecter dans l'exécution des attaques au retrait de la main.

1) La feinte doit posséder toutes les qualités d'une attaque simple (précision, vitesse, à-propos) pour provoquer le retrait de la main.

2) La feinte doit être suffisamment engagée (10 à 20 centimètres derrière la coquille adverse).

3) La feinte doit être dirigée vers la cible qui favorise le moins la contre-attaque, en tenant compte de l'éloignement de la pointe adverse dans la position qu'elle occupe momentanément, profitant ainsi du manque de couverture afin de provoquer le réflexe défensif escompté.

4) La finale de l'attaque s'exécute en se fendant lorsqu'elle est des-

tinée à toucher aux avancées et en flèche lorsqu'elle est destinée au corps.

5) La cible choisie doit être en principe la plus éloignée de la pointe adverse et permettre toutefois de se garantir d'une contre-attaque tardive.

*Exemple* : Feinte à la main dessus, l'adversaire retire la main en baissant la pointe, prolongez la fente en portant l'attaque à l'avant-bras dessus ou au genou.

## 2) *Attaques composées* :

Les feintes d'attaques qui ont pour but de provoquer une parade nécessitent, en plus des principes donnés pour les attaques au retrait de la main, certaines autres conditions techniques indispensables à leur réussite.

1) La feinte doit être plus engagée tout en respectant les principes de couverture afin de provoquer le réflexe de la parade et non celui de la contre-attaque.

2) La main doit être en supination complète afin de tromper la parade le plus verticalement possible, la pointe restant dans l'axe de la cible visée pendant toute la durée de l'action.

3) Le trompement doit s'exécuter autant que possible avec un contact des fers, il a ainsi pour but :

a) D'agir sur la sensibilité tactile de l'adversaire en lui donnant l'impression de l'efficacité de sa parade.

b) D'éviter le piège de « la fausse parade » suivie immédiatement de la contre-attaque aux avancées dans la même ligne.

4) La finale de l'attaque composée lorsqu'elle est dirigée au corps doit atteindre la cible la plus rapprochée et autant que possible celles du dessus ou du dehors, qui sont les deux seules lignes laissant le fer adverse à l'extérieur.

5) Lorsque l'attaque est composée de deux feintes, la deuxième doit progresser suffisamment en profondeur et en vitesse pour empêcher l'adversaire de contre-attaquer et par là l'obliger à rester dans la défensive.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

A l'épée le choix de la cible où se dirige la feinte a une très grande importance. Il est naturellement indispensable de juger avec certitude le réflexe adverse mais faut-il encore le provoquer et l'exploiter avec le minimum de risques. Le retrait du bras est un réflexe facilement exploitable. L'attaque qui se développe sans temps d'arrêt conserve la fraction de seconde d'avance sur la contre-attaque qui ne peut être exécutée qu'après le retrait du bras.

L'attaque composée expose à des risques plus grands surtout lorsqu'elle est destinée à toucher au corps. Le tireur doit juger avec certitude que la parade qu'il va provoquer sera une *parade courte*. La parade courte est ainsi nommée lorsqu'elle commence le bras aux 3/4 allongé (position de garde) pour se terminer dans une position de parade de fleuret, c'est-à-dire, bras raccourci, pointe plus haute ou plus basse que la main. Exécutée de cette manière, la parade ne peut croiser l'attaque et l'écartier assez tôt, elle laisse donc la possibilité de tromper

avec le minimum de risques puisque la pointe s'est considérablement éloignée.

Lorsque l'attaque composée ou l'attaque au retrait de la main est destinée à toucher aux avancées, elle doit être portée en se fendant ou en prolongement de fente pour les raisons suivantes :

- 1) La distance de ces cibles ne justifie pas l'emploi de la flèche.
- 2) Une grande précision est indispensable pour toucher des cibles réduites et très mobiles.

Certains tireurs emploient la flèche pour atteindre le bras ou la cuisse, ce sont généralement des tireurs de petite taille. Il est préférable chaque fois que cela est possible d'employer le développement qui permet de conserver un équilibre parfait et laisse la possibilité, en cas d'échec, d'utiliser la contre-offensive immédiate.

Pour atteindre le corps, la flèche est recommandée. Sa durée d'exécution est plus courte que celle de l'attaque en marche et fente ou en redoublement. Employée judicieusement, elle bénéficie de l'effet de surprise sans avoir le souci d'une grande précision et même en cas d'échec, elle permet d'exécuter soit la remise, soit la reprise.

Les attaques se terminant à la jambe ou au pied ne sont pas à négliger. Elles doivent être préparées par des feintes efficaces en exploitant les défauts d'équilibre de l'adversaire et portées avec beaucoup d'à-propos et de vitesse. D'une manière générale, la feinte doit provoquer :

- 1) Un retrait du bras vers le haut.
- 2) Une parade courte de ligne haute.

Pour deux tireurs de main contraire, l'exécution des feintes est soumise aux mêmes principes. La position des fers amène naturellement les tireurs à utiliser plus souvent les feintes aux avancées extérieures. Les attaques composées les plus courantes sont inversées et il est toujours préférable d'employer celles qui entraînent le fer adverse à l'extérieur dans la parade, ce qui diminue les risques du coup double.

Si un tireur droitier emploie peu les parades de quarte et de contre de quarte, le gaucher les utilise assez souvent. Elles lui permettent de prendre le dessus des armes mais l'exposent aux attaques composées aux avancées extérieures ou à celles portées au corps en flèche.

## V — DÉFAUTS A EVITER :

Ne sont traités dans ce paragraphe que les défauts relatifs aux attaques au retrait de la main et aux attaques composées. Restent valables les défauts traités dans le chapitre correspondant du fleuret ainsi que dans le chapitre des « attaques simples » à l'épée.

1) *Manque de couverture dans la feinte* : incite l'adversaire à contre-attaquer au lieu de parer ou retirer le bras.

2) *Manque de précision dans la feinte* : la pointe ne menace pas la cible choisie avec suffisamment de vérité pour provoquer la réaction escomptée.

3) *Insuffisance d'accélération en finale de l'attaque* : laisse la possibilité à l'adversaire de reprendre la contre-offensive.

4) *Mauvaise position du bras armé et de la main dans l'action finale* : diminue la vitesse du trompement et la précision. L'attaque manque d'efficacité.

## VI — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

A) **Attaques au retrait de la main :**

Si l'attaque est destinée à toucher :

1) *A la main, poignet, avant-bras, bras* : contre-attaquer en cavant aux avancées adverses avec déplacement de la cible pour faire tomber l'attaque dans le vide.

2) *Au genou, jambe, pied* : contre-attaquer classiquement avec retrait de la jambe avant pour soustraire la cible.

3) *Au bras, au corps* : parer composé et riposter en allongeant le bras dans la ligne où se termine l'attaque.

Si le tireur juge ou provoque ce genre d'attaques, il doit contre-attaquer en allongeant le bras et en rompant afin de conserver sa distance en cherchant à atteindre l'adversaire le plus près possible de la coquille dès le départ de la feinte.

B) **Attaques composées :**

Si l'attaque est destinée à toucher :

1) *A la main, poignet, avant-bras, pied, jambe, genou* : contre-attaquer classiquement après la parade simple en rompant et le plus près possible de la coquille adverse.

2) *A l'avant-bras, cuisse avant* : prendre une parade simple longue immédiatement après la première dans la ligne où se termine l'attaque et diriger la pointe sur la cible la plus proche.

3) *Au corps* : prendre une parade composée courte dans la ligne où se termine l'attaque, riposter à la cible la plus favorable suivant la distance.

Si le tireur juge ou provoque l'attaque composée :

1) *Aux avancées* : (main, poignet, avant-bras, genou, jambe, pied). Prendre une parade simple longue en direction du bras adverse. Celle-ci forme contre-attaque en donnant l'illusion d'avoir exécuté le réflexe voulu par l'adversaire, lequel continue son action.

2) *Aux avancées* : (bras — cuisse).

a) Même défensive que ci-dessus.

b) Exécuter un simulacre de parade et contre-attaquer en cavant le plus près possible de la coquille adverse.

c) Prendre une parade composée dans la ligne où se termine l'attaque en ayant commencé à allonger le bras à la première.

3) *Au corps* :

a) Mêmes défensives que ci-dessus en tenant compte de la distance.

b) Exécuter un temps d'interception ou d'opposition.

## VII — CONSIDERATIONS GENERALES :

Rares sont les épéistes qui possèdent un jeu complet aux actions variées aussi bien en défensive qu'en offensive. Il est courant de rencontrer des tireurs dont le jeu défensif est basé uniquement sur la contre-offensive ou sur la parade. Il est facile d'exploiter les parades adverses en utilisant la variété d'attaques composées qu'elles permettent. Par contre il est plus difficile d'attaquer un adversaire qui a une propension à contre-attaquer, car il peut également soustraire la cible à la feinte, lorsqu'elle est très menaçante, avant de lancer sa contre-attaque. Il est donc indispensable de juger avec certitude le réflexe adverse et de provoquer à coup sûr le retrait et non l'allongement du bras.

Dans l'offensive au retrait de la main, la pointe doit aller sur la cible choisie sans temps d'arrêt en profitant du mouvement arrière de la pointe adverse. La contre-attaque même tardive peut être extrêmement rapide puisque lancée par la seule extension du bras. Il est donc indispensable de conserver le léger temps d'avance que procure le retrait du bras adverse. L'action des jambes est très importante, il est préférable d'exécuter la feinte en demi-fente, le pied avant n'entrant en contact avec le sol que par le talon et prolonger la fente immédiatement. Ce procédé permet un gain de temps, car il supprime la pose de la plante du pied avant ainsi que son élévation à l'instant du prolongement.

Les trompements exécutés avec le contact du fer demandent une bonne sensibilité tactile ainsi que du doigté. Il est difficile de laisser l'adversaire joindre le fer en exécutant sa parade et éviter qu'il ne s'en empare. Les trompements au contact sont très efficaces, car pendant une fraction de seconde, l'adversaire croit contrôler le fer et continue son attaque sans aucune méfiance.

Le trompement final s'exécute parfois en cavant, lorsque l'attaque composée est destinée aux avancées extrêmes. Les cibles plus favorables à ces attaques sont : la main dessous — la main extérieure sur un gaucher.

Lorsque le trompement a lieu tardivement, l'attaque composée peut se confondre avec une attaque simple suivie de reprise. Pour conserver leur efficacité, les attaques composées avec ou sans contact des fers doivent atteindre leur but avant que le pied avant ne se pose au sol.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés dans le chapitre traitant les attaques simples restent valables, en particulier pour la technique d'exécution des feintes dont le début est semblable.

Lorsque le Maître passe à l'enseignement des attaques au retrait de la main, il doit attacher une importance particulière à l'équilibre de son élève, tenir compte des difficultés qu'il y a d'obtenir une bonne précision, de l'appréciation de la distance. Le Maître doit suivre la progression suivante :

1) Soustraire la cible en convenant à l'avance du geste qu'il va exécuter, ce qui facilite l'action.

2) Soustraire la cible en variant son geste, ce qui nécessite de la part de l'élève un coup d'œil sûr pour que l'action soit exécutée sans temps d'arrêt.

Certaines cibles sont difficiles à atteindre par la surface réduite qu'elles offrent au coup, mais aussi par leur mobilité. Le souci de la position de la pointe au moment du retrait du bras ajouté à celui de porter l'action sans temps d'arrêt, en font souvent des actions qui tiennent parfois de l'inspiration mais dont l'exécution technique doit être parfaite.



Pour faire exécuter les attaques au retrait de la main, le Maître doit :

- 1) Partir d'une position du bras armé légèrement plus allongée que la position classique.
- 2) Ne retirer la cible qu'en extrême finale de la feinte sans hésitation.
- 3) Exiger que la feinte soit couverte, précise et suffisamment menaçante.
- 4) Exiger une accélération finale maximum.

Dans l'enseignement des attaques composées, le Maître doit suivre une progression identique.

- 1) Convenir de la parade qu'il va utiliser.
- 2) Choisir les différentes cibles en tenant compte de la difficulté de les atteindre.
- 3) Demander le trompement sans contact des fers.
- 4) Puis l'exiger au contact.

Pour faire exécuter les attaques composées le Maître doit :

- 1) Partir d'une position du bras armé classique.
- 2) Prendre sa parade comme au fleuret.
- 3) Découvrir la cible suivant la force de l'élève (précision aux avancées).
- 4) Exiger que la feinte soit couverte, précise et suffisamment engagée.
- 5) Donner à sa parade le plus de réalisme possible.

Pour faire exécuter les attaques composées au corps, le Maître doit rompre immédiatement après la parade afin de conserver la distance et pouvoir chasser le fer de l'élève.

## CHAPITRE XI

# LES PARADES COMPOSÉES

### I — DEFINITIONS :

- A) Parade composée } Se reporter au chapitre correspondant  
B) Feinte de parade } du fleuret.

### II — CLASSIFICATION :

La classification des parades composées est déterminée par la forme de la défensive qui présente deux aspects distincts suivant que la parade composée soit préconçue ou le résultat d'un réflexe défensif.

*Préconçue* elle conserve le caractère classique de la parade longue simple où parade et riposte ne font qu'un seul temps.

*En réflexe* elle s'identifie à la parade du fleuret. L'épéiste surpris par la feinte adverse très engagée n'a plus que le recours de prendre une ou plusieurs parades courtes.

Ces deux variétés défensives sont classées en :

- Parade composée longue.
- Parade composée simple.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Les principes techniques de base des parades ont déjà été exposés

dans les chapitres correspondants des parades simples d'épée. Ils restent donc valables en ce qui concerne la dernière action de la parade composée longue.

Seuls sont traités dans ce chapitre les principes techniques relatifs à la combinaison de deux ou plusieurs parades longues.

#### A) Principes techniques de base :

1) Conserver le bras allongé et souple en gardant une très légère réserve après la 1<sup>re</sup> parade pour progresser encore dans l'exécution de la suivante.

2) Respecter ce même principe technique pour chaque parade de l'action défensive, lorsqu'elle en comporte plusieurs, également trompées.

3) Conserver impérativement la pointe en ligne pendant l'exécution entière de la défensive composée.

4) N'exécuter l'opposition complète du côté du fer que dans la dernière parade.

Aucuns principes techniques d'exécution des parades composées courtes ne sont définis. Ces parades n'étant que le fruit d'un réflexe défensif incontrôlé, tout au moins au début, il est donc difficile de les soumettre à de rigides principes techniques.

Elles doivent autant que possible respecter les principes des parades composées du fleuret auxquelles elles s'identifient. Le pareur doit s'évertuer à compenser l'handicap créé par la lourdeur de l'arme qui influe sur l'amplitude de l'action défensive.

Deux principes techniques concernant la riposte, pratiquement indissociables de la parade sont à respecter :

1) Conserver le fer dans la parade jusqu'à ce que la pointe adverse ait dépassé la cible et ne riposter qu'ensuite et indirectement en allongeant plus ou moins le bras suivant la distance séparant les tireurs.

2) Riposter par prise de fer, le bras plus ou moins allongé, lorsque la dernière parade coordonnée avec la retraite rend possible cette action.

#### B) Description des parades :

##### 1) Parade composée longue :

Consiste en la succession de deux ou trois parades au maximum. Les parades types sont :

a) En partant de la position d'octave :

- Sixte + contre de sixte en touchant à la saignée du bras.
- Contre d'octave + sixte en touchant à la saignée du bras.
- Sixte + contre de sixte + octave liez au bras.

b) En partant de la position de sixte :

- 2 contres de sixte en touchant à la saignée du bras.
- Contre de sixte + octave liez au bras.
- Contre de sixte + octave + sixte en touchant à la saignée du bras.

Cette défensive se compose de plusieurs parades dont la description de chacune d'elle a été définie dans le chapitre des parades simples à l'épée.

## 2) Parade composée courte :

Consiste en la succession de deux ou trois parades prises en raccourcissant le bras. La composition de l'action défensive est sensiblement la même que celle donnée précédemment pour les parades composées longues.

La description de chacune des parades de cette défensive composée a été également définie dans le chapitre correspondant des parades composées au fleuret.

L'exécution de la riposte qui doit suivre ces parades se fait en conservant en général le bras fléchi. Les doigts et la main agissent pour placer la pointe dans la direction de la cible désirée qui continue à se rapprocher lorsque l'attaque composée adverse est exécutée en flèche.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Peu d'escrimeurs utilisent la défensive dans un but tactique défini. Si la gamme des actions qu'elle permet est moins étendue que dans l'offensive, elle offre, tout en économisant ses ressources physiques, l'occasion d'attirer l'offensive adverse et d'en tirer parti de plusieurs façons.

### A) Feintes de parades composées :

Cette tactique consiste à suivre la pointe adverse dans les lignes où elle se présente tout en conservant sa distance afin d'éviter d'être touché. Rares sont les épéistes qui ne se laissent pas tenter et décident d'attaquer en composant.

Trois procédés exécutés en 2<sup>e</sup> intention permettent de mettre en échec l'offensive adverse ainsi provoquée :

#### 1) Fausse parade :

Cette tactique comprend deux phases. La première consiste à prendre une parade composée (2 contres de sixte par exemple) pour inciter l'adversaire à attaquer « composé ». Puis lorsque est prévu le moment de l'attaque adverse, la deuxième phase consiste en une parade simple exécutée bras allongé, pointe en direction de l'avant-bras. Cette forme contre-offensive permet d'atteindre l'adversaire avant qu'il n'ait terminé le 2<sup>e</sup> temps de son attaque composée.

#### 2) Contre-attaque en cavant :

Cette tactique, toujours après avoir provoqué l'offensive composée adverse, consiste à amorcer la 1<sup>re</sup> parade (un contre ou une parade demi-circulaire de préférence) puis à placer la pointe sur le chemin où doit passer la main adverse. Il importe de toucher très près de la coquille, de conserver une juste distance, de garder le bras fléchi formant un angle tel que la pointe adverse ne puisse le rencontrer pour éviter le coup double.

#### 3) Parade composée longue :

Lorsque cette défensive est préconçue, le pareur doit s'attacher à respecter pendant l'exécution de sa parade tous les principes techniques qui seuls confèrent de l'efficacité à cette action. Toute faute de distance, de couverture provoque le coup double et laisse à l'adversaire la possibilité d'entreprendre une reprise ou une remise.

Des trois tactiques décrites, elle est certainement la plus sûre grâce au peu de risques encourus pendant son emploi. Elle est moins as-

sujettie aux qualités spécifiques de vitesse (2<sup>e</sup> cas) et de finesse (1<sup>er</sup> cas) indispensables à la réussite de ces défensives.

### B) Parade composée courte :

Cette défensive n'est que très peu employée en 2<sup>e</sup> intention. Elle demande énormément de maîtrise de soi pour détourner l'attaque au dernier moment sans rompre, ce qui interdit toute tentative de remise en continuation d'attaque.

Une longue expérience de la compétition permet aux épéistes de petite taille, ce qui est de plus en plus rare, d'exploiter efficacement cette tactique grâce à la moindre longueur de leurs membres supérieurs (bras armé) pour riposter à distance extrêmement réduite.

Il est encore recommandé de conserver le fer adverse le plus longtemps possible en accentuant la finale de la parade par un mouvement identique à celui de la septime « enlevée ».

## V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés dans les chapitres correspondants des parades simples à l'épée ainsi que ceux cités dans les parades composées du fleuret restent valables suivant la défensive employée. Seuls sont traités, les défauts relatifs à la combinaison de plusieurs parades.

1) *Action du poignet dans la parade longue* provient d'une mauvaise exécution de la première parade, la garde de l'arme ne protège plus l'avant-bras pendant l'action défensive.

2) *Ampleur exagérée de la parade composée longue*, provient d'un blocage inexistant de la première parade trompée. La pointe n'est plus en ligne et perd du temps pour atteindre la cible.

3) *Mauvaise appréciation de la distance*, provient d'un manque de coordination de chaque parade avec la retraite, la riposte risque de plaquer ou passer.

4) *Quitter trop tôt le fer adverse dans la parade composée courte*, provient d'un mauvais sentiment du fer, laisse la possibilité à l'adversaire de remiser sur les ripostes indirectes.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Il est parfois difficile d'exiger d'un épéiste de varier sa défensive. Il se crée un jeu défensif propre dont il a bien du mal à se départir même si les circonstances de l'assaut et la variété des jeux adverses l'exigent. Bien souvent la défensive n'est utilisée que pour éloigner au plus pressé le danger que présente l'offensive adverse. L'initiative étant à l'attaquant, le défenseur débordé a recours à des gestes réflexes exploitables par l'adversaire qui les découvre en faisant le « forcing ».

Employer avec à-propos, soit la défensive, soit la contre-offensive pour contrarier l'offensive adverse qui ne peut plus se développer avec certitude, semble l'idéal. Mais pour utiliser avec succès cette tactique il ne faut pas au préalable subir le jeu adverse.

Il est essentiellement recommandé d'utiliser :

1) Les parades composées longues sur les attaques composées exé-

cutées en fente ou en marche et en fente et qui laissent au pareur la possibilité de conserver une juste distance de touche (saignée du bras) à l'aide de petites retraites appropriées.

2) Les parades composées courtes sur les attaques composées développées en flèche. Le gain immédiat de distance, ne laisse plus au pareur la faculté d'atteindre en riposte le bras et toute tentative de retraite tardive replace l'attaquant dans des conditions favorables pour tenter des remises ou reprises.

Si, il a été conseillé de terminer la finale de la parade courte en position de septime enlevée, il peut être également recommandé d'exécuter la finale de la parade composée en quarte, coude au corps, entre tireurs de mains contraires. Employée judicieusement sur des attaques composées en flèche, cette parade composée bénéficie des mêmes avantages tactiques que la « sixte enlevée » dès l'instant que le pareur conserve le fer adverse sans rompre jusqu'à ce que la pointe ait dépassé le plan du corps.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Seuls les épéistes au bagage technique confirmé utilisent judicieusement les parades composées. Dans la formation de l'épéiste deux cas distincts sont à envisager.

### A) Les parades composées longues :

Elles peuvent être enseignées relativement tôt ; cette défensive classique n'est que le prolongement de l'étude des parades simples.

Mais, très tôt le Maître doit aborder l'exécution en réflexe de ces parades, en demandant à l'élève de parer et riposter en un seul temps sur l'attaque simple ou de rattraper le fer à l'aide d'une seconde parade lorsque la première est trompée.

L'élève apprend ainsi à conserver sa pointe en ligne dans l'exécution de la parade composée et développe constamment son sentiment du fer. Le Maître peut rendre l'exercice plus facile si cela s'avère nécessaire en exécutant l'attaque composée en marche et fente.

Il va sans dire que ce travail s'effectue dans des lignes où la dernière parade offre les conditions indispensables de sécurité. Dans le cas contraire l'élève termine sa parade simple ou composée par une prise de fer touchant au bras.

### B) Les parades composées courtes :

Elles ne sont étudiées qu'en complément de la formation de l'épéiste. Trop pratiquées, elles risquent d'entraîner des défauts aux conséquences trop prévisibles.

Cette étude est particulièrement fatigante pour le Maître qui, pour respecter la forme exacte de cette défensive, doit attaquer son élève en flèche, voire même en marche et flèche.

Le Maître peut accoupler ses élèves et leur demander de travailler ces actions dans les conditions de l'assaut. Pour ces exercices l'instructeur se cantonne dans un rôle identique à celui qu'il tient lorsqu'il dirige une leçon collective.

Il est entendu que tous les conseils pédagogiques donnés dans les chapitres correspondants des parades simples ainsi que ceux développés dans celui des parades composées du fleuret restent valables dès qu'ils ne contredisent pas l'étude spécifique des parades composées.

## CHAPITRE XII

# LES ATTAQUES AU FER

- I — DEFINITION :  
II — CLASSIFICATION : } Voir chapitre XV — fleuret.

## LA PRESSION

### I — DEFINITION .

Se reporter au chapitre fleuret correspondant.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Le paragraphe correspondant et traitant de la pression au fleuret reste valable, cependant quelques différences sont à noter en raison de la distance qui sépare les deux tireurs ou lorsque l'attaque est destinée aux avancées.

- 1) Elle exige un allongement du bras presque complet pour saisir le fer adverse.
- 2) Elle peut s'exécuter avec le  $3^{\circ} \frac{1}{3}$  de la lame grâce à sa rigidité.

### III — ETUDE TACTIQUE :

L'emploi tactique de la pression à l'épée a les mêmes buts qu'au

fleuret, mais l'extension au corps entier de la surface valable et la contre-offensive amènent, comme pour l'offensive en général, à considérer :

### 1) La pression précédant l'offensive au corps :

Les circonstances de l'assaut où la connaissance de l'adversaire permettent parfois d'employer la pression pour développer l'offensive au corps. Dans ces conditions, elle s'exécute comme au fleuret mais elle doit provoquer avec certitude la réaction escomptée afin d'empêcher la contre-offensive immédiate aux avancées. La pression peut être suivie d'attaques directes ou indirectes permettant d'atteindre la cible avant que la pointe adverse ne revienne en ligne. Les attaques composées sont plus dangereuses, elles doivent en tous cas ne pas comporter plus d'une feinte et n'être employées qu'après avoir jugé les parades adverses avec certitude.

### 2) La pression précédant l'offensive aux avancées :

La pression doit avoir pour buts :

A) *Faire réagir* : Comme au fleuret la pression est vive, nette et provoque la même réaction qui découvre momentanément la ligne opposée à celle où elle est exécutée. Elle doit être suivie d'attaques indirectes rapides. L'attaque peut être dirigée à la cuisse ou au genou lorsque la réaction a exagérément entraîné la pointe adverse vers le haut.

B) *Découvrir une cible* : La pression doit être plus accentuée, plus ferme. Elle a pour but de découvrir une cible et d'être suivie d'attaques directes très rapides dont l'exécution est intimement liée à celle de la pression.

## LE BATTEMENT

I — **DEFINITION** : Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — **ETUDE TECHNIQUE** :

Le battement s'exécute suivant les mêmes principes techniques qu'au fleuret. Cependant la forme de l'attaque impose quelques modifications à cette exécution et il faut considérer :

#### 1) Le battement précédant une attaque classique :

Dans ce cas le battement nécessite :

a) Un allongement plus prononcé du bras armé pour joindre le fer adverse sur le 2<sup>e</sup> 1/3.

b) La recherche d'une perpendicularité suffisante des lames par une rotation plus accentuée du poignet et un déplacement oblique de la lame. La main reprend immédiatement sa position en supination pendant la fin de l'extension du bras.



## 2) Le battement précédant une attaque en cavant :

La perpendicularité de cette attaque qui est un coup lancé ne respectant pas le principe de la ligne droite amène à exécuter le battement :

a) Le bras armé plus fléchi.

b) La rotation du poignet est fonction de la cible visée.

c) Le point de contact des fers est sensiblement le même que pour l'attaque classique bien qu'il puisse se situer suivant la distance, sur le début du 3<sup>e</sup> 1/3, la rigidité de la lame le permet.

## III — ETUDE TACTIQUE :

L'étude tactique du battement est développée suivant les mêmes considérations que l'étude tactique de la pression.

### 1) Le battement précédant l'offensive au corps :

L'offensive au corps préparée par le battement n'offre que très peu de chance de réussite. Si la pression peut provoquer des réflexes défensifs, le battement crée toujours des réflexes contre-offensifs. La contre-offensive aux avancées présente trop de danger et ne permet pas d'atteindre une cible aussi éloignée que le corps. Les circonstances de l'assaut, l'exploitation d'une faute de distance ou l'inspiration parfois téméraire, peuvent être autant de cas exceptionnels qui permettent d'atteindre le corps. Il est toutefois recommandé d'employer la flèche.

### 2) Le battement précédant l'offensive aux avancées :

A) *Précédant les attaques classiques* : le battement peut avoir pour buts :

a) *De découvrir la cible visée* : Il doit par son action écarter la pointe adverse de sa position et l'éloigner le plus possible de la ligne dans laquelle l'attaque doit être portée, découvrir le poignet et même l'avant-bras et permettre des attaques directes très rapides. Le battement doit être puissant et sec, exécuté avec un minimum de déplacement de la main pour ébranler suffisamment celle de l'adversaire et diminuer la vitesse et la précision de sa contre-offensive.

b) *Faire réagir pour découvrir la cible visée* : Très souvent ce battement est exécuté dans la ligne où se trouve l'adversaire, qu'il s'y tienne par habitude ou intentionnellement. La réaction peut dans un cas comme dans l'autre l'amener à revenir dans cette ligne plus qu'il n'est nécessaire. Le battement est exécuté légèrement avec les doigts suivi d'attaques indirectes très rapides. Il ne déclenche pas toujours immédiatement la contre-offensive.

B) *Précédant les attaques en cavant* : Les attaques en cavant, qui découvrent complètement les avancées et doivent leur réussite à l'à-propos et à la vitesse, sont souvent préparées par le battement qui ne nuit pas à leur vitesse d'exécution. Il n'empêche pas la contre-offensive, mais peut la retarder et tromper l'adversaire en lui fixant la main et la pointe. Le battement est exécuté avec légèreté, il peut être doublé et suivi d'attaques directes lancées avec la plus grande vitesse possible.

## LE FROISSEMENT

- I — DEFINITION :  
 II — ETUDE TECHNIQUE : } Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### III — ETUDE TACTIQUE :

L'emploi tactique du froissement est assez peu fréquent pour les raisons suivantes :

1) La position de la lame et de la pointe adverse souvent plus basse ou à hauteur de la main oblige à se découvrir exagérément pour s'en saisir.

2) La distance qui sépare les tireurs expose aux dérovements faciles.

Le froissement peut cependant être employé :

1) Sur un adversaire qui se tient en garde, bras allongé ou trop allongé après que toutes les tentatives d'offensive aient été mises en échec. Il peut dans ce cas diminuer la puissance de main de l'adversaire et l'obliger à soustraire son fer.

2) Sur un adversaire en garde courte, pointe plus haute que la main, ce qui est assez rare. Dans ce cas il doit être suivi d'une attaque directe et de préférence en flèche.

D'une manière générale, le froissement offre donc peu d'avantages. Il ne permet pas d'actions précises et se dérobe facilement.

## GÉNÉRALITÉS SUR LES ATTAQUES AU FER

### I — ETUDE TECHNIQUE :

Les généralités données au fleuret restent valables, cependant deux points particuliers sont à souligner dans l'exécution du battement lorsqu'il est suivi de l'attaque en cavant :

1) Il est indispensable de ne pas se découvrir pour l'exécuter.

2) De porter le coup sans le moindre recul de la main et de la pointe afin de diminuer les risques de la contre-offensive.

La contre-offensive est dans le temps d'exécution de l'offensive un souci constant. Il importe donc de réduire au minimum la durée des actions offensives et de coordonner parfaitement les mouvements de jambes (distance, déplacements) et ceux de la main. Dans l'exécution des attaques au fer, il faut considérer :

### 1) La moyenne distance = (distance de fente)

a) *La pression* : l'engagement qui la précède est très fugitif, elle s'exécute simultanément avec le départ du pied avant.

b) *Le battement* : lorsque le battement précède une attaque directe classique, il s'exécute pendant la fente. Le bras rattrape son retard « d'allongement », avant que le pied ne se pose au sol. Dans l'attaque en cavant, il s'exécute avant le départ du pied, celui-ci ne se porte en avant que pour gagner la distance.

### 2) La grande distance = (marche et fente)

a) *La pression* : elle s'exécute simultanément avec la pose du pied arrière sur le sol et le départ du pied avant de la fente.

b) *Le battement* : il s'exécute comme la pression sur la pose du pied arrière (l'attaque en cavant ne s'exécute qu'à moyenne distance).

## II — ETUDE TACTIQUE :

Les attaques au corps présentent trop de danger pour être exécutées sans précaution. Elles sont employées en 2<sup>e</sup> intention et les attaques au fer sont d'excellents moyens de préparation pour créer une situation contre-offensive adverse pouvant être exploitée avec succès. Les attaques aux avancées renforcées d'attaques au fer peuvent être portées avec l'intention de toucher, mais elles sont aussi employées pour provoquer la contre-offensive. Dans ce cas elles comportent une certaine réserve mais conservent toutefois suffisamment de vérité pour agir sur les réflexes adverses. Il est recommandé de les employer en marchant et avec toutes les précautions nécessaires (voir les feintes d'attaques).

Les simulacres de battement ou de froissement appelés « faux-battements » ou « faux-froissement » offrent tactiquement trois possibilités :

1) Exécutés avec suffisamment d'ampleur ou à vitesse réduite ils sont dérobés instinctivement par l'adversaire et permettent :

a) De saisir le fer adverse (contre-temps).

b) D'exécuter une action en cavant aux avancées le plus près possible de la coquille (contre-arrêt).

2) Le battement et le froissement exécutés de façon répétée peuvent faire croire à un mouvement réflexe, et au moment où l'on pressent chez l'adversaire l'intention de dérober, ils ne représentent plus qu'un simulacre qui se transforme en attaque directe rapide aux avancées au moment précis où l'adversaire dérober l'attaque au fer qui n'a pas lieu.

## III — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts traités dans ce paragraphe ne concernent que ceux particuliers à l'épée.

1) *Attaque non consécutive à l'attaque au fer* : la fraction de temps séparant l'offensive de l'attaque au fer permet à la contre-offensive de gagner un temps.

2) *Déplacement de la main dans l'exécution du battement* : découvre le poignet et parfois l'avant-bras, facilite la contre-offensive par dérobement.

3) *Pas de blocage du battement* : perte de temps et de précision pour l'attaque, facilite les dérobements.

4) *Bras armé trop allongé lorsque le battement précède l'attaque en avant* : le coup lancé manque souvent de vitesse, oblige à revenir en arrière, d'où un manque d'instantanéité qui facilite la contre-offensive.

5) *Position raccourcie du bras armé* : en particulier dans la pression ne permet pas d'agir sur une bonne partie de la lame adverse, découvre l'avant-bras et augmente le temps d'exécution de l'offensive pendant lequel la contre-offensive est possible.

#### IV — DEFENSIVES PARTICULIERES SUR LES ATTAQUES AU FER :

Dans ce paragraphe ne sont traités que les moyens défensifs propres aux attaques au fer et non aux attaques qui peuvent les suivre.

##### A) Défensives sur les attaques au corps :

1) *Précédées de la pression* :

a) *De parti-pris* : parer l'attaque comme au fleuret.

b) *Préconçue* :

— Ne pas réagir sur la pression, contre-attaquer, en rompant, le plus près possible de la coquille adverse.

— Dérober l'engagement qui la précède, sans contact, en demi-fente.

— Dérober l'engagement au contact, au poignet ou à l'avant-bras.

2) *Précédées du battement* :

a) *De parti-pris* :

— Parer l'attaque comme au fleuret.

— Contre-attaquer à l'avant-bras ou au bras.

b) *Préconçue* :

— Dérober le battement sans contact, au corps, par demi-fente.

— Dérober le battement, en rompant, le plus près possible de la coquille adverse.

##### B) Défensives sur les attaques aux avancées :

1) *Précédées de la pression* :

a) *De parti-pris* :

— Contre-attaquer le plus près possible de la coquille adverse en opposant dans la ligne menacée.

b) *Préconçue* :

— Dérober l'engagement qui la précède, avec ou sans contact, le plus près possible de la coquille et en rompant.

2) *Précédées du battement :*a) *De parti pris :*

— Contre-attaquer le plus près possible de la coquille adverse en opposant dans la ligne menacée.

b) *Préconçue :*

— Contre-attaquer le plus près possible de la coquille adverse en résistant au battement et en rompant.

— Dérober le battement avec ou sans contact et contre-attaquer en rompant.

3) *Précédées du battement mais exécutées en cavant :*a) *De parti-pris :*

— Contre-attaquer, en rompant, sur les avancées découvertes.

b) *Préconçues :*

— Contre-attaquer, en demi-fente, sur les avancées découvertes à l'instant du battement, en lui résistant.

— Adopter une position de garde raccourcie pour en gêner l'exécution.

V — **CONSIDERATIONS GENERALES :**

Les attaques au fer suivies de l'offensive au corps ne doivent pas être éliminées complètement et à priori. Elles sont vivement déconseillées sur des tireurs ne pratiquant que l'escrime à l'épée et dont le réflexe de contre-attaque se déclenche instantanément avec précision aux avancées. Elles sont par contre utilisables sur des tireurs possédant une formation et une main de fleurettiste qui les amènent à réagir ou à parer lorsque l'attaque s'engage au-delà des avancées.

Le souci constant de l'épéiste réside dans la durée d'exécution de ses actions. Il lui faut coordonner l'attaque au fer avec ses déplacements et l'offensive qu'il veut développer, de telle sorte que la contre-offensive ne puisse profiter d'une faute quelconque susceptible de lui livrer le passage. Ceci dans un temps extrêmement court puisque l'appareil enregistreur est réglé entre le 1/20<sup>e</sup> et le 1/25<sup>e</sup> de seconde.

L'exécution de l'attaque au fer doit être parfaite afin de ne pas gêner ou enlever toute la précision indispensable au coup qui doit atteindre une cible souvent très réduite ne se livrant que pendant un très court instant. Les attaques au fer sont aussi employées pour aider à provoquer la contre-offensive sur laquelle le tireur peut développer son offensive. Elles doivent se développer avec la même précision et la même vitesse, pour laisser au coup toute sa vérité.

Entre tireurs de main contraire, les attaques au fer sont plus faciles à exécuter. Les deux lames sont souvent dans un même plan ce qui limite considérablement les déplacements de la pointe tout en permettant de leur donner une grande autorité. Elles permettent de préparer efficacement l'offensive aux avancées extérieures, au genou, à la cuisse ou à la jambe avant.

La pression ne permet pas, comme au fleuret, de provoquer de changement. Elle demande un temps beaucoup trop long, facilement exploitable par l'adversaire. Elle n'est pas suivie non plus d'attaques composées aux avancées, la pointe ne s'engageant pas suffisamment pour provoquer une parade. La réaction provoquée est très brève et toujours suivie d'une action contre-offensive.

## VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques généraux donnés au fleuret ainsi que l'exécution des attaques au fer précédant l'offensive au corps, restent valables. Les attaques aux avancées qui demandent vitesse et précision, doivent tirer, en partie, leur réussite des attaques au fer qui les précèdent, ce qui nécessite une étude particulière.

En dehors de l'à-propos indispensable pour exécuter les attaques au fer, il est naturellement nécessaire que l'élève possède déjà une bonne précision, du doigté, et une vitesse d'extension du bras maximum. Le Maître doit présenter son fer de telle sorte que l'élève puisse limiter les déplacements de sa lame et de sa main, lui enseigner les attaques au fer favorables aux diverses positions de la lame adverse. Il doit exiger une bonne couverture pendant et après l'attaque au fer. Si cela est nécessaire, il contre-attaque pour sanctionner la faute d'exécution. La réaction provoquée par l'attaque au fer de l'élève sur le fer du Maître, ne doit pas être une réaction de principe. Le Maître doit réagir logiquement *au moment voulu* en *subissant* l'attaque au fer et *non avant* le contact. L'ampleur de la réaction du Maître est variable ; au fur et à mesure des progrès de son élève, il doit diminuer la surface de la cible livrée jusqu'à ne réagir qu'une fraction de seconde en se découvrant très légèrement.

La réaction du Maître doit correspondre exactement à l'exécution technique de l'attaque au fer. Elle sera d'autant plus juste que le Maître conserve une bonne tenue de l'arme et possède un bon sentiment du fer.

Dans l'étude des attaques au fer précédant l'offensive en cavant, le Maître peut d'abord les faire exécuter à petite distance. Il doit veiller à ce que la pointe progresse toujours vers la cible, même lorsque l'offensive nécessite un changement de position de la main. Le Maître se place à la distance voulue, le bras armé presque allongé, il augmente cette distance progressivement pour obliger l'élève à déplacer son pied avant et se mettre à distance. Il surveille ainsi la coordination particulière du coup lancé.

D'une manière générale, l'élève apporte plus de concentration sur son offensive que sur l'attaque au fer. Le Maître doit veiller à ce que l'offensive ne se développe trop tôt, au détriment de la pression ou du battement qui ne provoqueront plus alors de réaction valable. Chaque fois qu'il est nécessaire, le Maître revient à l'exécution en décomposant, il évite ainsi l'offensive bras raccourci.

## CHAPITRE XIII

# LES PRISES DE FER

I — **DEFINITION :** Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

II — **CLASSIFICATION :**

Les prises de fer simples (opposition, liement, croisé, enveloppement) traitées au fleuret sont naturellement employées à l'épée. L'absence de toute convention et la mobilité du jeu favorisent les déroberments et, par conséquent, amènent à combiner entre elles les différentes prises de fer simples.

Ces combinaisons donnent la classification suivante :

- 1) Les prises de fer doubles.
- 2) Les prises de fer composées.
- 3) Les prise de fer double-composées.
- 4) Les prises de fer composée-double.
- 5) Les différentes variétés de ces prises de fer combinées entre elles.

III — **ETUDE TECHNIQUE :**

L'étude technique des prises de fer simples au fleuret reste valable. Ce paragraphe ne traite que de leurs combinaisons entre elles.

A) **Description :**

1) *Prise de fer double :*

Une prise de fer double se compose d'une prise de fer simple suivie

immédiatement d'une autre prise de fer simple exécutée dans le même sens.

*Exemple* : Liement de quarte en octave — enveloppement d'octave.

2) *Prise de fer composée* :

Une prise de fer composée est formée d'une prise de fer simple qui a été dérobée, suivie immédiatement d'une autre prise de fer simple, exécutée dans le même sens ou en sens inverse.

*Exemple* : Opposition de sixte dérobée — Liement de quarte en octave.

3) *Prise de fer double-composée* :

Une prise de fer double-composée est la combinaison de trois prises de fer simple dont la deuxième a été dérobée.

*Exemple* : Liement de septime en sixte — enveloppement de sixte dérobé — liement de quarte en octave.

4) *Prise de fer composée-double* :

Une prise de fer composée-double est la combinaison de trois prises de fer simples dont la première a été dérobée, les deux autres exécutées successivement et dans le même sens.

*Exemple* : Enveloppement de sixte dérobé — liement de quarte en octave — enveloppement d'octave.

5) *Variétés de prises de fer doubles et composées ou inversement* :

Les prises de fer doubles, composées, composées-doubles, etc. peuvent être combinées entre elles. Elles donnent des enchaînements divers dont la description correspond à celle donnée pour chacune d'elle.

**B) Conditions générales d'exécution technique :**

Les conditions générales d'exécution technique données au fleuret restent valables. Cependant, le jeu de l'épée impose des conditions d'exécution particulières. Ce sont les suivantes :

1) Exécuter la prise de fer en laissant l'arme dans le prolongement du bras pendant toute sa durée.

2) Les déplacements de la pointe doivent être les plus verticaux possibles et toujours dans l'axe de la cible.

3) Combiner chaque prise de fer avec un déplacement avant dans une coordination parfaite.

4) Choisir des prises de fer dont la finale n'expose pas au coup double.

5) Ne doubler ou redoubler les prises de fer que lorsque la nécessité s'impose pour maîtriser le fer adverse ou s'engager le plus en avant possible.

6) Limiter les déplacements de la main dans les prises de fer composées, sans heurter le fer adverse, pour ne pas provoquer un nouveau déroberment.

**C) Exécution des prises de fer :**

1) *Prises de fer simples* :



Comparée à celle du fleuret, l'exécution des prises de fer simples à l'épée présente quelques différences :

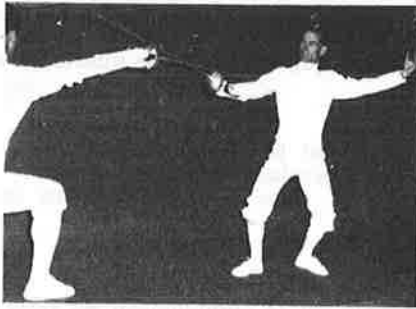


FIG. 51 : *Prise de fer par opposition de sixte au bras*

1) Le bras armé plus allongé dans la position de la garde limite la progression des prises de fer et ne permet pas de s'engager suffisamment.

2) La progression indispensable à la maîtrise complète du fer adverse exige un déplacement avant.

3) La prise de fer s'exécute avec tout le bras, lequel reste souple sans découvrir les avancées pendant toute la durée de celle-ci.

4) Eviter tout mouvement du poignet pouvant découvrir les avancées ou chasser le fer adverse.

5) Terminer les prises de fer simples ou avancées (saignée du bras), à la jambe avant, à la cuisse ou au genou.

## 2) *Prises de fer composées, doubles, leurs combinaisons :*

L'exécution de chacune des prises de fer simples dont se composent ces actions est celle donnée précédemment. Puisque leur but est de s'engager le plus en avant possible en exploitant la contre-offensive adverse,

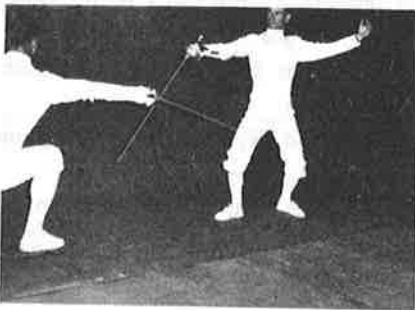


FIG. 52 : *Prise de fer par liement de quarte en octave à la jambe*

chacune des prises de fer (et ceci quel que soit leur sens) doit être exécutée avec un déplacement avant. La dernière se développe en fente ou en flèche.

## 3) *Ripostes par prises de fer :*

Très employées à l'épée, elles sont évidemment fonction de la parade qui les précède et leur exécution diffère suivant la distance et la cible à atteindre. La profondeur de l'attaque ainsi que l'intention tactique adverse conduisent généralement à les utiliser de différentes manières.

1) Coordonnées avec la retraite pour toucher à la saignée du bras adverse.

2) Coordonnées avec la marche ou la fente après avoir paré en rompant, pour toucher au bras.

3) Coordonnées avec la marche et la fente ou la flèche après avoir paré en rompant, pour toucher au corps.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Les prises de fer destinées à toucher aux avancées peuvent être des actions d'à-propos. Il n'en est pas de même pour celles destinées à toucher au corps qui doivent être exécutées en seconde intention. Cette tactique permet de s'emparer du fer adverse avec plus de sécurité dans les meilleures conditions possibles, de développer l'offensive au corps en diminuant les risques de dérobements aux avancées, toujours faciles à exécuter sur une prise de fer de « parti-pris ». La seconde intention se justifie par l'emploi d'une ou plusieurs préparations ayant pour but de provoquer la contre-offensive adverse afin de s'emparer du fer dans les conditions et au moment voulus pour développer l'offensive.

L'ensemble de ces différentes actions prend le nom de contre-temps et fera l'objet d'une étude particulière.

##### A) Prises de fer simples :

Suivant les circonstances de l'assaut, les prises de fer simples s'exécutent aux avancées ou au corps. Pour être efficaces elles doivent être précédées de préparations ayant pour but de dissimuler le sens du mouvement destiné à saisir le fer adverse afin d'augmenter la difficulté ou retarder l'exécution d'un dérobement toujours possible.

Les prises de fer simples sont employées dans l'ordre préférentiel suivant (de droitier à droitier) :

- 1) Opposition de sixte.
- 2) Opposition d'octave.
- 3) Enveloppement de sixte.
- 4) Enveloppement d'octave.
- 5) Liement de quarte-octave.
- 6) Liement de septième-sixte.

Toutes les prises de fer simples se terminant dans la ligne haute peuvent être dirigées à la saignée du bras ; toutes celles se terminant dans la ligne basse, de l'aîne au gencou.

##### B) Prises de fer composées :

Les prises de fer composées s'exécutent en général sur des tireurs qui adoptent une position de garde le bras armé très allongé et toujours prêts à dérober la première prise de fer. La seconde prise de fer exécutée en sens inverse et en progressant augmente la difficulté d'un second dérobement. Le choix de la ligne où se termine la prise de fer finale doit permettre d'éviter le coup double ou tenir compte du sens dans lequel l'adversaire dérobe avec le plus de difficulté.

##### C) Prises de fer doubles :

Les prises de fer doubles s'emploient lorsque la première prise de fer n'a pas permis de dominer suffisamment le fer adverse pour déve-

lopper l'offensive. D'une manière générale, deux cas justifient leur emploi :

1) Sur un tireur qui subit la première prise de fer en rompant suffisamment pour en contrarier la progression et empêcher de prendre le dessus des armes.

2) Sur un tireur qui possède une puissance de main suffisante pour résister à la première prise de fer et, de ce fait, empêcher de prendre le dessus des armes.

#### D) Prises de fer combinées :

Les combinaisons entre elles des différentes prises de fer décrites aux paragraphes précédents sont très variées et leur emploi se justifie par les réactions de l'adversaire provoquées par la ou les prises de fer précédant l'action finale. En principe, elles sont employées sur des tireurs qui dérobent bien en rompant suffisamment pour ne pas laisser maîtriser leur fer et qui gardent la pointe bien en ligne.

Chaque fois que les circonstances tactiques le permettent, il est préférable de ne pas multiplier les prises de fer, de limiter leur durée d'exécution au minimum pour développer avec des chances de succès l'action finale.

#### E) Prises de fer en ripostes :

Les circonstances de l'assaut donnent à la parade toute sa valeur et il est indispensable à l'épée de ne pas abandonner le fer pour riposter afin d'empêcher la remise. Si la reprise est toujours possible, son efficacité est souvent augmentée par un défaut d'exécution de la prise de fer. La riposte par prise de fer correcte et dirigée au bras ne laisse que peu de possibilités à la reprise de trouver une cible avec certitude et en temps voulu.

Si la prise de fer a provoqué une reprise, elle peut être suivie par une seconde prise de fer en sens inverse pour reprendre le fer adverse et le maîtriser à nouveau. Dans ce cas il est très important de connaître les réflexes adverses et d'apprécier la distance avec justesse.

Les ripostes par prises de fer peuvent s'exécuter :

1) En rompant pour toucher à la saignée du bras un adversaire qui attaque avec l'intention de remiser.

2) En marchant ou en se fendant pour toucher au bras, lorsque la parade a été exécutée en rompant sur un adversaire qui a l'intention de remiser ou qui revient en garde en laissant sa pointe en ligne.

3) En marche et fente ou en flèche pour toucher au corps après une parade en rompant sur un adversaire qui revient en garde rapidement et rompt immédiatement pour reprendre sa distance en laissant sa pointe en ligne.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés dans le chapitre correspondant du fleuret restent valables à l'épée.

## VI — DEFENSIVES APPROPRIEES :

Dans ce paragraphe ne sont traitées que les défensives propres aux prises de fer et non celles des différentes préparations qui peuvent les précéder.

Plusieurs procédés défensifs ou contre-offensifs sont employés :

- 1) Parer d'opposition.
- 2) Parer en cédant.
- 3) Résister.
- 4) Dérober avec ou sans contact des fers.

### A) Parer d'opposition :

La parade d'opposition se prend *en rompant*, le bras armé complètement allongé et souple afin d'écartier le fer adverse avec le fort de la lame. La pointe reste bien en ligne pour rencontrer la cible, les fers sont en contact. La riposte simultanée et coordonnée avec la retraite doit permettre de toucher à *distance exacte*.

### B) Parer en cédant :

La parade en cédant s'exécute en marchant sur la finale de la prise de fer adverse afin de faire dépasser par la pointe adverse toute surface exposée. La pointe ne doit pas s'éloigner de la surface adverse, la riposte ne nécessitant qu'une légère extension du bras. Les deux fers restent en contact et la cible choisie pour la riposte doit être la plus proche, suivant la position de la pointe.

### C) Résister :

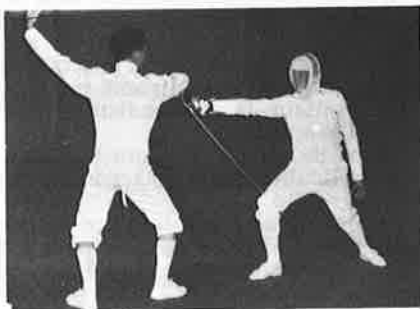


FIG. 53 : La parade de prime en cédant avec riposte au genou

Résister à une prise de fer exige une certaine puissance de main, mais aussi l'avantage de la supériorité de taille qui seule permet de contrarier l'adversaire lorsqu'il veut s'assurer le dessus des armes. La pointe est maintenue en ligne grâce à la puissance et à la rigidité de la lame. Cette façon de faire peut évidemment se combiner avec la retraite.

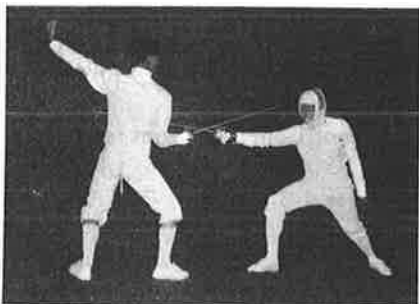


FIG. 54 : La parade de quarte basse en cédant et riposte au masque

#### D) Dérober sans contact des fers :

Le déroberement sans contact des fers consiste à soustraire le fer au moment où l'adversaire veut s'en saisir pour commencer sa prise de fer. Il s'exécute de deux façons :

- 1) En rompant pour atteindre les avancées (main, avant-bras).
- 2) En demi-fente pour atteindre le corps.

#### E) Dérober au contact :

Le déroberement au contact persiste à soustraire le fer après que l'adversaire s'en soit à peine emparé. Comme précédemment il s'exécute de deux façons :

- 1) En rompant et à la finale de la prise de fer pour atteindre les avancées (main, avant-bras).
- 2) En demi-fente et avant la finale de la prise de fer pour atteindre le corps.

Lorsque l'intention tactique de l'adversaire a été découverte il est préférable de dérober au contact.

### VII — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'offensive au corps à l'épée est presque exclusivement développée par prises de fer. Celles-ci offrent l'avantage d'écarter et de maîtriser le fer adverse pendant toute la durée de l'attaque, d'où une sécurité certaine, surtout lorsque les principes techniques d'exécution sont observés. Pour posséder un jeu complet, l'épéiste doit étudier et connaître parfaitement les prises de fer, car l'offensive aux avancées ne suffit pas pour inquiéter un adversaire. En effet, la pointe d'arrêt électrique, cylindrique, chanfreinée, ainsi que des tenues en tissu glissant rendent hasardeux les coups aux avancées qui limitent la perpendicularité sur des cibles comme la main, le poignet et l'avant-bras.

Certaines prises de fer s'exécutent de façon identique, qu'elles soient destinées au corps ou au bras, en particulier celles se terminant en ligne haute.

Les liements de quarte en octave et de sixte en septime entre tireurs de main contraire doivent comporter « un degré » de plus pour atteindre le bras, soit à l'intérieur, soit à l'extérieur, la cible du « bras dessous » étant toujours protégée et difficile à atteindre.

La flèche est un procédé d'attaque qui convient à l'emploi des prises de destinées au corps et surtout en ligne haute où elle permet de dominer plus facilement le fer adverse. Malgré les avantages qu'elle of-

fre, la flèche ne doit pas être employée sans discernement et il est préférable de développer l'offensive avec la fente. Elle permet d'atteindre toutes les cibles et de retrouver instantanément l'équilibre pour passer à la contre-offensive en cas d'échec de l'attaque.

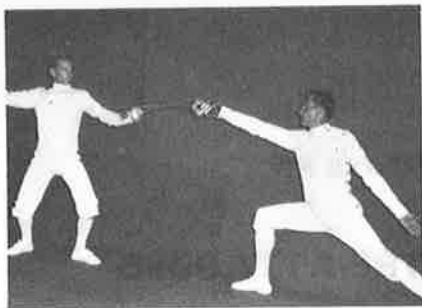


FIG. 55 : *Prise de fer par opposition de quarte au bras sur un tireur gaucher*



FIG. 56 : *Prise de fer par liement de sixte en septime sur un tireur gaucher*

Il est important de varier les prises de fer et d'accorder à celles se terminant dans la ligne basse tout l'intérêt qu'elles méritent. Bien souvent les réflexes défensifs ou contre-offensifs adverses sont supérieurs sur les actions se terminant en ligne haute.

D'une manière générale, le choix des prises de fer doit être guidé par la faculté de dérober de l'adversaire. Cette faculté est toujours diminuée dans un sens par suite d'une mauvaise position de la main (pouce en dessus) ou d'une mauvaise position des doigts sur la poignée (index allongé).

Entre tireurs de main contraire, les prises de fer doivent être choisies parmi celles se terminant à l'intérieur afin de conserver le dessus des armes le plus longtemps possible.

\* *Nota* : La pointe de l'arme décrit les 3/4 d'une circonférence dans les liements portés au bras, ce qui situe ce mouvement entre l'enveloppement et le liement classique.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés au fleuret restent valables. Toutefois, le Maître doit faire travailler les prises de fer en marche et fente afin d'obtenir une bonne coordination. Au début le Maître peut, dans un souci de progression, faire développer les prises de fer au corps puis aux avancées en tenant compte de la difficulté d'atteindre ces cibles.

L'étude des prises de fer exige du Maître : du sentiment du fer, du doigté et de la précision, mais aussi *un souci constant de la distance*.

L'étude des prises de fer composées ou de leurs combinaisons oblige le Maître à dérober *au moment opportun et avec précision* en donnant le plus de vérité possible à ses actions.

## CHAPITRE XIV

# LES CONTRE-ATTAQUES

### I — DEFINITION :

Les contre-attaques sont des actions qui mettent l'offensive adverse en échec en lui gagnant le temps nécessaire pour bénéficier de la signalisation.

### II — CLASSIFICATION :

L'importance prise par la contre-offensive à cette arme grâce à l'absence de convention et la possibilité d'atteindre les avancées amène la classification suivante :

#### A) Contre-attaques aux avancées :

- L'arrêt classique,
- L'arrêt en cavant,
- Le déroboement,
- Le déroboement au contact.

#### B) Contre-attaques au corps :

- Le déroboement,
- Le déroboement au contact.

L'emploi des autres contre-attaques citées au fleuret tient plus du hasard que du raisonnement ce qui ne justifie pas leur étude dans ce chapitre.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Les contre-attaques aux avancées :

Toutes les contre-attaques destinées à toucher les avancées s'exécutent en coordonnant l'allongement du bras avec le déplacement du pied arrière pour conserver une juste distance et éviter le coup double.

Elles doivent être dirigées vers les cibles les plus rapprochées de la coquille et exécutées la main en supination complète sauf pour celles en cavant.

#### *L'arrêt classique :*

Consiste à allonger le bras en amenant la pointe vers la cible découverte tout en exécutant l'opposition nécessaire du côté où est dirigée l'attaque adverse.



FIG. 57 : Arrêt classique à la main extérieure



FIG. 58 : Arrêt classique à la main intérieure

#### *L'arrêt en cavant :*

Consiste à soustraire la cible vers laquelle est dirigée l'attaque adverse, en déplaçant la main pour obtenir un angle suffisant formé par l'avant-bras et la lame et lancer un coup sur une quelconque des cibles les plus rapprochées de la coquille.



FIG. 59 : L'arrêt en cavant à la main dessus

*Nota :* La rotation de la main varie avec la cible visée et s'exécute comme dans les attaques en cavant.

#### *Le dérobolement sans contact :*

Consiste à soustraire le fer à l'offensive adverse précédée de préparation, en allongeant le bras pour atteindre une cible qui se découvre. Le dérobolement s'exécute la main en supination complète.



*Le déroberement au contact :*

Consiste à laisser la préparation adverse s'emparer du fer pour le soustraire au moment où l'offensive se développe et toucher la cible qui se découvre.



FIG. 60 : *L'arrêt en avant à la main intérieure*



FIG. 62 : *L'arrêt en avant à la main extérieure*



FIG. 61 : *L'arrêt en avant à la main dessous*

**B) Les contre-attaques au corps :**

Toutes les contre-attaques dirigées au corps s'exécutent en *demi-fente* suivant les mêmes principes qu'au fleuret.

*Le déroberement :*

S'exécute comme aux avancées mais atteint le corps dans la ligne qui se découvre.

*Le déroberement au contact :*

S'exécute comme aux avancées, mais au départ de l'offensive, et atteint le corps dans la ligne qui se découvre.

L'exécution technique des contre-attaques correspond à celle des attaques dont elles prennent le nom : dégagement, contre-dégagement, 1-2, etc.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Si, au fleuret, la contre-attaque doit être le résultat d'un jugement sûr, il n'en est pas nécessairement de même à l'épée. La possibilité d'atteindre les avancées pendant le développement de l'offensive permet, par la contre-offensive, de contrarier le jeu adverse. Elle doit donc être dans une certaine mesure le résultat de réflexes, mais sa meilleure efficacité est évidemment tirée du jugement. La contre-offensive peut être exploitée par l'adversaire ; le sentiment du fer, le doigté, doivent permettre également de soustraire le fer par réflexe.

##### 1) Arrêts classiques aux avancées :

Ils s'emploient sur :

a) L'offensive simple ou composée précédée ou non d'attaque au fer dirigée aux avancées dont la couverture est insuffisante ou impropre.

b) L'offensive en cavant, et sont dans ce cas obligatoirement coordonnées avec la retraite pour éviter l'attaque. L'opposition du côté du fer adverse ne se justifie pas car elle est toujours insuffisante sur ce genre d'attaque.

##### 2) Arrêts en cavant aux avancées :

Ils s'emploient sur :

a) Toutes les attaques, même les mieux couvertes, dirigées aux avancées, mais s'avèrent dangereux sur les attaques simples directes destinées à toucher juste derrière la coquille.

b) Les attaques directes, indirectes ou composées bien couvertes et dirigées au corps.

##### 3) Dérobements sans contact aux avancées :

Ils s'emploient sur les préparations, prises de fer, attaques au fer, précédant l'offensive aux avancées ou au corps mais peuvent être facilement mis en échec car peu d'épéistes ne développent l'offensive lorsque la préparation est dérobée. Ils recherchent instinctivement ou volontairement le fer qui leur a échappé pour continuer leur action.

##### 4) Dérobements au contact aux avancées :

Ils s'emploient dans les mêmes circonstances mais le contact des fers, d'une durée plus ou moins longue suivant la préparation, provoque une réaction différente. Lorsque l'adversaire s'empare du fer, sa sensation tactile l'avertit de la réussite de son action et en général il développe immédiatement son offensive (en fente ou en flèche) au moment où le fer lui échappe, sans grandes chances de le rattraper.

La réussite de ces contre-attaques demande beaucoup de sentiment du fer, du doigté et de la précision.

##### 5) Dérobements sans contact au corps :

Les dérobements au corps s'emploient dans les mêmes conditions qu'au fleuret. Ils imposent donc un jugement sûr de l'offensive adverse. De ce fait, ils doivent être employés en seconde intention.

### 6) Dérobements au contact au corps :

Ces dérobements s'emploient dans les mêmes conditions que précédemment et, comme aux avancées, exigent du sentiment du fer, du doigté et une exécution technique parfaite.

Si la contre-offensive présente à l'épée des avantages certains, il est indispensable de la varier le plus possible afin qu'elle ne soit exploitée trop facilement par l'adversaire. La meilleure façon de contrarier l'offensive adverse de deuxième intention est de marier les parades et la contre-offensive.

## V — DÉFAUTS A EVITER :

Les défauts à éviter concernant la contre-offensive au corps ont été donnés au fleuret. Dans ce paragraphe ne sont traités que ceux particuliers à l'emploi des contre-attaques aux avancées.

1) *Manque de précision* : provient souvent d'une contraction musculaire du bras, d'une mauvaise position de la main ou d'une mauvaise appréciation de la distance provoquée par un manque de coordination entre l'allongement du bras et la retraite.

2) *Mouvement du buste vers l'avant* : provoque le déséquilibre, la contre-attaque est poussée et touche trop loin de la coquille, la précision est mauvaise.

3) *Opposition insuffisante* : n'empêche pas l'attaque d'arriver ou cause le coup double.

4) *Angle insuffisant formé par le bras et la lame (arrêt en cavant)* : ne permet pas de soustraire la cible visée, l'attaque touche ou provoque le coup double.

5) *Dérobements latéraux* : ne laissent pas la pointe dans l'axe de la cible, augmente la durée d'exécution, diminuent la précision.

6) *Dérobements aux contacts hâtifs ou tardifs* : permettent à l'adversaire de reprendre le fer dans le premier cas, où provoquent un retrait du bras dans le second.

7) *Pointe atteignant une cible trop éloignée de la coquille* : provient d'une erreur de distance ou d'une mauvaise exécution. La contre-attaque ne prend pas l'avantage de la signalisation.

## VI — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Les défensives à employer pour se garantir des contre-attaques varient suivant leur forme d'exécution :

### A) Sur l'arrêt classique aux avancées :

- 1) Contre-arrêt en cavant.
- 2) Contre-temps par prise de fer en gagnant la distance.

### B) Sur l'arrêt en cavant aux avancées :

- 1) Contre-arrêt en cavant du côté opposé de l'arrêt.
- 2) Contre-temps par prise de fer en gagnant la distance.

### C) Sur le dérobement aux avancées :

- 1) Prise de fer composée en gagnant la distance.
- 2) Contre-temps par prise de fer en gagnant la distance.
- 3) Contre-arrêt en cavant avec déplacement de cible.

*D) Sur le déroboement au contact aux avancées :*

S'il n'y a aucune faute d'exécution, il n'y a pratiquement aucune défensive efficace. En effet, cette action ne laisse aucune possibilité de changer ou arrêter l'offensive.

Même dans le cas où le déroboement au contact est pressenti, il est très difficile d'employer une des défenses citées aux paragraphes précédents car le tireur ne déroboe qu'à la finale de l'attaque.

*E) Sur le déroboement au contact exécuté au corps :*

Mêmes observations qu'au paragraphe précédent.

*F) Sur le déroboement sans contact au corps :*

- 1) Prise de fer composée.
- 2) Contre-temps par prise de fer.
- 3) Contre-arrêt en cavant avec bond arrière et déplacement de cible.

## VII — CONSIDERATIONS GENERALES :

La contre-offensive tire toute sa valeur de deux grandes qualités principales :

- 1) La notion exacte de la distance.
- 2) La précision.

La notion exacte de la distance dépend naturellement du coup d'œil et de l'appréciation de tous les mouvements offensifs de l'adversaire. Devant la mobilité du jeu de l'épée, le travail des jambes est donc un facteur primordial pour placer la pointe dans les conditions idéales permettant de contrer efficacement le jeu adverse.

L'arrêt classique ou en cavant doit atteindre les cibles les plus proches de la coquille. Il est souvent exploité par l'adversaire lorsqu'une erreur de distance l'écarte de cette règle.

Lorsque la pointe est trop engagée, un retrait du bras pour atteindre le poignet adverse provoque une perte de temps, la pointe glisse ou manque la cible qui se déplace parallèlement.

Ce défaut facilite les prises de fer adverses car le déroboement devient très difficile sinon impossible lorsque l'adversaire s'est emparé du fer sur une partie assez avancée. L'ampleur du déroboement est trop importante pour arrêter l'offensive à temps et avec précision.

Lorsque la pointe n'est pas suffisamment engagée elle n'est pas dangereuse et n'empêche pas une nouvelle action adverse. Elle rencontre parfois la coquille, l'adversaire hésite à s'emparer du fer ce qui ne permet pas d'exécuter des déroboements en seconde intention.

La précision est naturellement le fruit d'un entraînement sérieux, mais elle est aussi le résultat d'une exécution technique parfaite.

Les cibles réduites et toujours en mouvement que doit atteindre la contre-offensive donnent à la précision une très grande importance. Une règle capitale est à observer : deux points évoluant dans l'espace ont très peu de chance de se rencontrer ; si l'un d'eux est placé à temps sur la trajectoire prévue de l'autre la rencontre est inévitable. La précision est donc la qualité qui permet de placer la pointe à un endroit exact sur la trajectoire que parcourt la cible choisie. Beaucoup de tireurs exécutent leur contre-offensive avec force en voulant aller à la

rencontre de l'offensive alors qu'il est plus sûr et plus efficace de la laisser venir elle-même se jeter sur la pointe. Cette façon de faire est souvent due à une mauvaise exécution technique, mais aussi à un manque de coordination du bras armé et des jambes provoquant une avancée du buste et une poussée de l'épaule.

Les déroberments sont très employés à l'épée. Ils demandent naturellement du doigté et du sentiment du fer surtout lorsqu'ils sont exécutés au contact.

Les déroberments aux avancées constituent une grande partie de la contre-offensive. Pour être efficace il est indispensable que la pointe reste autant que possible dans l'axe de la cible et se déplace verticalement. De cette façon elle reste dangereuse et peut à tout moment reconstruire une cible.

Les circonstances tactiques de l'assaut et surtout un jugement sûr de l'offensive adverse permettent parfois d'employer le déroberment en cavant. Il offre l'avantage de soustraire la cible, mais son exécution délicate en fait une action dangereuse.

D'une manière générale, la contre-offensive est un des atouts du tireur expérimenté. Il est indispensable de souligner une fois de plus les avantages de la poignée française. Elle seule, permet d'exécuter toutes les actions contre-offensives avec un maximum d'efficacité et particulièrement les déroberments au contact demandant du doigté et du sentiment du fer.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Dès le début de l'enseignement de l'épée, le Maître doit habituer l'élève à se défendre avec sa pointe. Il doit lui donner le réflexe qui garantit le retour en garde en le faisant contre-attaquer après chaque action offensive. Il est important que le Maître veille à la position de son élève et à la coordination de ses mouvements, comme à l'ampleur de ses déplacements. Il doit conserver un équilibre parfait pour reprendre sa distance.

Beaucoup de Maîtres enseignaient la contre-attaque en rassemblant, se pratiquant sur l'offensive à la jambe ou au pied. Cette façon de faire ne laisse aucune possibilité de reprendre l'offensive immédiatement ou de rompre, car la position du buste (penché en avant) et des pieds (réunis) provoque le déséquilibre.

Il est très important que le Maître donne à ses actions une correction parfaite pour faire exécuter la contre-offensive. Afin de placer son élève dans les circonstances les plus proches de celles de l'assaut il doit :

- 1) Allonger *complètement* le bras.
- 2) *Chercher à atteindre* la cible visée en se fendant et en se découvrant légèrement pour permettre à la contre-attaque de toucher.
- 3) Revenir en garde en avant, *après* que la contre-attaque ait touché.

Toutes ces actions doivent être *parfaitement coordonnées* et leur vitesse est fonction de la force de l'élève. Elles ne doivent pas se transformer jusqu'à devenir une attaque bras raccourci exécutée en marchant.

Les déroberments peuvent être étudiés de la façon suivante :

### 1) Des exercices :

— L'élève est placé bras allongé, main en supination complète, le Maître cherche à saisir le fer de l'élève dans un sens déterminé, l'élève dérobe. Le Maître donne à son action la vitesse et l'ampleur voulues.

— L'élève est placé dans les mêmes conditions, mais le Maître cherche à saisir le fer de l'élève dans des sens différents en variant la vitesse et la soudaineté de ses actions.

Ces exercices ne doivent pas durer trop longtemps car l'immobilité du bras fatigue très vite et contracte les muscles de l'épaule. Ils sont excellents pour le coup d'œil et le doigté.

Le Maître peut procéder de la même façon pour enseigner les dérobes au contact.

## 2) Des actions combinées :

— L'élève attaque une cible donnée aux avancées, sur sa reprise de garde le Maître exécute une prise de fer simple convenue à l'avance, l'élève dérobe.

— Dans les mêmes conditions, le Maître varie sa prise de fer et cherche à surprendre son élève. Il augmente la difficulté en employant des prises de fer composées que l'élève dérobe avec ou sans contact.

Comme pour la contre-offensive en arrêt, le Maître doit parfaitement exécuter ses actions, saisir le fer comme il le ferait à l'assaut, en se découvrant seulement au moment voulu.

Lorsque le Maître enseigne les contre-attaques en cavant, il ne doit pas en faciliter l'exécution en se découvrant exagérément. Au contraire, il doit habituer son élève à toucher sur les actions les mieux couvertes.

## CHAPITRE XV

# REMISE - REPRISE - REDOUBLEMENT

## LA REMISE

- I — DEFINITION :  
II — CLASSIFICATION :
- } Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

La suppression de toutes les conventions fait de la remise une action courante très efficace dont l'exécution technique et la coordination avec les déplacements sont les mêmes qu'au fleuret.

L'extension au corps entier de la surface valable permet d'exécuter la remise :

#### 1) Aux avancées :

- a) Classiquement.
- b) En cavant.

L'étude technique de ces actions est identique à celle du fleuret, toute fois leur emploi est plus courant :

- a) De la fente, en revenant en garde.
- b) De la position de garde, en rompant.

#### 2) Au corps :

La remise se fait classiquement suivant les principes et les positions donnés au fleuret.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

La remise à l'épée a pour but de profiter de toutes les fautes adverses succédant à la parade de l'offensive ou de la contre-offensive afin de gagner la fraction de seconde nécessaire à la signalisation.

Comme au fleuret, elle s'exécute en continuation ou en arrêt. La remise au corps peut s'exécuter en flèche bien que ce procédé n'offre pas une précision suffisante pour atteindre les avancées avec certitude.

## A) Remise en continuation :

## 1) AUX AVANCEES :

a) *Classique* : Elle s'emploie sur :

- Le relâchement de la parade adverse ou sur une faute technique.
- En gagnant légèrement la distance sur une parade dont l'exécution ne peut empêcher ce gain de distance.

b) *En cavant* :

- Sur une parade couverte que maintient l'adversaire.

## 2) AU CORPS :

*Classique* :

Cette remise ne se justifie pas, la faute adverse permet d'atteindre aussi bien les avancées que le corps, il est préférable de choisir les avancées.

## B) Remise en arrêt :

## 1) AUX AVANCEES :

a) *Classique* : Elle s'emploie :

- Sur un adversaire qui riposte en se découvrant.

b) *En cavant* :

- Sur un adversaire qui riposte bien couvert, en déplaçant la cible du côté opposé où se dirige la pointe adverse tout en évitant le fer.

## 2) AU CORPS :

La remise en arrêt au corps ne se justifie qu'exceptionnellement en cas de riposte en flèche ne maintenant le fer. La distance réduite ne permet plus d'atteindre les avancées.



## LA REPRISE

I — DEFINITION :

II — CLASSIFICATION :

} Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

III — ETUDE TECHNIQUE :

La reprise à l'épée s'exécute dans des positions identiques à celles données pour la remise. Elle impose, suivant la distance, des déplacements variables coordonnés avec l'action du bras armé.

Afin de ne pas exposer les avancées l'exécution de la reprise se limite aux actions suivantes :

- 1) Par dégagement.
- 2) Par trompement,
- 3) En composant (une ou plusieurs feintes de dégagement).

Ces différentes actions s'exécutent techniquement :

- 1) Classiquement, dans tous les cas.
- 2) En cavant et principalement de ligne haute à ligne basse.

IV — ETUDE TACTIQUE :

Les reprises sont très employées à l'assaut particulièrement dans leur forme contre-offensive puisque la nécessité de garder le fer après la parade s'impose pour riposter et éviter la remise.

Les reprises sont aussi beaucoup plus employées en continuation d'attaque que les remises. Il est en effet assez rare de rencontrer des épéistes qui lâchent le fer sans précaution après la parade.

A) Reprise en continuation :

1) *AUX AVANCEES* :

a) *Classique* : Elle s'emploie :

— Par dégagement sur un adversaire qui conserve le fer après avoir paré.

— Par trompement du changement de ligne ce qui est courant à l'épée après la parade de quarte.

b) *En cavant* :

— Par dégagement dessous, en général sur un adversaire qui conserve le fer après avoir paré, mais dont la pointe reste dangereuse pour une reprise classique.

## 2) AU CORPS :

La reprise au corps se fait par dégagement sur un adversaire qui a paré, bras raccourci et dont les avancées sont hors de portée. Cette action s'exécute principalement en flèche.

### B) En arrêt :

#### 1) AUX AVANCEES :

##### a) Classique :

— Par dérochement, soit par dégagement ou composé, sur les tireurs qui ripostent par prises de fer.

##### b) *En cavant* :

— Par dérochement sur les tireurs qui ripostent par prises de fer sans écart de la pointe et dont les actions rendent dangereux le dérochement classique.

## 2) AU CORPS :

— Par dégagement sur les tireurs qui ripostent par prises de fer en marche et fente ou en flèche.

# LE REDOUBLEMENT

## I — DEFINITION :

## II — CLASSIFICATION :

## III — ETUDE TECHNIQUE :

} Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Le redoublement est nécessaire sur des adversaires qui parent en rompant sans riposter ou qui rompent systématiquement sur l'attaque. Toutefois, la facilité et la rapidité avec lesquelles la contre-attaque peut être portée par la simple extension du bras sur le redoublement le rendent difficile à employer et demandent beaucoup de sens tactique et une exécution technique parfaite. Le redoublement s'exécute avec beaucoup moins de risque en flèche, la reprise de garde en avant en facilite l'emploi, mais il est indispensable que la distance soit justement calculée.

La nature de l'offensive en redoublement doit être justifiée par les réflexes adverses ou par le choix de la cible à atteindre.

Le redoublement peut se faire avec moins de risque sur des adversaires ayant des réflexes défensifs de fleurettistes; mais quel que soit le cas il doit se faire le plus simplement et le plus directement possible.

## GÉNÉRALITÉS

### I — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts d'exécution technique et tactique mentionnés pour le fleuret restent valables. Ne sont donnés ci-après que ceux particuliers à l'épée.

1) *Manque de coordination entre le bras armé et l'action des jambes* : diminue la précision et expose au coup double.

2) *Poussée du buste* : provient du défaut précédent, la remise ou la reprise sont données avec l'épaule, manquent de précision et rendent difficile toute action consécutive.

3) *Manque de couverture* : n'empêche pas l'action adverse d'arriver, expose au coup double.

### II — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

#### A) Remise

##### a) *De parti-pris* :

— Contre-attaquer en opposant à juste distance.

##### b) *Préconçue* :

— Parer et riposter en maîtrisant le fer.  
— Contre-attaquer en marchant et en opposant.  
— Prendre le fer en 2<sup>e</sup> intention (prise de fer).

#### B) Reprise

##### a) *De parti-pris* :

— Parer d'opposition.

##### b) *Préconçue* :

— Prendre le fer en 2<sup>e</sup> intention (prise de fer).

### III — CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES :

La remise en cavant, comme toutes les actions en cavant, doit être une action lancée avec rapidité afin d'éviter la pointe adverse. Naturellement cette action lancée nécessite un retrait du bras après l'offensive, ce qui la rend difficile et dangereuse. Une autre manière de l'exécuter consiste à contourner la protection de la coquille adverse en cavant sans retirer le bras ni lancer le coup mais en déplaçant la main et en fléchissant le poignet. Cette façon de faire ne laisse aucune chance en cas d'échec.

Le mécanisme du retour en garde pointe en ligne facilite la remise en arrêt sur la riposte adverse. La riposte, parfois plus ou moins couverte (faute d'exécution, erreur tactique) favorise la remise, l'adversaire risquant de se jeter sur la pointe.

En toutes circonstances cette pointe bien en ligne gêne considéra-

blement l'adversaire, surtout lorsque la distance est justement appréciée. La reprise en cavant doit être bien jugée et exécutée dans la ligne opposée à celle de la riposte. Suivant la distance les reprises au corps ne sont pas à écarter mais il est préférable de les exécuter en seconde intention.

Les reprises précédées d'attaque au fer ne sont pas recommandées, le battement attire invariablement un mouvement contre-offensif très dangereux. Les circonstances de l'assaut et surtout la distance permettent parfois de donner au battement une intensité suffisante pour écarter violemment le fer adverse. Même dans ce cas il est préférable d'exécuter la reprise en flèche et en 2<sup>e</sup> intention.

Encore plus qu'au fleuret, la distance a une importance capitale pour l'exécution des remises et des reprises aux avancées. La difficulté vient de la surface réduite de ces cibles qui sont en perpétuel mouvement et bien souvent dans une position parallèle à la direction des coups. La distance ne doit pas se trouver en déplaçant le buste vers l'avant ou l'arrière mais en jouant sur les jambes, le buste droit, le corps en parfait équilibre.

Les reprises peuvent se faire à la jambe ou au masque compte tenu de la proximité de ces cibles et de l'offensive utilisée.

Le redoublement doit être jugé, et exploite le réflexe adverse. Si celui-ci reste en ligne il peut s'exécuter par prise de fer avec toutes les précautions nécessaires.

Les remises et les reprises sont des actions de finesse largement facilitées par les qualités de la main, doigté, sentiment du fer qui donne de la précision. Elles sont d'autant plus efficaces que l'emploi de la poignée française déjà recommandé, laisse à la main toute liberté de déplacement et la faculté de diriger la pointe avec les doigts.

#### IV — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'absence de convention donne à la remise et à la reprise une grande place dans le jeu de l'épée. Le Maître doit dès le début familiariser son élève avec ses actions qui doivent s'exécuter en réflexe.

*Pour enseigner la remise, le Maître doit :*

1) *Parer à temps* : La parade doit avoir lieu au moment précis où la pointe va toucher la cible. Exécutée trop tôt, l'élève retient son offensive et bien souvent sa pointe rencontre la coquille du Maître. Prise trop tard, l'offensive risque de toucher, la parade est brutale (avec retrait du bras) ce qui fausse la distance de la remise.

2) *Parer de préférence d'opposition* : La parade exécutée du tac provoque un réflexe contraire à celui de la remise surtout chez le débutant. La parade d'opposition l'amène à remiser involontairement, elle ne doit pas être exagérée et entraîner la pointe de l'élève trop loin de la cible afin de ne pas provoquer un déplacement de main contraire à une bonne couverture.

3) *Quitter le fer de l'élève franchement* : L'élève doit sentir l'absence de fer qui suit la parade. De la qualité de cette absence de fer dépend la vitesse d'exécution de la remise.

4) *Donner la cible* : Sans exagération par un déplacement de main correct suivant la ligne dans laquelle a lieu la remise, la pointe de l'arme placée de telle sorte qu'elle oblige l'élève à conserver une bonne couverture.

*Pour enseigner la reprise, le Maître doit :*

- 1) *Parer à temps* comme pour la remise.
- 2) *Parer d'opposition en accentuant légèrement la parade.*
- 3) *Maintenir le fer de l'élève* en allongeant légèrement le bras et en découvrant la cible.

En tenant compte de la vitesse d'exécution de l'élève et de sa coordination, le Maître peut enseigner dès le début la remise et la reprise en arrêt sur la riposte en observant les principes cités plus haut et ceux cités ci-dessous :

- 1) Riposter ou maîtriser le fer *en allongeant le bras* et en découvrant la cible voulue sans exagération.
- 2) Se fendre pour suivre l'élève en tenant compte de sa vitesse de reprise de garde.
- 3) *Reprendre la garde en avant.*

En aucun cas le Maître qui demande une remise ou reprise aux avancées ne doit parer en marchant, cette façon de procéder ne convient qu'à l'étude des reprises au corps en demi-fente.

Le redoublement qui est une action de 2<sup>e</sup> intention exécutée en fonction des circonstances tactiques de l'assaut peut malgré tout, dans une certaine mesure, être étudié à la leçon.

*Exemple :* L'élève exécute une attaque (ou une fausse-attaque) à la main, le Maître retire la cible en éloignant sa pointe, l'élève exécute un redoublement par coup direct au genou... Sur une attaque le Maître prend une parade courte, redoublement au corps en flèche, etc.

Le Maître doit attacher une grande importance à la position de la main de son élève (supination complète) et à son équilibre (position du buste), la précision de toutes les actions en dépend.

Il est évident que la distance doit être également parfaite, l'élève doit toucher sans flèche de la lame, au Maître de développer ses actions avec plus ou moins de rapidité suivant la technique et la vitesse d'exécution de son élève.

Les remises et reprises en cavant sont d'une exécution plus difficile. Elles ne doivent être enseignées que lorsque l'élève possède une précision suffisante et un sens tactique assez développé. Le Maître doit, dans son enseignement les faire suivre d'une action défensive.

**SABRE**



## CHAPITRE PREMIER

# TENUE DE L'ARME

### I — DESCRIPTION :

Tenir la poignée dans la main le capuce tourné vers l'avant, le pouce près de la garde, légèrement fléchi en opposition au tranchant et à la 2<sup>e</sup> phalange de l'index, les autres doigts joints et repliés maintenant son extrémité contre le bord antérieur de la main au niveau du M formé par les plis de la peau.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

Contrairement à la tenue de l'arme du fleuret ou de l'épée, celle du sabre présente une position naturelle. Si à l'escrime de pointe les coups sont *portés* par la détente des jambes, au sabre, ils sont en plus *lancés* par l'action des doigts et du bras.

#### A) Rôle des deux premiers doigts :



FIG. 63 : Tenue de l'arme au sabre

Les deux premiers doigts agissent sur la poignée par contraction, projetant la lame vers l'avant, ils sont les principaux agents de la précision du coup.

#### B) Rôle des autres doigts :

Les autres doigts accompagnent et renforcent l'action des deux premiers et en accentuent la vitesse et la puissance.

#### C) Rôle du poignet :

Le poignet joue le rôle de charnière, prolonge l'action des doigts, la renforce en avant ou en arrière (offensive ou défensive).



### III — ETUDE TACTIQUE :

La tenue de l'arme définie au paragraphe précédent permet d'exécuter toutes les actions offensives, défensives et contre-offensives sans avoir à la modifier.

La manchette extérieure ne se trouve peut-être pas complètement couverte par le capuce de la garde, mais cet inconvénient est mineur.

L'ancienne façon dont était porté le coup de pointe exigeait un déplacement de l'index sur la poignée pour amener l'arme dans le prolongement du bras. Ce procédé diminue la préhension et peut provoquer le désarmement. Il en est de même si l'on modifie la tenue en desserrant légèrement les trois derniers doigts pour amener le capuce à la perpendiculaire de la manchette extérieure dans la parade de quinte.

### IV — DEFAUTS A EVITER :

1) *Le pouce allongé sur la poignée* : Cette position interdit l'action des doigts et accentue les mouvements du poignet, d'où perte de vitesse et violence exagérée des coups.

2) *Le bord antérieur de la main en contact avec le capuce* : Cette position découvre la manchette, donne une ampleur exagérée aux actions offensives et nuit à la bonne exécution des parades.

3) *La poignée tenue à pleine main* : L'action des doigts est impossible, les coups sont armés et partent du coude.

### V — CONSIDERATIONS GENERALES :

La façon de donner les coups dépend d'une bonne tenue de l'arme. Tenue correctement elle permet de s'adapter instantanément aux circonstances de l'assaut (offensive, contre-offensive, défensive).

La poignée hongroise par sa forme répond le mieux à ces exigences, et offre à la fois une bonne préhension ainsi que la légèreté dans l'exécution des coups.

Toute autre façon de tenir l'arme que celle décrite ci-dessus, réduit la vitesse de l'action des doigts dans l'offensive comme dans la contre-offensive.

### VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître doit s'assurer dès le début que son élève tient son arme correctement, l'arrivée des coups au plastron lui permet de juger où est le défaut. Généralement le débutant éprouve quelques difficultés à conserver l'index en opposition au pouce. Pour remédier à cela, le Maître peut, au début exiger que le pouce et l'index soient en contact avec la coquille. Bien que la tenue de l'arme du sabre soit plus naturelle qu'à l'escrime de pointe, elle est aussi la source de gros défauts si le Maître néglige les exercices de doigté ou tolère une position imparfaite.

*Exemple* : Série de coups de bras allongé sur différentes cibles, redoubler les coups sur chacune d'elles.

## CHAPITRE II

# LA GARDE

### I — DEFINITION :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — MISE EN GARDE :

1<sup>er</sup> temps : }  
2<sup>e</sup> temps : } Se reporter au paragraphe correspondant du fleuret.

3<sup>e</sup> temps : Ployer le bras droit, le coude à hauteur de la hanche et détaché du corps, l'avant-bras sensiblement plus bas que l'horizontale. L'arme tenue dans la main le tranchant tourné vers l'avant, le poignet en légère flexion vers l'arrière, la lame en oblique et vers l'avant, la pointe légèrement en dedans et plus haute que l'épaule adverse. Ployer le bras gauche, coude en arrière et entièrement effacé, main à hauteur de la hanche.

### III — ÉTUDE TECHNIQUE :

A) *Les pieds* : }  
B) *La flexion des jambes* : } Se reporter au chapitre correspondant  
C) *Le tronc* : } du fleuret.

D) *Le bras non armé* : étant une surface valable doit être complètement effacé.

E) *Le bras armé* : la main et l'avant-bras doivent être couverts par la coquille.



FIG. 64 : La garde  
(Tierce position) de face



FIG. 64 bis : La garde vue de profil  
(Tierce position)

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

La distance séparant les deux tireurs, l'ampleur des déplacements de main dans la défensive, ainsi que la contre-offensive, exigent une grande mobilité. Cette mobilité s'obtient plus facilement si la garde est correcte. La position du bras armé doit répondre à trois éventualités :

- 1) Protéger la manchette contre toute attaque directe classique.
- 2) Permettre une facile exécution des contre-attaques.
- 3) Prendre directement la parade de quinte.

Le sabreur doit avoir le souci constant de son équilibre qui seul lui permet de s'adapter aux différentes phases de l'assaut avec aisance et rapidité.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Ne sont traités ci-dessous que les défauts particuliers à la garde au sabre, restent valables ceux mentionnés au fleuret et communs aux deux armes.

A) *Le bras armé insuffisamment fléchi* : approche une surface valable, la protection de la coquille devient insuffisante. Le tireur est vulnérable à la manchette et aux attaques au fer.

B) *Le bras armé trop fléchi* : le tireur en garde le coude contre la hanche est tenu à une défensive plus large, plus facile à tromper. Il est plus vulnérable aux attaques au corps et cette position rend les actions offensives perceptibles.

C) *La main plus haute que le coude* : cette position découvre l'avant-bras dessous et la surface valable du tronc normalement protégée.

D) *Poignet cassé* : d'une manière générale une flexion exagérée dans l'un ou l'autre sens diminue la protection de la coquille.

E) *La lame insuffisamment croisée* : rend le tireur très vulnérable aux attaques à la tête (quinte) ainsi qu'à certaines attaques au fer.

F) *La lame insuffisamment perpendiculaire* : tout en étant vulnérable aux attaques au fer, le tireur est obligé dans l'offensive, « d'armer » ses coups (pointe revenant en arrière avant l'action offensive).

G) *Le bras non armé insuffisamment effacé* : provoque une rotation du buste et une extension de la cible.

H) *Le bras non armé pendant le long de la cuisse* : augmente la surface valable.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Le jeu du sabre présente deux caractéristiques différentes. Identique par la convention au jeu du fleuret, il s'inspire néanmoins de l'offensive et de la contre-offensive du jeu de l'épée. La façon particulière dont sont portés les coups, la rapidité du jeu, la simplicité de la défensive sont autant de raisons qui obligent le tireur à adopter une position de garde classique.

Comme au fleuret et à l'épée les intentions tactiques modifient la position de garde. Cependant beaucoup de sabreurs adoptent en permanence une position de garde particulière ne répondant qu'à certaines actions. Ainsi la position pied arrière reposant sur la plante du pied, genou naturellement fermé, facilite peut-être le départ en flèche, mais par contre interdit les attaques par développement et surtout l'attaque en marche et fente. La position de garde classique impose une inclinaison de la lame vers l'intérieur et vers l'avant afin de faciliter l'exécution de la parade de quinte. Le tireur qui n'observe pas cette règle, en dehors de ses intentions tactiques, s'expose naturellement aux attaques à la tête qu'il ne peut détourner que par la parade de quarte souvent insuffisante (ramène le fer sur l'épaule) et facile à tromper.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés au fleuret et à l'épée sont valables pour le sabre. Dans l'enseignement du sabre, le Maître doit attacher une attention particulière à la position du bras armé. Le débutant éprouve souvent de la difficulté à maintenir le poignet en flexion vers l'arrière. Aucune tolérance sur ce point ne peut être admise sans donner lieu par la suite à de graves défauts.

## CHAPITRE III

# LE DÉVELOPPEMENT

### I — DEFINITION :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — DESCRIPTION :

Etant dans la position de la garde, pour se développer, allonger le bras droit vivement sans raideur en effectuant une légère rotation de la main vers la droite pour amener le tranchant vers l'avant; la lame sensiblement verticale, la main plus basse que l'épaule et en flexion arrière sur le poignet. Porter ensuite le pied droit en avant, le pied rasant le sol et tendre vivement le jarret gauche. Poser le pied droit à plat, le genou droit sur la verticale passant par le milieu du pied, le corps légèrement penché en avant, la main restant sensiblement plus basse que l'épaule.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

L'étude technique du développement au fleuret reste valable, seules sont traitées les particularités du développement au sabre.

#### 1) Allongement du bras armé :

L'allongement du bras armé doit être rapide, complet et souple. La rotation de la main vers la droite s'effectue pendant l'allongement



FIG. 65 : Allongement du bras précédant le développement (attaque à la tête)



FIG. 66 : Le développement au sabre (attaque à la tête)

du bras, elle reste plus basse que l'épaule et légèrement à droite. Le poignet en flexion vers l'arrière, l'arme sensiblement verticale, le tranchant tourné vers l'avant, donnent une position qui permet de lancer le coup par l'action des doigts.

## 2) Temps de suspension :

L'action des doigts qui complète l'allongement du bras armé s'exécute simultanément avec la détente de la jambe arrière, afin que le coup atteigne la cible avant que le pied avant ne se pose au sol. L'extrémité de la lame (deux derniers centimètres) atteint la cible avec une vitesse maximum (vitesse centrifuge) imprimée à la lame par la pression des 3 derniers doigts sur l'extrémité inférieure de la poignée. Le mouvement de la lame vers l'avant est encore accéléré par une légère flexion du poignet.

*Nota :* Le pouce et l'index sont en même temps le point d'appui et le centre de l'arc de cercle décrit par la lame dans son mouvement vers l'avant. La vitesse de ce mouvement est fonction de l'angle de départ formé par la lame et l'avant-bras (le plus près possible de la verticale).

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Bien que la surface valable offre des possibilités d'exécuter les contre-attaques, les conventions du sabre ne leur accordent qu'une valeur secondaire, mais il est indispensable que toute action soit *couverte* et *correctement exécutée*.

L'allongement du bras armé doit être exécuté en considérant que :

- 1) La manchette se rapproche de l'adversaire.
- 2) La protection offerte par la coquille diminue.

Afin de limiter les possibilités de contre-offensive la couverture se fait vers la droite (sans exagération) laissant ainsi la manchette intérieure découverte, mais facilement garantie par une rotation de la coquille vers la gauche. Pendant l'allongement du bras la rotation de la main s'exécute en fonction de la cible que l'on veut toucher. Il est indispensable

que l'angle formé par la lame et l'avant-bras soit un angle constant, *l'offensive étant une action lancée*. Quelle que soit la cible visée *le développement doit être maximum* et parfaitement équilibré.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés au fleuret et communs aux deux armes restent valables, dans ce paragraphe ne sont traités que ceux particuliers au sabre.

1) *Elévation exagérée de la main* : découvre la manchette dessous et diminue la protection de la coquille.

2) *Lame trop inclinée vers l'avant* : le tireur est obligé de la ramener vers l'arrière, le coup est « armé ». Il y a perte de temps dans l'exécution du développement.

3) *Action des doigts exécutée trop tôt* : généralement l'attaque tombe trop courte ou ne touche qu'au retour.

4) *Action des doigts exécutée trop tard* : le coup est appuyé et manque de netteté. Il est donné alors que le pied avant a déjà repris contact avec le sol.

5) *Elévation de la main après l'exécution du coup* : cette façon de faire ne présente pas d'inconvénient lorsque l'attaque a touché mais en cas d'échec de l'attaque elle rend le tireur vulnérable à toutes les ripostes dirigées sous le bras.

#### VI — CONSIDERATIONS GENERALES

La coordination parfaite de tous les mouvements dont se compose le développement et leur exécution dans l'ordre chronologique sont indispensables à la réussite de l'attaque. La plus petite imperfection dans l'allongement du bras, le départ hâtif de la jambe avant rendent vulnérable le développement. La difficulté majeure dans l'exécution du développement réside dans la coordination de l'action lancée du bras armé et de la détente de la jambe arrière. L'extrémité de la lame doit atteindre la cible avant que le pied avant ne se pose au sol. Cette condition essentielle s'obtient par l'exécution simultanée de la poussée de la jambe arrière et de l'action des doigts sur la poignée à l'instant précis où le bras armé finit de s'allonger.

Le travail des doigts et du bras armé ne se termine pas à l'instant où la lame touche la cible, l'extrémité de celle-ci rebondit de quelques centimètres en arrière, la poignée reprenant sa place initiale dans la paume de la main et tenue fermement. Le bras se relâche tout en restant allongé. En aucun cas, le coup ne doit être appuyé, ni conserver le contact sur la cible ce qui dénote un besoin d'appui, donc un manque d'équilibre empêchant la continuation de la phase d'armes si cela s'avère nécessaire.

L'immobilité du bras non armé diminue sensiblement la vitesse et la puissance du développement et lui enlève son rôle équilibreur. Ceci est une raison supplémentaire de l'emploi fréquent de la flèche par les sabreurs. La position du bras non armé peut varier, l'avant-bras est ployé poing à hauteur de la hanche, la main ne prenant pas appui sur celle-ci.

Pendant le développement l'avant-bras est projeté violemment vers l'arrière prenant en finale une position sensiblement parallèle à la jambe arrière, main ouverte le pouce en dessous. L'utilisation du bras non armé n'accroît que très peu la puissance et la vitesse du développement mais par contre lui donne en finale une excellente stabilité.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés au fleuret restent valables, ne sont traités ci-dessous que les particularités du développement au sabre.

La coordination des différents mouvements au sabre est un but très difficile à atteindre. Le Maître ne peut l'obtenir que progressivement et bien que les mouvements du bras armé soient plus naturels qu'à l'es crime de pointe, il est obligé au début de décomposer.

La difficulté vient principalement d'un manque de vitesse dans l'extension du bras armé par rapport au départ de la fente, le développement est donc souvent exécuté alors que le bras armé n'est pas complètement allongé. Le Maître doit donc faire travailler spécialement la vitesse d'extension du bras armé et l'action des doigts en finale.

Le procédé suivant donne de bons résultats : le Maître demande à l'élève de toucher une cible (la tête de préférence) à petite distance, c'est-à-dire à distance de riposte qui ne demande que l'extension du bras. Lorsque le mouvement est correct et suffisamment rapide le Maître rompt *très légèrement et progressivement*, à un certain moment l'élève sent que l'extension du bras dont *le mécanisme ne doit pas varier* ne lui permet plus de toucher (buste droit), il amorce sa fente pour atteindre la cible, et prend ainsi le « temps de départ » du développement.

Le Maître rompt progressivement jusqu'à exécution du développement complet. De cette manière il amène très vite son élève à donner le coup avant la pose du pied avant au sol.

L'extension du bras non armé peut être tolérée à condition qu'elle se fasse vers l'arrière (ce qui lui rend son rôle équilibreur) tout autre déplacement pouvant nuire à l'équilibre doit être corrigé.

L'arrivée du coup sur la cible renseigne très vite le Maître sur l'action finale des doigts. Lorsque le coup est appuyé il doit contrôler la façon dont l'élève tient son arme.

Pour éduquer les doigts, le Maître peut en se plaçant à distance de riposte, faire doubler, voir tripler le coup sur les différentes cibles.



## CHAPITRE IV

# LA FLÈCHE

### I — DEFINITION :

Se reporter au chapitre traitant la flèche au fleuret.

### II — DESCRIPTION :

Etant dans la position de la garde, pour flécher, allonger vivement le bras droit sans raideur en effectuant une légère rotation de la main vers la droite, pour amener le tranchant vers l'avant, la lame sensiblement verticale, la main plus basse que l'épaule et en flexion arrière sur le poignet. Porter ensuite le centre de gravité du corps vers l'avant jusqu'à déséquilibre complet, le corps en oblique, la jambe avant restant fléchie. Détendre vivement la jambe avant en déployant vers l'arrière l'avant-bras, main ouverte le pouce en dessous, le bras sensiblement horizontal, le pied arrière quittant le sol et venant se replacer devant le pied avant à une distance variable pour reprendre l'équilibre.



FIG. 67 : La flèche  
(attaque à la tête)

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Dans ce paragraphe ne sont traitées que les particularités de la flèche au sabre.

1) *Allongement du bras armé* : se reporter au développement du sabre.

2) *Temps de suspension* : l'action des doigts qui complète l'allongement du bras armé s'exécute à la finale de l'extension de la jambe avant pour profiter du maximum de longueur. Le pied avant, la jambe, le corps, le bras armé et l'arme sont dans le même prolongement au moment où le coup atteint la cible.

3) *Action du bras non armé* : l'avant-bras se déploie vivement vers l'arrière, le bras s'élève sensiblement dans le prolongement de la ligne des épaules et dans un même plan vertical. Son action équilibre le temps de suspension et permet de garder le corps dans l'axe des tireurs.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

La surface valable au sabre, les conventions, la façon dont sont portés les coups, obligent les tireurs à se tenir à grande distance (marche et fente) l'un de l'autre. La flèche permet l'offensive au corps sans qu'il soit nécessaire de gagner du terrain. Le tireur adverse se trouve de ce fait à distance de touche mais son emploi est lié à son intention tactique. L'action lancée du bras et des doigts, qui tend à entraîner le corps vers l'avant, facilite le déséquilibre préparatoire à la flèche. Les déplacements naturels du bras armé permettent au sabreur, en cas d'échec de l'attaque de continuer la phrase d'armes pendant la finale de la flèche et d'aller jusqu'à la première contre-riposte. Il importe donc d'attacher une importance particulière au choix du côté vers lequel va se faire la reprise d'équilibre. Afin de n'offrir qu'une cible réduite et de conserver la possibilité de détourner éventuellement une action adverse par un déplacement minimum de la main, le côté choisi, sera celui où l'adversaire est supposé venir à la parade. Après l'attaque à la tête le côté importe peu, mais il y a tout intérêt à baisser la main pour réduire la cible en cas d'échec de l'offensive.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

- 1) Allongement du bras armé : se reporter au développement du sabre.
  - 2) Dans le déséquilibre :
  - 3) Dans la flèche :
- } se reporter à la flèche du fleuret.

#### VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'extrême mobilité du jeu de jambes au sabre permet au sabreur de dissimuler aisément le déséquilibre qui précède la flèche. La défensive n'impose pas un contact rigoureux des pieds avec le sol, beaucoup plus que le développement elle offre des variantes efficaces susceptibles d'une très grande vitesse. La contre-offensive adverse permet d'utiliser la flèche dans les actions en seconde intention.

#### VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le procédé décrit pour l'étude du développement au sabre, peut être utilisé dans l'enseignement de la flèche, le Maître applique les mêmes principes que pour l'étude du déséquilibre dans l'escrime de pointe.

## CHAPITRE V

# LA REPRISE DE GARDE

### I — DEFINITION :

Se reporter à la *reprise de garde au fleuret*.

### II — DESCRIPTION :

Se reporter à la reprise de garde au fleuret (action du bras non armé non comprise) « puis lire » ... ployer progressivement le bras droit, la lame en oblique pour couvrir la reprise de garde.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

1<sup>er</sup> temps : }  
2<sup>e</sup> temps : } se reporter à la reprise de garde au fleuret (action du  
3<sup>e</sup> temps : } bras non armé non comprise.

Reprise de garde en avant : }  
Reprise de garde par bond : } Idem.

### IV — ETUDE TACTIQUE :

La reprise de garde au sabre est liée aux nécessités tactiques de l'assaut, aux conventions, aux surfaces valables devant être mises hors de portée de l'adversaire lorsque l'attaque a échoué.



FIG. 68 : *Le retard du bras pendant le retour en garde*

Elle doit être rapide afin de soustraire la tête à l'offensive adverse, cible facile à atteindre et difficile à protéger. Le retour à la position de garde du bras armé doit répondre aux impératifs suivants :

1) Par le retrait de la lame en oblique obtenir une protection instantanée en cas d'offensive adverse dirigée à la tête à la fin du retour en garde.

2) Par son raccourcissement progressif protéger par un minimum de déplacement de la main et de la lame, la cible menacée.

3) Par la position inclinée de la lame vers l'avant faciliter la contre-offensive, par la seule action des doigts, sur l'offensive composée adverse.

4) Par la couverture qu'offre la coquille dans l'évolution, oblique de la lame, la pointe se relevant, protéger les avancées dessus.

*La reprise de garde en avant* : cette façon de revenir en garde répond à des nécessités tactiques identiques à celles du fleuret. Elle est par contre suivie dans de nombreux cas d'une nouvelle action offensive exécutée en flèche. Le déséquilibre nécessaire à cette exécution s'obtient en portant le corps vers l'avant.

*La reprise de garde par bond* : elle est utilisée couramment au sabre pour se mettre rapidement hors de portée après l'échec de l'attaque, surtout lorsque l'offensive adverse consécutive est exécutée avec le développement ou la flèche. Elle demande un bon équilibre et une détente rapide des deux jambes.

## V — DEFANTS A EVITER :

Les défauts mentionnés au fleuret et communs aux deux armes restent valables, ne sont traités ci-dessous que ceux particuliers au sabre.

1) *Le poids du corps sur la jambe arrière* : provient d'un brusque rejet du buste vers l'arrière pour soustraire la tête au coup adverse. Ce défaut interdit toute retraite consécutive et facilite l'offensive composée.

2) *Le bras allongé au retour en garde* : facilite l'offensive adverse aux avancées (bras). La protection de la coquille est insuffisante.

3) *La lame dans un plan vertical* : rend inefficace la défensive sur les actions adverses dirigées à la tête, facilite les attaques au fer.

4) *Le bras exagérément raccourci* : permet à l'offensive adverse de se loger profondément et d'emballer la main dans la défensive.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Le sabre moderne exige de celui qui le pratique, des jambes puissantes.

tes et souples, la mobilité du jeu impose une reprise de garde rapide. Le bras non armé revient à sa position en se repliant vivement, la main vers la hanche. Son rôle n'a qu'une importance relative, le principal effort musculaire est demandé aux jambes et aux muscles dorsaux qui agissent dans la traction du bassin vers l'arrière.

Les conventions du jeu et l'extension de la surface valable du bras armé vont guider son retour à la position qu'il occupait au préalable. En cas d'échec de l'offensive, le bras armé ne se replie que progressivement, l'avant-bras couvert par la coquille.

#### *Conditions spéciales à la reprise d'équilibre après la flèche :*

Il est inutile de développer longuement la reprise d'équilibre suivant l'offensive en flèche. Dans la majeure partie des cas, le combat est interrompu dès le dépassement. Le flécheur doit veiller à ce que sa reprise d'équilibre ne se fasse en dehors des limites latérales de la piste et en quelques foulées seulement. Si le tireur qui subit la flèche rompt exagérément ce qui est une faute tactique, il replace le flécheur à sa distance et lui donne ainsi la possibilité de reprendre son équilibre et le combat.

#### **VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :**

La correction du retour en garde permet la mobilité indispensable. Le Maître doit toutefois tenir compte dans son enseignement de la difficulté de ce mouvement et ne pas chercher à obtenir trop tôt une exécution rapide. Si dans la reprise de garde à l'escrime de pointe, le bras non armé a un rôle important, au sabre son immobilité gêne considérablement. Souvent le débutant rejette le buste en arrière avant de fléchir la jambe arrière. Le 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde est mal exécuté, la position de garde retrouvée est mauvaise, l'élève a tout le poids du corps sur la jambe arrière ce qui lui interdit toute retraite consécutive. Le Maître doit donc exiger une exécution parfaite du 1<sup>er</sup> temps de la reprise de garde.

Lorsque l'élève fléchit trop tôt le bras armé le Maître, comme à l'escrime de pointe, peut le faire revenir en garde le bras allongé. Le retour à une position correcte sans mouvements inutiles de la main et de la pointe, n'a lieu qu'ensuite. Il contrôle avec son arme la couverture des avancées et la position de la lame.

## CHAPITRE VI

# LES LIGNES

### I — DEFINITION :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — BUT :

### III — CLASSIFICATION :

La surface valable du corps, la façon dont sont portés les coups et la défensive employée font que cette surface se divise en trois parties déterminées :

- Par la verticale passant par le milieu du buste,
- Par l'horizontale passant par les plis des aines et des cuisses dans la position de garde.

On nomme ces trois parties ainsi :

- 1) Ligne de droite (flanc, figure à droite et bras).
- 2) Ligne de gauche (banderolle, figure à gauche).
- 3) Ligne de dessus (tête, épaules).

## LES POSITIONS D'ESCRIME

Ligne du dessus - Tête

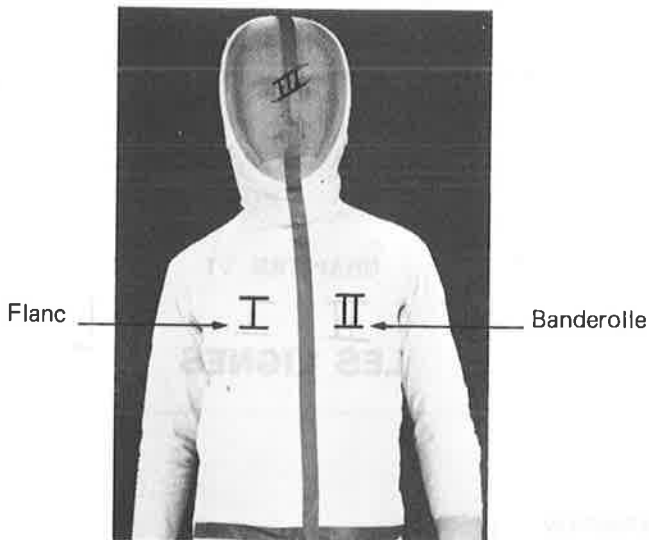


FIG. 68 bis : Les lignes

I — DEFINITION ;

II — BUT :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

III — CLASSIFICATION :

La lame peut avoir par rapport à la main les positions suivantes :

- 1) Pointe plus haute que la main.
- 2) Pointe à hauteur de la main.
- 3) Pointe plus basse que la main.

D'autre part la main peut prendre trois positions :

- 1) Le pouce en dessus, les ongles tournés vers la gauche.
- 2) Le pouce à gauche, les ongles tournés vers l'avant.
- 3) Le pouce en dessous, les ongles tournés vers la droite.

Les combinaisons entre elles de ces diverses positions de la lame et de la main constituent les positions d'escrime servant de base aux parades.

**A) Position pouce en dessus — les ongles tournés vers la gauche**

a) *Tierce* : la main à droite le pouce en dessus les ongles légèrement tournés vers la gauche, la pointe plus haute que la main.



FIG. 69 : *La position de tierce parade*



FIG. 70 : *La position de quarte*

b) *Quarte* : la main à gauche, le pouce en dessus, les ongles légèrement tournés vers la gauche, la pointe plus haute que la main.

**B) Position pouce à gauche les ongles tournés vers l'avant**

a) *Quinte* : la main à droite, légèrement plus haute que la tête et en avant, le bras horizontal, le pouce à gauche, les ongles tournés vers l'avant, la pointe légèrement plus haute que la main.



FIG. 71 : *La position de quinte du 1<sup>er</sup> système*



FIG. 74 : *La position de quinte du 2<sup>e</sup> système*

**C) Position pouce en dessous les ongles tournés vers la droite**

a) *Seconde* : la main à droite, le bras horizontal, le pouce en dessous, les ongles tournés vers la droite la pointe plus basse que la main.





FIG. 72 : La position de seconde parade



FIG. 73 : La position de prime

b) *Prime* : la main à gauche, le bras horizontal, le pouce en dessous, les ongles légèrement tournés vers la droite, la pointe plus basse que la main.

#### IV — CONSIDERATIONS GENERALES :

Les positions d'escrime donnent leur nom aux parades. Elles sont au nombre de cinq et peuvent avoir leur contre, dont l'emploi est extrêmement rare. La parade est une prise de position qui arrête le coup alors que le contre l'écarte.

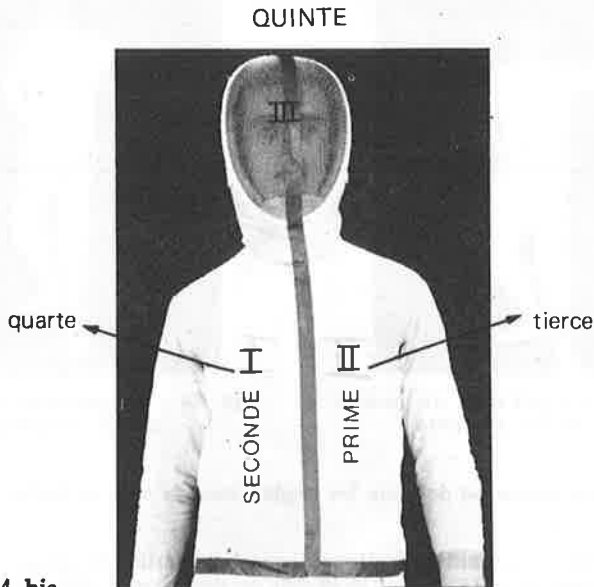


FIG. 74 bis

La surface valable est décomposée en différentes cibles qui prennent le nom des parties du corps correspondantes : tête, flanc, figure à droite, etc.

L'extension de la surface valable au bras armé amène à définir comme dans l'escrime à l'épée, quatre lignes :

- 1) Ligne du dessus appelée manchette dessus.
- 2) Ligne de droite appelée manchette extérieure.
- 3) Ligne de dessous appelée manchette dessous.
- 4) Ligne de gauche appelée manchette intérieure .

# L'OFFENSIVE

La méthode d'enseignement du sabre français est abandonnée depuis déjà plusieurs années. Cette méthode dont le but pratique avait un caractère militaire est remplacée par la méthode hongroise qui a donné au sabre moderne son caractère de discipline codifiée de l'escrime. Il est évident que la technique et la tactique hongroises sont très éloignées des anciennes conceptions françaises tant en offensive qu'en défensive et en contre-offensive.

Le jeu du sabre se rapproche à la fois du jeu du fleuret par ses conventions et du jeu de l'épée par l'extension de la surface valable aux avancées, tout en s'inspirant de la tactique employée à ces deux armes.

L'offensive au sabre est régie par les principes suivants :

- 1) Le respect des conventions.
- 2) L'extension de la surface valable.
- 3) La distance.

### A) Le respect des Conventions :

Le respect des conventions, mettant dans l'obligation de parer ou d'esquiver toute attaque correctement exécutée, donne beaucoup de sécurité à l'offensive simple développée par le tranchant, le faux tranchant ou la pointe.

La seule difficulté réside dans la technique de l'offensive simple qui pour ne comporter qu'un seul temps d'escrime doit être exécutée sans « armé » du bras ou de la lame et à une distance telle qu'elle ne constitue qu'une seule action parfaitement coordonnée.

### B) Extension de la surface valable :

L'extension de la surface valable à toutes les parties du corps situées au-dessus de la ligne horizontale passant par les sommets des plis formés par les cuisses et le tronc du tireur dans la position de « en garde » n'influe sur l'offensive que par la validité du bras armé. Si la garde au sabre assure une protection suffisante des avancées (main et avant-bras) contre les attaques classiques, elle laisse cependant ces mêmes cibles vulnérables aux attaques en cavant exécutées par le tranchant ou le faux tranchant.

### C) La distance :

La façon dont sont portés les coups, la vulnérabilité des avancées, amènent le sabreur à adopter une distance qui lui offre une sécurité suffisante en ne laissant à l'adversaire que la possibilité d'une offensive sur les cibles les plus rapprochées par un développement maximum. Cette situation impose donc des déplacements pour placer l'offensive au corps ou oblige à l'emploi de la flèche. Le fait de se mettre nécessairement à distance offre parfois à la contre-offensive la possibilité de prendre un temps d'escrime sur l'offensive laquelle, pour être développée avec un minimum de risques, doit être obligatoirement précédée d'une préparation.

## CHAPITRE VIII

# LES ATTAQUES SIMPLES

### I — DEFINITION :

L'attaque simple est une action offensive ne comportant qu'un seul temps, exécutée en se fendant ou en flèche.

### II — CLASSIFICATION :

#### A) *Attaques simples au corps par le tranchant :*

- a) Attaque à la tête.
- b) Attaque à la figure à droite.
- c) Attaque au flanc.
- d) Attaque à la banderolle.

#### B) *Attaque simple au corps par la pointe :*

#### C) *Attaques simples classiques aux avancées :*

- a) Manchette dessus.
- b) Manchette intérieure.
- c) Manchette dessous.
- d) Manchette extérieure.

#### D) *Attaques simples en cavant aux avancées :*

- 1) Par le tranchant : manchette dessus.
- 2) Par le faux tranchant : manchette dessous.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Attaques simples au corps par le tranchant :

La description de l'exécution technique des différentes attaques simples est donnée en considérant qu'elles sont portées sur un tireur de même main. A main contraire, l'exécution technique reste la même malgré la position inversée de certaines cibles.

##### 1) Attaque à la tête :

Allonger le bras en effectuant une légère rotation de la main et du poignet vers la droite pour amener le tranchant dans la direction de la cible, main plus basse que l'épaule et à droite, la lame formant un angle

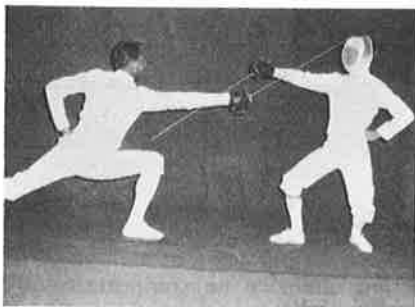


FIG. 75 : L'attaque à la tête

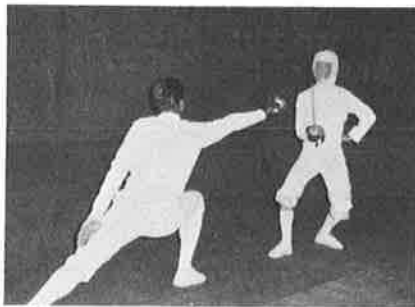


FIG. 76 : L'attaque à la figure à droite

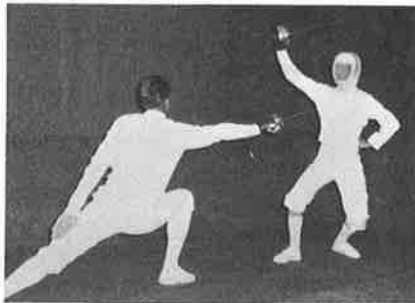


FIG. 77 : L'attaque au flanc

d'envi-  
ron 120 degrés avec le bras. Lancer le coup par une contraction des doigts et une légère flexion du poignet vers l'avant en se fendant, le tout en un seul temps.

##### 2) Attaque à la figure à droite :

Allonger le bras en effectuant une légère rotation de la main vers la gauche pour amener le tranchant dans la direction de la cible, main à hauteur de l'épaule et à droite, la lame formant un angle d'envi-  
ron 120 degrés avec le bras. Lancer le coup par une contraction des doigts et une légère flexion du poignet vers la droite en se fendant, le tout en un seul temps.

##### 3) Attaque au flanc :

Allonger le bras en effectuant une rotation de la main vers la gauche pour amener le tranchant dans la direction de la cible, main sensiblement plus basse que l'épaule et à droite, la lame formant un angle d'envi-  
ron 120 degrés avec le bras. Lancer le coup par une contraction des doigts et une légère flexion du poignet vers la droite en se fendant le tout en un seul temps.

#### 4) Attaque à la banderolle :

Allonger le bras en effectuant une rotation de la main vers la droite pour amener le tranchant dans la direction de la cible, la main plus basse que l'épaule et à droite, la lame formant un angle d'environ 120 degrés avec le bras. Lancer le coup par une contraction des doigts et une flexion du poignet vers le bas et à gauche en se fendant, le tout en un seul temps.

La lame et le bras reprennent rapidement la même position finale que dans l'attaque à la tête.

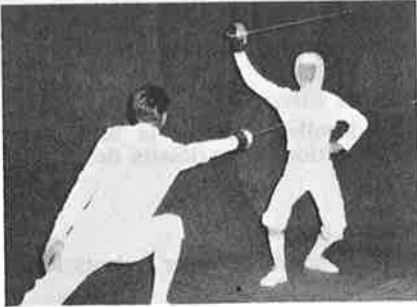


FIG. 78 : L'attaque à la banderolle

*Nota :* Dans l'exécution de toutes les attaques simples, l'extrémité de la lame doit atteindre la cible avant que le pied avant ne reprenne contact avec le sol et rebondir de quelques centimètres, la main à hauteur de l'épaule, le bras complètement relâché.

#### B) Attaque simple au corps par la pointe :

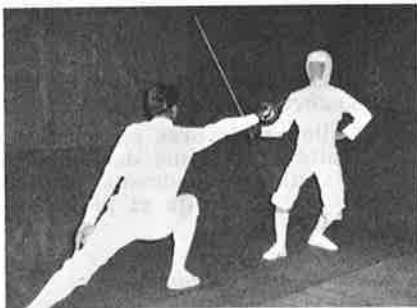


FIG. 79 : L'attaque par coup de pointe

Allonger le bras en effectuant une rotation de la main vers la gauche, la pointe dans la direction de la cible, le tranchant en légère opposition de quinte, la main, les ongles en dehors, sensiblement plus haute que l'épaule et exagérément à droite, la lame et le bras formant un angle d'environ 120 degrés, puis se fendre, le tout en un seul temps. En finale la main est plus haute que l'épaule, le bras complètement relâché.

*Nota :* La rotation de la main est donnée par rapport au déplacement du pouce.

### C) Attaques simples classiques aux avancées :

L'exécution technique des attaques aux avancées s'apparente à celle des attaques au corps. Les modifications apportées à la position de la main ou de la lame sont fonction de l'accessibilité des différentes cibles, de leur surface réduite, de la distance et de leur situation. Dans l'allongement du bras, l'angle formé par la lame et le bras est plus ouvert, mais doit laisser suffisamment de liberté à l'action des doigts et du poignet.

#### 1) Attaque classique à la manchette dessus :

S'apparente à l'attaque à la tête. Allonger le bras pour amener l'extrémité de la lame dans la direction et au-dessus de la cible, la main légèrement à gauche pour obtenir une couverture suffisante.

#### 2) Attaque classique à la manchette intérieure :

S'apparente à l'attaque à la banderolle. Allonger le bras pour amener l'extrémité de la lame dans la direction et au-dessus de la cible sans couverture de la main.

#### 3) Attaque classique à la manchette dessous :

S'apparente à l'attaque au flanc. Cependant allonger le bras légèrement plus bas (fig. 80).



Fig. 80 : L'attaque classique à la manchette dessous

#### 4) Attaque à la manchette extérieure :

S'apparente à l'attaque à la figure à droite. Cependant allonger le bras légèrement plus bas et à gauche.

### D) Attaques simples en cavant aux avancées :

La position de garde au sabre ne permet l'exécution efficace des attaques en cavant qu'aux manchettes dessus et dessous.

#### 1) Attaque simple en cavant à la manchette dessous :

Allonger le bras pour amener l'extrémité de la lame dans la direction de la cible et au-dessus, la main exagérément à droite et plus basse que l'épaule (fig. 81).

#### 2) Attaque simple en cavant à la manchette dessous :

Allonger le bras en laissant tomber la pointe pour l'amener dans la direction de la cible et dessous la main exagérément à droite et plus basse que l'épaule. Lancer le coup avec le poignet par un mouvement rapide vers le haut (fig. 82).

## IV — ETUDE TACTIQUE :

## A) Attaques simples au corps par le tranchant :



FIG. 81 : L'attaque en cavant à la manchette dessus

L'attaque à la tête est la plus efficace des attaques simples pour les raisons suivantes :

a) La simplicité de son exécution technique ne la rend pas perceptible immédiatement.

b) L'allongement du bras, la contraction des doigts et la flexion du poignet sont des mouvements naturels susceptibles d'une très grande vitesse d'exécution qui surprennent souvent l'adversaire.

c) Exécutée sur une position de garde négligente ou fantaisiste, elle atteint la cible, malgré la défensive qui, dans ces conditions, nécessite un grand déplacement de main.

## 2) Attaque à la figure à droite :

Une position de garde correcte ne permet pas d'atteindre cette cible directement. Elle s'emploie précédée d'actions au fer, par le tranchant ou le faux-tranchant, ayant pour but de retarder la défensive, mais aussi de diminuer les risques de contre-offensive.



FIG. 82 : L'attaque en cavant à la manchette dessous par faux-tranchant

## 3) Attaque au flanc :

L'attaque au flanc ne peut non plus être portée directement, cette cible étant protégée par l'arme dans la position de la garde. Elle s'exécute avec tout l'à-propos nécessaire sur les préparations adverses qui la découvrent.

L'attaque au flanc doit être précédée de préparations efficaces pour provoquer le déplacement de la position de garde.

## 4) Attaque à la banderolle :

Plusieurs facteurs contribuent à donner une efficacité appréciable à l'attaque à la banderolle :

a) La position de garde (tierce position) laisse la cible découverte en permanence.

b) Le début de son exécution semblable à celui de l'attaque à la tête, ne provoque pas immédiatement la parade correspondante.



c) La majorité des tireurs réagissent aux préparations adverses en se bloquant en position de tierce, ce qui retarde la défensive.

#### B) Attaque au corps par coup de pointe :

L'attaque au corps par coup de pointe est moins efficace, donc moins employée que celles portées par le tranchant qui, plus naturelles sont extrêmement rapides (coups lancés). Le coup de pointe plus lent dans son exécution (coup conduit) surprend rarement un sabreur dont les réflexes défensifs permettent d'écarter le fer comme de le bloquer.

Cette action peu employée en attaque permet de prendre rapidement la parade de quinte en cas d'échec. La parade classique correspondante (quarte) est souvent insuffisante pour l'écarter. Son utilité est plus appréciable en contre-offensive au corps ainsi qu'en riposte après la parade de quinte.

#### C) Attaques classiques aux avancées :

Les attaques classiques aux avancées sont d'un emploi restreint du fait de la protection offerte par la coquille dans une position de garde correcte. Les circonstances de l'assaut obligent à des déplacements de la main et de la lame et donnent ainsi l'occasion de les exploiter. La distance de développement à laquelle se trouve la manchette de l'adversaire permet de les exécuter à une grande vitesse. Les préparations adverses nécessitant l'allongement du bras rapprochent les avancées et diminuent la protection de la coquille. Exécutées avec à-propos les attaques simples à la manchette n'exigent alors qu'une fente réduite.

#### D) Attaques en cavant aux avancées :

##### 1) Attaque en cavant à la manchette dessous :

De toutes les attaques en cavant aux avancées c'est certainement l'attaque à la manchette dessous par faux tranchant la plus pratiquée. Une position de garde correcte ne suffit pas pour garantir la manchette dessous. Cette attaque particulière doit être préparée par une position de garde, main et lame basses afin d'éviter un mouvement trop visible et permettre de diminuer au maximum le chemin à parcourir par l'extrémité de la lame.

##### 2) Attaque en cavant à la manchette dessus :

L'attaque en cavant à la manchette dessus s'emploie sur les tireurs en garde la main trop basse, la lame non croisée devant le corps. Lancée rapidement elle permet d'éviter la contre-offensive.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés dans le développement et la flèche restent valables dans l'exécution des attaques simples, seuls sont traités ceux particuliers à l'attaque elle-même.

a) *Relâchement des doigts après le coup* : crée un réflexe dont il est difficile de se défaire. Provoque une contraction du bras lorsque l'attaque est parée et par conséquent nuit à la qualité de la parade consécutive.

b) *Bras armé contracté après le coup* : empêche toute action immédiate en cas d'échec de l'attaque.

c) *Couverture insuffisante* : offre à l'adversaire la possibilité d'une contre-offensive facile, surtout si l'attaque est portée à grande distance.

d) *Ne pas atteindre la cible avec les derniers centimètres de la lame* : provient d'une mauvaise appréciation de la distance ou d'une mauvaise coordination retardant l'arrivée du coup. Ce défaut se rencontre chez les tireurs dont le coup atteint la cible après la pose du pied avant au sol.

e) *Rebondissement exagéré ou insuffisant de la lame après que le coup ait atteint la cible* : provient d'une mauvaise action des doigts et du poignet. Dans les deux cas, la continuation correcte de la phrase d'armes est impossible.

f) *Emploi abusif ou inconsidéré de la flèche* : laisse à l'adversaire la possibilité d'utiliser à coup sûr la tactique qui s'impose pour contrarier facilement ce genre d'offensive.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Les attaques simples au fleuret prennent un nom en fonction de leur exécution. Au sabre elles prennent le nom de la cible qu'elles doivent atteindre. Pour deux tireurs de main contraire (droitier à gaucher ou inversement), ce principe reste valable. Seule l'exécution technique est inversée pour le flanc et la banderolle. L'attaque au flanc s'exécute comme une attaque à la banderolle entre tireurs de même main et réciproquement.

La distance séparant les tireurs à l'assaut, laisse les avancées à portée de développement. Si ce procédé suffit pour les atteindre, il n'en est pas de même pour les attaques au corps dont les cibles sont plus éloignées. Le tireur doit donc faire précéder le développement d'une ou plusieurs marches ou développer son offensive en employant la flèche. Ces deux procédés ont leurs avantages et aussi leurs inconvénients.

1) L'attaque simple en marche et fente comporte deux temps d'exécution susceptibles d'attirer la contre-offensive adverse. Mais elle laisse le tireur en équilibre parfait jusqu'à l'extrême finale de son action lui permettant ainsi d'agir sur des réflexes prévus ou imprévus.

2) L'attaque simple en flèche ne comporte qu'un seul temps d'exécution pour une même distance. De ce fait elle est moins vulnérable à la contre-offensive adverse, mais le déséquilibre indispensable précédant cette forme d'offensive, ne laisse que peu de possibilités de varier l'attaque en fonction d'une réaction défensive adverse tardive ou imprévue.

La couverture que doit rechercher le tireur dans l'exécution de l'offensive afin de se protéger de la contre-offensive adverse ne peut avoir pour effet que de garantir un seul côté du bras armé. Le choix de l'offensive et de la couverture est donc fonction de la position de la lame adverse. Tout danger contre-offensif n'est pas écarté car l'attaque la mieux couverte peut être contre-attaquée en cavant.

Le coup de pointe aux avancées n'est pas recommandé. La position de l'avant-bras par rapport à la lame n'offre pas assez de perpendicularité au coup qui, dans la plupart des cas, glisse sur la cible. Dans les rares occasions où un tireur peut toucher ainsi les avancées, il bénéficie peu souvent d'une décision favorable du Jury, les touches étant difficilement visibles.

Seules les attaques simples en cavant à la manchette dessus et dessous présentent une efficacité certaine. Tenter de porter des attaques en cavant aux manchettes extérieure ou intérieure oblige à une préparation

trop large, inhabituelle, décelable par l'adversaire qui contre-attaquera facilement.

Deux tireurs de main contraire ont toujours un problème : garantir par leur position de garde deux cibles différentes, la tête et la manchette extérieure, la protection complète de l'une découvrant l'autre et réciproquement. Pour cette raison l'attaque en avant à la manchette extérieure devient très efficace car elle met en échec la meilleure « couverture ». L'exécution des attaques aux avancées intérieure et extérieure respecte les principes techniques déjà mentionnés pour atteindre les cibles flanc et banderolle entre adversaires droitier et gaucher.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître doit d'abord enseigner les attaques au corps d'une exécution plus facile que les attaques aux avancées dont la surface réduite exige une certaine précision. Chaque attaque simple doit être étudiée dans l'ordre de progression suivant :

### A) Etude du coup à petite distance : (distance de riposte « de pied ferme »)

L'élève concentre son attention sur le seul mouvement du bras, le Maître veille à ce que le coup soit donné par la contraction des doigts, amplifiée de la légère flexion du poignet. Chaque fois qu'il le juge nécessaire le Maître doit faire décomposer l'action simultanée de l'allongement du bras coordonné avec l'action des doigts afin d'obtenir une exécution parfaite avant de passer au développement.

### B) Etude du coup à moyenne distance : (distance de développement)

La difficulté réside dans la coordination du bras armé et de la détente de la jambe arrière. Le Maître ne doit pas s'attarder à décomposer, mais plutôt chercher à l'obtenir par la répétition du geste. Si l'exécution parfaite exige que le coup atteigne la cible avant que le pied reprenne contact avec le sol, le Maître doit se garder de l'exiger dès les premières leçons. La coordination (bras et jambes) indispensable s'obtient par un long travail au plastron.

### C) Etude du coup à grande distance : (distance de marche et fente ou flèche)

Lorsque l'offensive par développement est bien exécutée, le Maître enseigne à grande distance. Deux procédés sont étudiés : soit faire précéder la fente de la marche classique, soit encore d'un bond. Dans les deux cas, le bras s'allonge progressivement pour n'être en extension complète qu'à l'instant de la reprise d'équilibre, c'est-à-dire au moment où le pied arrière est en appui au sol (ou les deux pieds dans le bond). Le Maître doit faire travailler spécialement l'allongement du bras armé en coordination avec ces déplacements avant de passer à la fente et y revenir chaque fois qu'il le juge nécessaire.

L'étude de l'attaque simple en flèche ne doit se faire qu'avec un élève déjà confirmé, possédant une bonne exécution technique de ce procédé offensif.

### D) Etude de l'à-propos :

Lorsque l'exécution des attaques simples est satisfaisante, le Maître doit développer l'à-propos de son élève. Dans ce but il varie les invites et lui demande d'atteindre instantanément la cible offerte. Ces exercices s'exécutent aux trois distances données afin d'augmenter la difficulté.

### E) Recherche du rythme :

Pour que l'élève s'habitue à varier la vitesse de ses actions le Maître doit également varier celle de ses invites et en changer le rythme. L'élève rencontre beaucoup de difficulté à placer ses attaques sur des cibles momentanément ouvertes ou fermées à cadence variable.

### Procédé pédagogique d'étude de la banderolle :

Une attention particulière doit être portée à l'étude de la banderolle dont l'exécution technique assez spéciale est difficile. Le Maître doit exiger que l'élève atteigne la cible dans un mouvement lancé vers l'avant, lorsque le bras armé et la lame forment une ligne droite, et non par un retrait du bras.

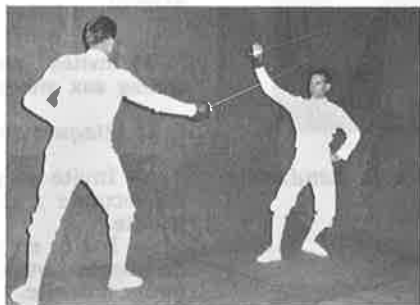


FIG. 83 : L'étude du coup à la banderolle (1<sup>er</sup> temps)



FIG. 84 : L'étude du coup à la banderolle (début du 2<sup>e</sup> temps)

Plusieurs procédés pédagogiques permettent d'obtenir l'exécution parfaite de ce coup. Le plus simple consiste à le décomposer en 4 temps et à supprimer progressivement un temps jusqu'à son exécution en un seul. La couverture de cette attaque est très importante et le Maître doit la contrôler et si nécessaire employer la contre-offensive.

1<sup>er</sup> temps : allongement du bras en direction de la cible.

2<sup>e</sup> temps : porter le coup par la seule action des doigts.

3<sup>e</sup> temps : ramener la lame dans la position du coup à la tête.

4<sup>e</sup> temps : raccourcir progressivement le bras pour reprendre la garde.

L'étude des attaques simples aux avancées doit se faire suivant les principes donnés pour les attaques simples au

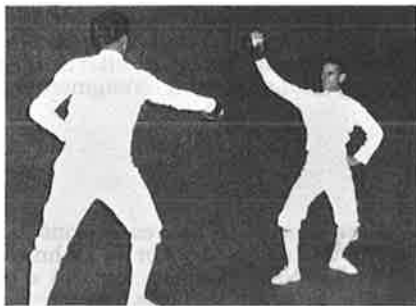


FIG. 85 : L'étude du coup à la banderolle  
(fin du 2<sup>e</sup> temps)



FIG. 86 : L'étude du coup à la banderolle  
(3<sup>e</sup> temps)

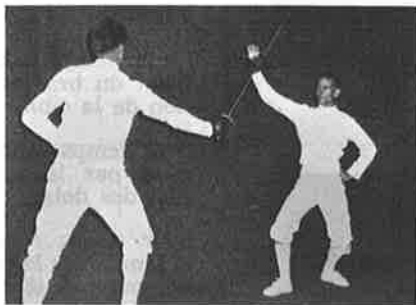


FIG. 87 : L'étude du coup à la banderolle  
(4<sup>e</sup> temps) (retour en garde)

- Invite peu prononcée en position de quarte ou feinte au flanc : attaque manchette extérieure.
- Invite en position exagérée de tierce ou feinte à la banderolle : attaque manchette intérieure.
- Invite en position de quarte ou feinte à la tête découverte : attaque manchette dessous.

corps techniquement semblables. Le Maître les fait exécuter sur des invites, sur l'allongement du bras et sur des préparations. La recherche de l'à-propos, du rythme, de la vitesse, s'applique également à ces cibles dont la mobilité et la surface réduite exigent en plus une grande précision.

Le Maître ne doit passer à l'étude des attaques en cavant qu'après avoir obtenu une exécution parfaite de toutes les attaques classiques au corps et aux avancées. Moins employées, elles ne demandent pas un travail aussi poussé et risquent de provoquer des défauts par les positions peu orthodoxes qu'elles exigent.

#### F) Invites correspondantes aux attaques :

##### 1) Attaques au corps :

- Invite en position de seconde : attaque à la tête.
- Invite en position de quarte : attaque à la figure à droite.
- Invite en position de quarte : attaque au flanc.
- Invite en position de quarte : attaque à la banderolle.
- Invite en position de tierce : attaque par coup de pointe.

##### 2) Attaques aux avancées :

- Invite en position de seconde ou feinte coup de pointe : attaque manchette dessus.

## CHAPITRE IX

# LES DÉFENSIVES

Les conventions, la surface valable et la façon dont sont portés les coup donnent une grande valeur à la parade, elle est la base de la défensive. La contre-offensive, limitée par les conventions, complète et permet de varier la défensive. Bien jugée et bien exécutée, elle contrarie l'offensive et d'une manière générale, diminue les risques d'attaques composées en laissant le tireur adverse dans l'incertitude du réflexe qu'il veut provoquer.

Le caractère de la défensive n'est pas, comme à l'épée, influencé par la différence de distance existant entre les cibles avancées et le corps, mais par la nature de l'offensive adverse. Elle doit respecter les principes suivants :

1) Emploi de la parade simple sur toute attaque simple destinée à toucher les avancées ou le corps. La contre-offensive ne peut gagner un temps sauf parfois dans le cas d'une mauvaise exécution technique de l'offensive.

2) Emploi de la parade simple ou composée ou de la contre-offensive, suivant l'intention tactique sur toute attaque comportant plusieurs temps d'exécution.

La parade s'emploie de préférence car elle offre la possibilité d'exécuter une riposte efficace. La contre-offensive systématique risque d'être exploitée par l'adversaire et demande un jugement sûr, pour « gagner un temps » sur l'offensive.

Deux systèmes défensifs très différents par l'exécution technique et l'emploi tactique sont utilisés. Il importe de les marier pour acquérir une défensive complète et efficace. Ces deux systèmes sont tirés d'anciennes méthodes et adaptés au jeu du sabre actuel et à son caractère sportif.

### 1) Système défensif Borsody :

Emploie trois parades de base prises le bras raccourci, *tierce*, *quarte*, *quinte*. A l'origine, il était enseigné à l'Ecole Austro-Hongroise de *Wiener-*

*Neustadt*, puis fut perfectionné par le Maître *Borsody* qui dirigea l'enseignement du sabre à l'Académie de sabre de *Budapest*.

## 2) Système défensif Santelli :

Emploie trois parades de base prises, le bras au trois-quart allongé : *seconde, prime, quinte*. Ce système s'apparente à celui de l'ancienne méthode française, mais vient de l'escrime italienne. Il fut importé en *Hongrie* par le Maître *Santelli* qui le perfectionna et l'enseigna à *Budapest* où il se fixa définitivement.

Actuellement il est difficile de déceler lequel des deux systèmes trouve le plus de faveur chez les Maîtres de notre époque. Ceux-ci les emploient finalement dans leur méthode d'enseignement avec une prédominance plus ou moins marquée de l'un d'eux suivant leur préférence personnelle.

En fait, la méthode défensive comportant un emploi judicieux des deux systèmes en fonction de l'offensive adverse sera développée dans le chapitre suivant.

## CHAPITRE X

# LES PARADES SIMPLES

### I — DEFINITION :

C'est l'action qui consiste à se garantir d'une attaque en bloquant avec son arme le fer adverse.

### II — CLASSIFICATION :

#### A) 1<sup>er</sup> Système défensif ou système de base :

- 1) Tierce : couvre complètement le côté extérieur du corps.
- 2) Quarte : couvre complètement le côté intérieur du corps.
- 3) Quinte : couvre la tête et les épaules.

#### B) 2<sup>e</sup> Système défensif ou système secondaire :

- 1) Seconde : couvre le côté extérieur du corps jusqu'à l'épaule.
- 2) Prime : couvre le côté intérieur du corps jusqu'à l'épaule.
- 3) Quinte : couvre la tête et les épaules.

#### C) Parades complémentaires :

- 1) Contre de tierce :
  - 2) Contre de seconde :
  - 3) Demi-contre de quinte :
- } rejettent le fer à l'extérieur du corps.  
} rejette le fer vers le haut.



### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quel que soit le système, la parade simple doit dans son exécution, respecter les principes suivants :

1) Prédominance de la rotation de la main afin d'amener immédiatement le tranchant en opposition au coup et protéger la main pendant son déplacement.

2) Déplacement, dans un même plan, de la lame et de la main pour obtenir une fermeture complète de la ligne.

3) Blocage de la parade qui doit arrêter le coup en fermant la ligne complètement sans repousser le fer.

4) Opposition du pouce par rapport au tranchant du fer adverse pour donner plus de fermeté à la parade et résister à la violence du choc.

5) La pointe de l'arme légèrement sortie par rapport à la main pour assurer la parade lorsqu'elle est faite avec la partie moyenne de la lame.

6) La parade doit être faite autant que possible avec la partie forte de la lame, pour lui donner un maximum d'autorité pour un minimum de contraction de la main.

#### A) Description des parades simples :

A l'exception de la position de quinte (dans les deux systèmes) qui se prend la pointe légèrement plus haute que la main, des différences d'exécution permettent de les classer dans l'un ou l'autre système.

1<sup>er</sup> Système : Les parades se prennent :

- a) Le bras raccourci.
- b) La lame formant un angle presque droit avec l'avant-bras.
- c) La pointe nettement plus haute que la main.

2<sup>e</sup> Système : Les parades se prennent :

- a) Le bras au 3/4 allongé.
- b) La lame formant un angle très ouvert avec le bras.
- c) La pointe sensiblement plus basse que la main.

#### I) 1<sup>er</sup> SYSTEME DEFENSIF OU PARADES DE BASE :

1) *Tierce* : Parade latérale ou verticale suivant qu'elle est prise en partant des positions de quarte ou de quinte, bloque l'attaque dirigée sur les cibles du côté extérieur du corps.

2) *Quarte* : Parade latérale ou verticale suivant qu'elle est prise en partant des positions de tierce ou de quinte, bloque l'attaque dirigée sur les cibles du côté intérieur du corps.

3) *Quinte* : Parade verticale, bloque l'attaque dirigée à la tête (ou aux épaules).

#### II) 2<sup>e</sup> SYSTEME DEFENSIF OU PARADES SECONDAIRES :

1) *Seconde* : Parade latérale ou diagonale suivant qu'elle est prise des positions de prime ou de quinte, bloque l'attaque dirigée au flanc.

2) *Prime* : Parade latérale ou diagonale suivant qu'elle est prise des positions de seconde ou de quinte, bloque l'attaque dirigée au ventre ou à la banderolle.

3) *Quinte* : Parade diagonale, bloque l'attaque dirigée à la tête (ou aux épaules).

### III) PARADES SIMPLES COMPLEMENTAIRES :

La position de la lame au moment de l'offensive ne permet pas toujours l'emploi des parades de base ou secondaires. La défensive peut être renforcée et variée avec les parades suivantes :

1) *Contre de tierce* : Parade circulaire, partant d'une position de tierce allongée, prend le fer et le rejette à l'extérieur sur une attaque à la manchette dessus ou à la tête.

2) *Contre de seconde* : Parade circulaire partant d'une position momentanée de seconde, prend le fer et le rejette à l'extérieur sur une attaque à la manchette dessous ou sur un coup de pointe au corps.

3) *Demi-contre de quinte* : Parade demi-circulaire, partant d'une position de tierce allongée, prend le fer et le rejette vers le haut par un déplacement de la main, de tierce en quinte, sur une attaque à la tête.

#### B) Exécution des parades simples :

La parade au sabre est une prise de position ayant pour but d'arrêter le fer adverse avant qu'il n'atteigne la cible.

##### 1) Parade du 1<sup>er</sup> système :

L'avant-bras, la main et la lame se déplacent simultanément, l'angle de 120° formé par l'arme et l'avant-bras reste constant pendant l'exécution de la parade.

##### 2) Parade du 2<sup>e</sup> système :

L'avant-bras, la main et la lame se déplacent simultanément, l'angle de 160° formé par l'arme et le bras, reste constant pendant l'exécution de la parade.

*Nota* : Pour parer le coup de pointe, l'action défensive écarte le fer adverse et s'apparente pour cette raison à la parade de fleuret. Que ce soit par quarte ou tierce, elle s'exécute de préférence du tac pour donner plus de vitesse à la riposte.

##### 3) Parade par contre ou demi-contre :

Comme au fleuret, l'action des doigts doit donner une prédominance au déplacement de la pointe, la main se déplace dans la ligne voulue pour rejeter et bloquer le fer adverse.

Les parades doivent être combinées avec les déplacements. Pour cette raison elles évoluent en longueur, en largeur et en hauteur.

##### 1) La parade simple est courte, plus large ou plus haute :

- a) Sur une attaque très engagée (flèche).
- b) Lorsqu'elle s'exécute en marchant.

- 2) La parade simple est longue, moins large ou moins haute :
  - a) Sur une attaque aux avancées (manchette).
  - b) Lorsqu'elle s'exécute en rompant.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

En fonction des avantages et inconvénients qu'il comporte, chaque système défensif a un emploi tactique bien déterminé. Les circonstances de l'assaut créent parfois l'obligation d'utiliser les parades complémentaires, moins classiques. Elles sont efficaces lorsqu'elles bénéficient de l'effet de surprise.

##### A) 1<sup>er</sup> système défensif : tierce — quarte — quinte (courtes)

1) *Avantages* : Elles couvrent un côté complet du corps. Prises bras raccourci, elles sont autoritaires et permettent de résister facilement au coup même violent.

2) *Inconvénients* : L'ampleur du mouvement pour passer de la parade de tierce ou de quarte à la parade de quinte (ou inversement) expose à un trompement facile.

##### B) 2<sup>e</sup> système défensif : seconde — prime — quinte (longues)

1) *Avantages* : Elles permettent de rattrapper le fer après la parade de quinte lorsque celle-ci a été trompée (parades composées).

Prises le bras au 3/4 allongé, elles ne nécessitent qu'un léger déplacement latéral de la main lorsqu'elles sont prises en venant de la position bras allongé.

2) *Inconvénients* : Les parades de seconde et prime ne couvrent pas la figure à droite ou la figure à gauche. La parade de quinte découvre la manchette extérieure.

*Parade de tierce* : protège la manchette extérieure, le flanc et la figure à droite.

*Parade de quarte* : protège la manchette intérieure, le ventre, la banderolle et la figure à gauche.

Les circonstances de l'assaut obligent le tireur à quitter souvent la « tierce-position » ce qui rend difficile, voire même impossible la parade de quinte sur une attaque portée à la tête. Dans ce cas particulier ainsi que dans les suivants, la parade de quarte peut se justifier.

1) Lorsque le tireur se trouve dans une position de tierce bras raccourci la pointe à l'extérieur, l'attaque à la tête très engagée est difficilement parable avec la parade de quinte qui nécessite d'abord un contre de la pointe avant le déplacement de la main. Ces deux actions augmentent sa durée d'exécution et la parade est toujours tardive.

2) Lorsque l'attaque à la tête est précédée d'une action au fer, battement de quarte par exemple qui chasse le fer à l'extérieur, ébranle la main et place le tireur dans les conditions du cas précédent.

L'emploi abusif de la parade de quarte pour se protéger des attaques à la tête expose à un trompement facile et rapide. Il est préférable d'employer la parade de quinte en rompant.

*Parade de Quinte* : protège la manchette dessus, la tête et les épaules.

De toutes les parades c'est celle dont l'exécution est la plus facile. Rarement à l'assaut, les circonstances laissent la possibilité de la prendre par une simple élévation de la main et de la lame permettant de barrer immédiatement le chemin à l'attaque adverse. L'emploi tactique de l'offensive à la tête tient compte de la position de la lame adverse et choisit le moment où l'adversaire aura le plus de difficulté pour parer en quinte, car alors il devra passer sous le fer adverse avant de pouvoir fermer la ligne ou couper devant la pointe ce qui ne permet pas toujours de se protéger à temps.

*Contre de Tierce* : protège les même cibles que quinte.

Cette parade manque de puissance et n'empêche pas l'attaque d'atteindre la tête. Elle s'utilise plus particulièrement pour protéger la manchette dessus, mais se trompe très facilement par un coupé se terminant à la tête.

La parade de quinte reste la parade idéale de l'attaque à la tête. En cas de trompement elle permet d'employer les parades du 2<sup>e</sup> système et de rattraper le fer adverse, ce qui est pratiquement impossible après les parades de quarte ou de contre de tierce.

Il est toujours utile de varier judicieusement les parades en employant des gestes défensifs plus ou moins classiques. Cette façon de faire gêne l'offensive composée. Mais il est évident que l'abus de ces moyens défensifs ne surprend plus l'adversaire qui les exploitera rapidement.

## V — DEFANTS A EVITER :

Dans l'exécution de la parade simple :

- 1) *Rotation tardive du capuce* : la main et la manchette restent découvertes et risquent d'être atteintes par le coup dirigé au corps.
- 2) *Retard de la lame ou de la main* : se rencontre chez les sabreurs qui ne conservent par un angle constant entre le bras et la lame. La parade est insuffisante.
- 3) *Insuffisance d'opposition du tranchant au coup* : la parade manque d'autorité, la riposte de vitesse.
- 4) *Pointe de l'arme rentrée* : la parade est souvent insuffisante et manque d'autorité surtout lorsque le coup est dirigé à la figure.
- 5) *Couverture insuffisante* : provient souvent d'une mauvaise position du capuce, l'attaque atteint la cible tout en rencontrant le fer.
- 6) *Parade non bloquée* : le tireur cherche à repousser le fer au lieu de l'arrêter et s'expose au trompement. La riposte manque de vitesse et de précision.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

La défensive au sabre se compose de gestes naturels. Ces mouvements qui semblent, en fait, d'exécution facile, demandent cependant un long travail, une technique sans défaut.

Les « justes » déplacements de la main et de la lame qu'exige la parade de quinte pour être parfaite, la rendent difficile à acquérir. Coordinée avec la retraite elle se prend plus facilement mais présente encore des

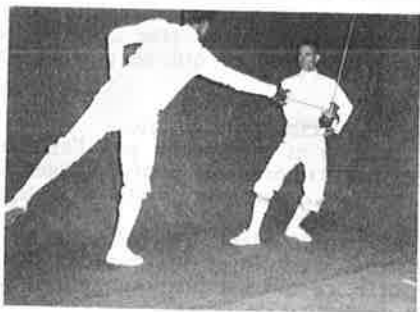


FIG. 88 : La parade raccourcie de quarte sur une attaque en flèche

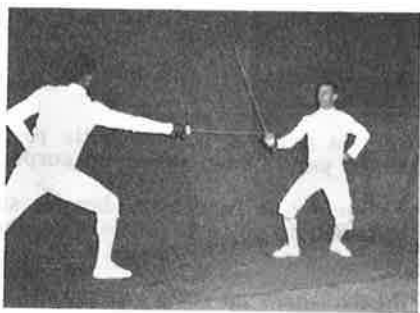


FIG. 89 : La parade allongée de quarte (prise en rom pant)

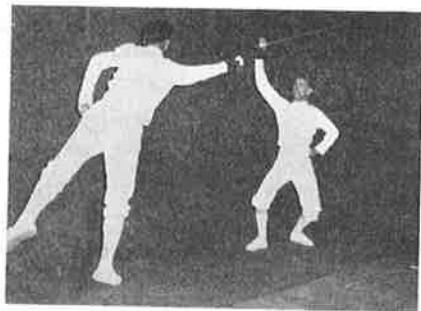


FIG. 90 : La parade de quinte raccourcie sur une attaque en flèche

difficultés telles qu'elle est involontairement remplacée à l'assaut par la parade de quarte insuffisante dans la plupart des cas.

D'une manière générale le premier système défensif est employé par les tireurs calmes possédant un jugement sûr et un mécanisme parfait. Ils parent à la finale de l'attaque et obtiennent ainsi une sécurité complète. Pour cette raison, le premier système est appelé le *système tactique*. Le deuxième système défensif limite les déplacements de la main et de la lame pour rattraper le fer adverse après le trompement de la parade de quinte. Il offre l'avantage, lorsque l'attaque à la tête principalement a échoué de parer rapidement la riposte adverse. Ce système est appelé *système mécanique* ou composé. Les coups lancés imposent une grande mobilité au jeu du sabre car il est difficile d'apprécier la longueur de l'offensive. C'est pourquoi les parades sont souvent coordonnées avec les déplacements et évoluent en hauteur, en longueur et en largeur pour parer l'offensive adverse, mais aussi pour préparer et assurer la riposte. L'ampleur des mouvements défensifs facilite les trompements qui peuvent s'exécuter dans certains cas en finale de fente ou de flèche. Comme au fleuret la parade doit être prise à temps. Elle est d'autant plus juste que l'attaque a été bien jugée, permettant ainsi de toucher l'adversaire en riposte avant qu'il ne retrouve son équilibre.



FIG. 91 : La parade de quinte allongée  
(prise en rompant)

Il est important de varier la défensive en employant la contre-offensive. Celle-ci doit être le fruit d'un jugement sûr et non le résultat de mauvais réflexes, qui nuisent au respect des conventions, sont facilement exploitables et exposent aux actions simples.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Toute parade doit être suivie d'une riposte immédiate, le contact du fer doit déclencher ce réflexe offensif. De la qualité de la parade dépend l'automatisme et l'efficacité de la riposte. Le Maître doit donc exiger que l'élève bloque sa parade en contractant les doigts pour amener correctement le tranchant de sa lame, le plus perpendiculairement possible au coup.

Le choc des lames lorsqu'elles se rencontrent doit être net. Tout glissement provient d'une faute technique d'exécution et parfois d'une mauvaise tenue de l'arme, ce qui nuit à la rapidité et à la précision de la riposte.

Pour obtenir une parade correcte, le Maître doit contrôler à chaque exercice :

- 1) L'angle formé par l'avant-bras et la lame.
- 2) La tenue de l'arme.
- 3) La position du tranchant.
- 4) Le blocage de la parade.
- 5) La position de la main et de la lame.

Lorsque l'exécution de la parade est correcte à distance fixe, le Maître varie la longueur et la hauteur de ses attaques obligeant l'élève à allonger, raccourcir, lever ou baisser sa parade pour obtenir une couverture parfaite et un net contact des fers. Au fur et à mesure des progrès de l'élève, il fait exécuter les parades en les combinant avec les déplacements, en s'assurant toujours que le contact des fers a lieu à l'instant précis où le deuxième pied se pose au sol. Ceci donne le maximum d'autorité et de sûreté à la parade et permet de contrôler l'équilibre de l'élève qui peut alors lancer sa riposte à des distances variables sans préparations préalable.

Afin d'habituer l'élève à supporter les coups et pour développer sa préhension, le Maître varie l'intensité de ses actions. Parfois aussi il fera que le simulacre du coup pour s'assurer :

- 1) De la position de la parade.
- 2) Du blocage à l'instant du contact des fers.
- 3) De la couverture.

Pour développer le coup d'œil et la notion de distance, le Maître doit varier le rythme de ses actions, la vitesse et l'ampleur de ses déplacements. Il évite ainsi des exercices monotones qui n'exigent que peu d'attention de l'élève et limitent ses progrès.

L'exécution des parades ne doit pas seulement être enseignée en partant des positions de tierce et de seconde suivant le système défensif. Le Maître doit varier la position de départ, ce qui correspond à la réalité de l'assaut, pour créer chez l'élève un réflexe défensif classique, quelle que soit la position qu'il occupe.

Les attaques sur la préparation étant nombreuses au sabre, le Maître doit habituer son élève à parer les attaques exécutées :

- 1) Soit après une préparation.
- 2) Soit en venant du bras allongé (feinte).

La parade de quinte se prend facilement en partant de la « tierce position » mais le Maître doit la faire travailler le plus souvent possible en plaçant son élève dans les conditions de l'assaut. C'est-à-dire lame verticale ou pointe légèrement sortie à l'extérieur découvrant la cible (tête) ou encore en venant du bras allongé (feinte).

Lorsque l'élève devient un sabreur confirmé, le Maître fait travailler la défensive à « la muette » (avec les déplacements en l'attaquant dans des lignes différentes sans énoncer la parade à prendre).

Le Maître varie la distance, le rythme, l'intensité de ses actions. Certaines imperfections de la leçon ne proviennent pas toujours de l'élève. Le Maître doit s'attacher à :

- 1) Donner ses coups bras allongé.
- 2) Se développer correctement en bloquant son attaque.
- 3) Donner le coup le plus perpendiculairement possible par rapport à la parade à prendre.
- 4) Ne pas appuyer sur le fer de l'élève après le contact.
- 5) Se trouver toujours à distance exacte de riposte.
- 6) Donner une cible immobile à la riposte.

L'étude des différents exercices à petite distance (distance de riposte) convient au débutant. Mais l'entraînement d'un tireur confirmé se préparant à la compétition doit surtout se composer d'exercices à grande distance en se rapprochant le plus possible des circonstances de l'assaut.

## CHAPITRE XI

# RIPOSTES - CONTRE-RIPOSTES

### I — DEFINITION :

Ripostes } Se reporter au chapitre correspondant du  
Contre-ripostes } fleuret.

### II — CLASSIFICATION :

Les ripostes et contre-ripostes se classent en trois catégories :

- 1) Simples directes.
- 2) Simples indirectes.
- 3) Composées (d'une ou plusieurs feintes).

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description :

1) *Simple directe* : La riposte ou contre-riposte est simple directe lorsqu'elle s'exécute de la ligne de la parade sur toutes les cibles laissées accessibles par la position finale de l'attaque adverse.

2) *Simple indirecte* : La riposte ou contre-riposte est simple indirecte lorsqu'elle s'exécute de la ligne de la parade en contournant le fer adverse soit par dégagement soit par coupé.

3) *Composée* (d'une ou plusieurs feintes) : La riposte ou contre-riposte est composée lorsqu'elle trompe une ou plusieurs parades.



**B) Exécution :**

Qu'elles soient directes, indirectes ou composées les ripostes s'exécutent :

- 1) *Du tac au tac* : Lorsque la riposte suit immédiatement la parade.
- 2) *A temps perdu* : Lorsqu'un ou plusieurs temps d'escrime séparent la riposte ou contre-riposte de la parade.

Les ripostes ou contre-ripostes directes s'exécutent en fonction de la position finale du bras, de la main et de la lame de l'adversaire à l'instant de la parade.

Pour deux tireurs de même main elles sont directes :

1) *Après la parade tierce* :

- a) Manchette dessus.
- b) Tête.
- c) Figure à droite.

2) *Après la parade de quarte* :

- a) Manchette dessus — Intérieure.
- b) Tête — Figure à droite.
- c) Banderolle.
- d) Coup de pointe.

3) *Après la parade de quinte* :

- a) Manchette dessous.
- b) Flanc.
- c) Coup de pointe.

4) *Après la parade de seconde* :

- a) Manchette extérieure.
- b) Flanc.
- c) Coup de pointe.
- d) Tête — Figure à droite.

5) *Après la parade de prime* :

- a) Manchette dessous.
- b) Coup de pointe.
- c) Flanc.

Les autres ripostes ou contre-ripostes simples sont indirectes car elles nécessitent un déplacement de la lame et de la main pour atteindre la cible en contournant la lame et le bras de l'adversaire.

Suivant la distance à laquelle les ripostes et contre-ripostes simples sont exécutées, elles respectent les principes techniques relatifs aux attaques simples. Seules les ripostes et contre-ripostes composées diffèrent, à petite distance, par une légère retenue dans l'allongement du bras armé à la première ou aux autres feintes, afin d'éviter de rencontrer le fer adverse et tromper plus facilement.

Les ripostes et contre-ripostes se font :

- De la position de garde.
- En marchant.
- Par bond avant.
- En se fendant.

- Etant fendu.
- En marche et fente.
- En flèche.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Les ripostes et contre-ripostes s'exécutent sur des cibles différentes allant des avancées au corps. Les déplacements combinés avec la parade justifient le choix de la cible à atteindre. Il y a intérêt, chaque fois que les circonstances de l'assaut le permettent, de choisir les avancées, surtout lorsque la distance nécessite un déplacement pour atteindre une cible quelconque du corps. La précision qu'exige l'exécution des ripostes et contre-ripostes aux avancées n'est pas favorisée dans l'emploi de la flèche ou de la marche et fente. Il est donc préférable lorsque l'adversaire se remet rapidement à grande distance après l'échec de son offensive, de riposter au corps.

##### A) Riposte simple directe :

La riposte simple directe susceptible d'une très grande vitesse ne doit pas cependant être lancée sans jugement. Elle se justifie par :

- 1) *La position de la lame* de l'adversaire au moment de la parade.
- 2) *Les cibles découvertes*, en choisissant *la plus éloignée de la main* de l'adversaire afin de l'obliger à un mouvement de grande ampleur s'il veut la parer.
- 3) *Le réflexe défensif* le moins naturel que doit exécuter l'adversaire après l'échec de son attaque pour tenter de parer la riposte. Il n'est parfois pas possible de déterminer la riposte à employer en s'inspirant de ces principes. Aussi, d'une manière générale, la riposte dirigée à la tête rencontre-t-elle la faveur des tireurs qui savent combien il est difficile de protéger cette cible à petite distance après l'échec de l'attaque. Toutefois la position de la main et de la lame après l'attaque au flanc permet de protéger la tête rapidement et efficacement.

##### B) Riposte indirecte :

La riposte indirecte comme la riposte directe est susceptible d'une très grande vitesse. Elle se justifie par :

- 1) *La position de la lame et du bras de l'adversaire*, au moment de la parade de façon à *les contourner le plus vite possible*.
- 2) *Les cibles découvertes* en choisissant *la plus éloignée de la main* sans toutefois permettre *la reprise de l'offensive*.
- 3) *Par le réflexe défensif* que provoque la parade.

Les parades de tierce, quinte et prime favorisent l'emploi des ripostes indirectes, car elles permettent de les lancer à une très grande vitesse.

##### C) Riposte composée :

La riposte peut être précédée d'une ou plusieurs feintes.

La feinte a pour but d'obliger l'adversaire à porter sa main dans une ligne pour toucher dans une autre. Elle doit être :

- 1) Lancée et bloquée.
- 2) Exécutée avec une légère retenue du bras et de la lame.
- 3) Suivie du trompement comportant un minimum de déplacement de la lame et permettant un maximum de vitesse.

La riposte composée peut comporter plusieurs feintes. Elle permet d'emballer la main adverse, mais elle donne la possibilité à l'adversaire d'exécuter la remise ou la reprise. Elle est à recommander de préférence après les parades de quinte et plus particulièrement de tierce, car l'adversaire se trouve dans une position de main favorable pour réagir.

*Nota* : Lorsque deux tireurs de main contraire sont en présence les principes tactiques sont à inverser ainsi :

1) Les cibles offertes aux ripostes directes après la parade de tierce sont les mêmes qu'après la parade de quarte pour deux tireurs de même main.

2) La riposte au flanc devient une riposte à la banderolle et inversement.

3) Les ripostes indirectes sont à recommander après la parade de quarte et à déconseiller après la parade de tierce.

4) Les ripostes composées s'exécutent plus facilement après la parade de quarte qu'après tout autre parade.

#### D) Contre-riposte :

La contre-riposte s'exécute après avoir paré une riposte adverse. Très employée au sabre, elle doit en principe être dirigée sur une cible différente de celle de l'attaque. La parade précédant la contre-riposte se prend en venant d'une position allongée du bras armé. Il y a donc intérêt à employer une parade du deuxième système car elle permet :

- 1) De bloquer la riposte adverse sans retrait exagéré du bras.
- 2) De parer avec un minimum de déplacement de la pointe.
- 3) De contre-riposter rapidement et facilement, la pointe ne faisant qu'un faible déplacement pour atteindre la cible.

Le premier système défensif peut être employé lorsque le tireur supporte l'offensive en étant resté dans la position de garde.

Beaucoup de tireur reviennent par réflexe en tierce après l'échec de leur offensive. Dans ce cas, il est préférable de lancer les ripostes et contre-ripostes dans les autres lignes et en particulier à la tête.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Ne sont traités ci-dessous que les défauts particuliers aux ripostes et contre-ripostes. Ceux concernant l'exécution technique l'ont déjà été dans le chapitre des attaques simples.

1) *Riposte trop courte* : provient d'un déplacement arrière exagéré et non suivi d'un déplacement avant permettant de se remettre à distance.

2) *Riposte donnée avec la partie forte de la lame* : ce défaut est souvent consécutif à l'attaque adverse exécutée en flèche. L'allongement du bras doit être fonction de la distance : trop accentué le coup ne peut être donné avec les doigts et risque d'être annulé si le fort de la lame rencontre la cible.

3) *Retrait du bras en riposte indirecte* : provient d'une parade trop longue ou d'une mauvaise tenue de l'arme. Expose aux remises et reprises.

4) *Feinte non bloquée* : rencontre souvent le fer adverse ce qui provoque des contre-ripostes immédiates dès le contact.

5) *Mauvaise tenue de l'arme* : le relâchement des doigts interdit une parade correcte en cas d'échec de la riposte et ne permet pas de continuer efficacement la phrase d'armes.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Le jeu du sabre dont la défensive est faite de gestes naturels rend les ripostes et contre-ripostes très fréquentes. Elles sont ainsi la base de la défensive au détriment de la contre-offensive, limitée par les conventions.

Les ripostes et contre-ripostes doivent être variées et combinées avec les déplacements. La compétition au sabre exige un jugement sûr et rapide. Chaque tireur a ses réflexes, et prend la parade qui lui permet ses contre-ripostes de prédilection. Le choix de la riposte dépend donc :

- 1) De la parade prise par l'adversaire après l'échec de son attaque.
- 2) De la remise ou reprise systématique toujours possible.

Ces réactions diverses peuvent être exploitées. Elles offrent dans le premier cas, l'occasion de ripostes indirectes ou composées à temps perdu, dans le second cas des ripostes directes du tac au tac annulant les remises ou reprises.

L'emploi des ripostes et contre-ripostes coordonnées avec les déplacements exige *une notion exacte de la distance*, mais aussi un *équilibre parfait* permettant de les développer instantanément.

Il est très rare de voir exécuter des ripostes et contre-ripostes qui maîtrisent le fer adverse. Cependant la parade de seconde, suivie d'une riposte par coup de pointe peut parfois s'exécuter par opposition. La rareté de telles actions, qui ne sont pas techniquement impossibles, confirment la règle qui veut qu'elles soient à déconseiller.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Ces conseils pédagogiques viennent compléter ceux déjà donnés dans les chapitres « attaques simples » et « parades ». Les ripostes et contre-ripostes sont des formes d'offensive, dont la qualité dépend naturellement de la parade.

La difficulté est cependant plus grande. Il est en effet plus difficile de toucher avec précision une cible quelconque après avoir paré l'offen-

sive adverse, qu'en partant de la position de garde. Le Maître doit insister à la leçon sur *la précision des ripostes et contre-ripostes, exiger une complète extension du bras, sans déplacements inutiles de la lame et de la pointe et contrôler la couverture dans chaque action.*

*Pour faire riposter correctement, le Maître doit :*

- 1) Lancer son attaque, le bras armé complètement allongé, sans appuyer sur le fer de l'élève (action des doigts).
- 2) Faire l'invite correspondant à la riposte sans faciliter ni gêner le mouvement de l'élève.
- 3) Présenter, quelle que soit la distance, une cible fixe.

*Pour faire contre-riposter :*

- 1) Parer la riposte de l'élève en bloquant la parade, sans appuyer ou chasser le fer de l'élève.
- 2) Contre-riposter à toucher par une extension complète du bras armé.
- 3) Faire l'invite correspondant à la contre-riposte de l'élève et conserver une distance exacte.

*Dans les deux cas le Maître doit :*

- 1) Accélérer ses invites et réactions pour obtenir une exécution rapide des ripostes ou contre-ripostes.
- 2) Varier le rythme de ses actions suivant qu'il demande des ripostes ou contre-ripostes du tac au tac ou à temps perdu.

Le Maître varie la distance le plus souvent possible, déplace son élève et contrôle la netteté des actions en exigeant que les coups atteignent la cible avec les derniers centimètres de la lame. Dès que l'élève possède une technique valable, le Maître fera travailler les ripostes et contre-ripostes en développant le coup d'œil et l'à-propos de son élève. A cet effet, il varie ses invites, à l'élève de lancer sa riposte ou contre-riposte sur la cible découverte. Il se trouve ainsi dans des conditions très proches de celles de l'assaut.

## CHAPITRE XII

# LES FEINTES - ATTAQUES COMPOSÉES

### I — DEFINITION :

- |   |   |   |
|---|---|---|
| A) Feinte d'attaque<br>B) Attaque composée<br>C) Trompement | } | Se reporter au chapitre correspondant du fleuret. |
|---|---|---|

### II — CLASSIFICATION :

La façon dont sont portés les coups, les variations de distance, permettent de classer les feintes en trois catégories, en fonction de leur exécution.

- 1) Feinte de coquille.
- 2) Feinte lancée.
- 3) Feinte au « pied levé ».

Les feintes d'attaque sont simples ou composées.

#### A) Feintes d'attaques simples :

Il y a autant de feintes d'attaques simples que d'attaques simples. Elles peuvent être dirigées sur les différentes cibles :

- 1) Les avancées.
- 2) Le corps.

#### B) Feintes d'attaques composées :

La combinaison entre elles des différentes feintes d'attaques simples,

soit aux avancées, soit au corps, donnent les feintes d'attaques composées. Comme les précédentes elles sont dirigées :

1) *Aux avancées* : Extrêmement rares car la position de la cible ne les justifie pas.

2) *Au corps* :

— Feinte tête — flanc...

— Feinte tête — banderolle...

— Feinte tête — flanc, — tête, etc.

3) *Aux avancées et au corps* :

Sur garde en tierce : feinte manchette extérieure — tête.

Sur garde en seconde : feinte manchette dessus — flanc, etc.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Description :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

#### B) Exécution :

##### 1) *Feinte de coquille* :

La feinte de coquille ne s'exécute qu'à petite distance, c'est-à-dire à distance de riposte. Elle consiste en une semi-extension rapide du bras, la main se portant vers la cible voulue, pour attirer la parade, la lame verticale.

Le déplacement de la coquille, nettement visible par l'adversaire, déclenche son réflexe défensif. La retenue de la lame et de l'action des doigts évite de rencontrer le fer adverse.

##### 2) *Feinte lancée* :

La feinte lancée s'exécute à moyenne distance. Elle est exactement le simulacre de l'attaque simple correspondante. L'extension rapide du bras, l'action des doigts projettent l'extrémité de la lame vers la cible pour déclencher le réflexe adverse. A la finale, la feinte est bloquée afin que son extrémité ne rencontre pas le fer adverse et que le trompement ne nécessite aucun mouvement de retrait de la lame ou de flexion du bras.

##### 3) *Feinte au « pied-levé »* :

La feinte au « pied-levé » s'exécute à moyenne distance, ainsi qu'à grande distance et plus particulièrement en employant la flèche. Contrairement à la feinte lancée elle est conduite. Le réflexe défensif adverse est déclenché par le départ du pied avant dans la fente, ou celui du pied arrière dans la flèche.

Les différences d'exécution des feintes citées n'excluent pas certains principes généraux qui doivent être obligatoirement respectés pour que chacune d'elles soit susceptible de déclencher les réflexes défensifs adverses et de les mettre à profit.

1) *L'à-propos* : La feinte doit être faite au moment choisi et de telle sorte qu'elle obligera l'adversaire à prendre une parade et non à employer la contre-offensive.

2) *La vitesse* : La feinte doit donner nécessairement l'illusion d'un coup simple destiné à toucher.

3) *L'accélération* : Le trompement doit être encore plus rapide que la feinte pour ne pas être rattrapé. L'adversaire s'étant mis involontairement, dans son geste défensif, à la vitesse de la feinte.

4) *La précision* : La précision assure le geste défensif escompté en menaçant une cible bien déterminée.

5) *L'inclinaison de la lame* : L'inclinaison de la lame varie suivant la distance à laquelle la feinte est exécutée. Afin de lui donner le plus de réalisme possible et de tromper en progressant vers la cible visée, elle sera :

a) Presque verticale à petite distance.

b) Légèrement inclinée à moyenne distance pour la rendre plus menaçante tout en conservant la faculté de tromper.

c) Inclinée vers la cible à grande distance afin de loger la feinte le plus en avant possible et obliger ainsi l'adversaire à prendre la parade sans lui laisser la possibilité d'employer la contre-offensive toujours réalisable sur des actions en marche et fente ou en flèche.

6) *Les conventions* : Comme au fleuret, le contact du fer adverse donne droit à la riposte immédiate. Il est donc nécessaire de tromper les parades sans contact.

Les parades au sabre, pour être trompées, obligent de placer l'extrémité de la lame assez loin du trajet décrit par le fer adverse. Le trompement s'exécute de deux façons :

1) *Par coupé* :

La lame passe par-dessus l'extrémité du fer adverse. Le chemin que parcourt son extrémité est assez long et ne quitte la ligne où se dirige la parade qu'en finale du trompement.

2) *Par dégagement* :

La lame va au-devant de la parade, ce qui impose un mouvement d'une certaine ampleur, en particulier lorsque le trompement s'effectue sur une parade du premier système, il est de ce fait beaucoup moins rapide.

L'emploi des différents trompements est fonction :

1) De la feinte.

2) De la parade adverse.

3) De la cible à atteindre.

Certains principes techniques sont à respecter pour emprunter le chemin le plus court et atteindre la cible visée :

1) Tromper par coupé les parades du premier système, lorsque la main de l'adversaire est basse et la lame assez inclinée vers l'avant.

2) Tromper par dégagement les parades du premier système, lorsque la main de l'adversaire est haute et la lame presque verticale.

3) Tromper obligatoirement par dégagement les parades du deuxième système, la position du bras et de l'arme adverse nécessitant un trop grand mouvement vers l'arrière.

4) Le trompement par coupé s'exécute par une flexion du poignet vers l'arrière aidé par l'action des doigts, sans aucun retrait du bras.



5) Le trompement par dégagement s'effectue bras allongé, l'extrémité de la lame doit progresser en longueur et en vitesse.

6) Là où les premières feintes se développent le bras allongé mais en conservant une légère réserve, ce qui permet de tromper en progressant vers l'avant et non en ployant le bras.

Pour renforcer l'efficacité des feintes, il est possible de les combiner avec l'action des jambes. Ces combinaisons sont fonction de la distance et de la nature de la feinte :

1) *La feinte de coquille* exécutée exclusivement à petite distance ne peut se combiner qu'avec un appel de pied.

2) *La feinte lancée* se combine avec l'appel de pied, le sursaut sur le pied avant, la finale de la marche, le bond, la demi-fente.

3) *La feinte au pied levé* ne nécessite aucune combinaison.

Les attaques composées d'une feinte se font généralement en accélérant pour atteindre la cible avec le maximum de vitesse, lorsqu'elles sont composées de plusieurs feintes, le changement de rythme peut être à effet contraire, *par exemple* : premières feintes très rapides afin de désespérer l'adversaire et provoquer des parades très larges, puis finale plus lente sur la cible découverte.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

##### A) Feintes de coquille :

Les feintes de coquille sont peu employées en attaque car elles exposent à la contre-attaque à la tête. Elles le sont en ripostes et contre-ripostes composées, aux distances où seul l'allongement du bras est nécessaire. Le déplacement de la main qui amorce la feinte bras raccourci suffit parfois à provoquer la parade, le bras ne s'allongeant qu'en trompant. Les risques de contre-attaque sont diminués du fait de l'échec de l'attaque adverse, la coquille protégeant efficacement les avancées.

##### B) Feintes lancées :

Les feintes lancées sont techniquement les plus difficiles à exécuter. Elles s'emploient à moyenne distance et doivent posséder toutes les qualités de l'attaque simple correspondante jusqu'à l'instant du trompement. Le tireur étant en équilibre parfait a toute facilité pour tromper facilement la parade et rechercher le maximum de vitesse. Exécutées à grande distance, ces feintes perdent de leur efficacité, elles donnent l'impression d'une attaque simple trop courte, s'arrêtent dans le vide sans menacer l'adversaire et ne provoquent aucun réflexe défensif.

D'une manière générale, elles sont employées sur les tireurs nerveux qui les prennent facilement pour des attaques simples.

##### C) Feintes au « pied levé » :

Contrairement aux feintes lancées, les feintes au « pied-levé » sont des mouvements conduits, aussi s'adressent-elles plus généralement aux tireurs calmes. L'extension rapide du bras ne suffisant pas pour les faire réagir ils attendent le développement de l'attaque pour ne parer qu'à la finale. Le trompement a lieu pendant la fente lorsque la feinte suffisamment engagée provoque la parade. Le trompement de la parade pendant

la fente interdit l'emploi de la feinte lancée, laquelle rencontrerait le fer adverse ou nécessiterait une flexion du bras pour tromper et rendrait cette action vulnérable à la contre-offensive.

Les feintes au pied-levé s'emploient à grande distance.

L'emploi des feintes est évidemment fonction de la défensive adverse. L'attaque composée d'une seule feinte peut être parée assez facilement. Aussi n'est-il pas rare de voir employer des attaques composées de deux feintes ayant pour but de désorienter l'adversaire.

La multiplicité des feintes permet parfois de profiter d'une ouverture favorable mais ces actions exigent un certain temps d'exécution et offrent la possibilité à l'adversaire de se reprendre et de contre-attaquer avant la finale.

Lorsqu'un tireur est supérieur en vitesse à son adversaire il doit employer toute la gamme des attaques simples et n'utiliser les attaques composées qu'après s'être assuré des réflexes défensifs par des fausses-attaques. L'emploi abusif des attaques composées est une tactique rapidement mise en échec.

Deux tireurs de main contraire n'emploient pas les mêmes attaques composées pour les raisons suivantes :

1) Les déplacements de la lame dans les parades contrarient les trompements classiques qui deviennent d'une exécution difficile.

2) Le tireur gaucher ne réagit que rarement en quinte et n'utilise que très peu la parade de seconde qui ne le protège qu'insuffisamment.

Le réflexe défensif le plus naturel pour le tireur gaucher est la parade de quarte, il faut donc l'utiliser au maximum. Dans ce cas les attaques composées les plus efficaces seront :

a) Feinte banderolle — tête.

b) Feinte banderolle — coup de pointe.

c) Feinte tête — tête (en trompant la parade de quarte si celle-ci est employée à la place de la parade de quinte), etc.

#### V — DEFANTS A EVITER :

Les défauts généraux traités au fleuret restent valables, ne sont analysés ci-après que ceux particuliers à l'offensive composée au sabre.

1) *Feinte non bloquée* : Le fer vient souvent tomber dans la parade adverse et donne droit à la riposte. Le trompement de la parade adverse nécessite un mouvement arrière de la lame.

2) *Inclinaison trop accentuée de la lame* : mêmes inconvénients.

3) *Bras tendu à la première feinte* : provoque une réaction musculaire pour donner le coup, soit par déblocage du coude soit par une flexion de l'avant-bras.

4) *Bras raccourci dans la ou les feintes* : manque de réalisme dans la feinte et expose aux contre-attaques au corps ou à la tête.

5) *Manque de couverture* : expose aux contre-attaques aux avancées.

#### VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'inclinaison donnée à la lame dans l'exécution de la feinte a une importance capitale. Elle doit :

1) Menacer suffisamment l'adversaire et provoquer un réflexe défensif.

2) Eviter le réflexe défensif provoqué pour en tirer parti dans un minimum de temps.

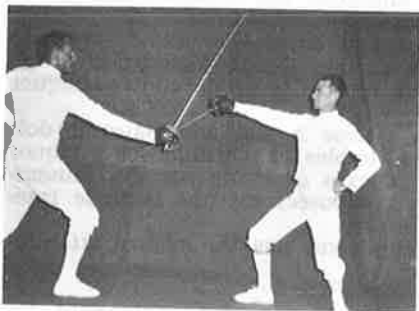


FIG. 92 : L'inclinaison de la lame dans les feintes (petite distance)

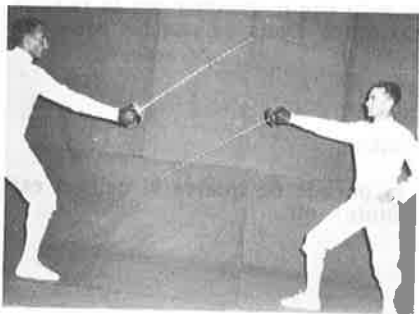


FIG. 93 : L'inclinaison de la lame dans les feintes (moyenne distance)

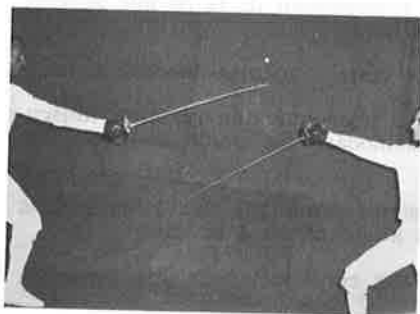


FIG. 94 : L'inclinaison de la lame dans les feintes (grande distance)

Pour que ces principes soient respectés, l'angle formé par l'avant-bras et la lame doit être :

1) Variable suivant la distance séparant les tireurs.

2) Constant pour toutes feintes exécutées à une même distance.

Cet angle est sensiblement :  
— de 90 à 100° à petite distance.

— de 110 à 130° à moyenne distance.

— de 140 à 160° à grande distance.

Lorsque la feinte est lancée, l'angle d'inclinaison de la lame est plus difficile à contrôler, l'important est surtout de ne pas rencontrer la parade adverse.

L'emploi de la flèche très fréquent dans l'exécution des attaques composées se justifie par :

1) La grande distance séparant les tireurs.

2) La diminution des risques contre-offensifs (un seul temps d'exécution pour deux en marche et feinte).

3) L'ampleur de la défensive qui facilite le trompement même en complet déséquilibre pendant la flèche.

4) La coordination musculaire naturelle qu'exige le coup de sabre, facile à trouver avec l'emploi de la flèche.

5) Le naturel de la défensive qui permet de contre-riposter pendant l'exécution de la flèche.

Certains sabreurs exécutent les attaques composées d'une manière particulière. Celle-ci en exécutant plusieurs marches successives ou un départ en flèche lent et très réservé sans allongement

préalable du bras armé. La distance se trouve ainsi réduite, la feinte de coquille est lancée d'un mouvement brusque vers l'avant, et de quelques centimètres seulement, renforcée d'une oscillation de la lame vers la cible voulue ce qui suffit généralement à provoquer le réflexe défensif escompté. Cette façon de faire s'identifie à celle des ripostes composées. Elle présente des *avantages* :

- 1) La lame dans la feinte ne risque pas de rencontrer le fer adverse.
- 2) Elle permet de donner le coup à l'extrême finale lorsque la cible est découverte.
- 3) Elle permet de parer très facilement toute contre-attaque dirigée aux avancées.

A ces avantages s'opposent des *inconvenients* :

- 1) Cette tactique est inefficace sur un adversaire qui rompt et garde sa distance.

Elle expose aux contre-attaques à la tête car la position raccourcie du bras armé rend difficile la parade de quinte.

En cas d'attaque composée à grande distance (marche et fente), l'allongement du bras armé doit être coordonné avec la marche. Il commence ainsi son extension sensiblement avant le départ du pied avant pour la terminer au moment où le pied arrière reprend appui au sol. Cette coordination doit être parfaite afin de limiter les possibilités d'offensive sur la préparation et éviter en particulier :

- 1) La contre-offensive au corps lorsque le bras armé s'allonge tardivement ou après la marche.
- 2) Les actions contre-offensives aux avancées lorsque le bras armé est déjà complètement allongé au départ de la marche.

## VII — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Les défensives sont différentes suivant les circonstances de l'assaut et font appel soit au coup d'œil et au mécanisme, soit au jugement.

### A) Défensive de « parti-pris » ou composée :

Elle est employée par le tireur qui supporte l'attaque et qui, incertain de la finale de l'offensive, prend une parade composée, dont la dernière doit être obligatoirement du deuxième système et *prise en rompant*. Cette défensive est liée au mécanisme et au coup d'œil, ainsi qu'à un équilibre parfait.

### B) Défensive préconçue :

Cette défensive est ainsi nommée lorsque l'offensive adverse a été bien jugée. Elle laisse le choix au tireur entre :

- 1) *L'emploi du 1<sup>er</sup> système défensif* qui consiste à ne pas réagir sur la ou les feintes puis à parer la finale de l'attaque avec une parade du 1<sup>er</sup> système.

2) *L'emploi du 2<sup>e</sup> système défensif* qui consiste à simuler les gestes défensifs (demi-parades) en amorçant la ou les parades que veut provoquer l'adversaire, puis à parer la finale de l'attaque avec une parade du 2<sup>e</sup> système.

3) *L'emploi de la contre-offensive* qui consiste à :

a) Exécuter un arrêt (coup de pointe) si l'attaque composée est exécutée en marche et fente ou de manière incorrecte en flèche.

b) Prendre un temps à l'attaque composée en contre-attaquant au corps en demi-fente.

c) Prendre un temps à l'attaque composée en exécutant une contre-attaque aux avancées (manchette).

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés dans le chapitre correspondant du fleuret restent valables, ne sont traités dans ce chapitre que ceux particuliers aux feintes et attaques composées du sabre.

Dès le début, le Maître doit attacher une importance capitale à l'allongement du bras armé dans l'exécution de la feinte et à la position de la lame de l'élève, suivant la distance à laquelle il se trouve, afin d'obtenir :

- 1) Un mouvement souple sans contraction musculaire.
- 2) Une bonne couverture.
- 3) Un trompement rapide et progressif.

Lorsque l'attaque est composée de plusieurs feintes, celles-ci doivent être exécutées en progressant dans le système défensif du Maître, l'action des doigts se coordonnant avec le dernier trompement. La feinte lancée, d'une exécution plus difficile, ne doit être enseignée qu'aux élèves possédant une main bien réglée et une certaine vitesse d'extension du bras armé. Dans les actions composées de plusieurs feintes, seule celle précédant le trompement final est lancée.

Afin d'habituer l'élève à des changements de rythme, le Maître doit varier la vitesse de ses parades et, pour s'assurer que l'élève la trompe bien au moment opportun, il varie l'instant où il l'exécute.

Pour développer le coup d'œil et l'à-propos de son élève, le Maître fait exécuter une attaque simple en marche et fente ou en flèche, de temps en temps, il prend la parade correspondante dès le départ de la feinte et oblige ainsi l'élève à tromper, en se fendant ou en flèche.

Toutes les actions doivent être exécutées dans un *équilibre parfait*. Le Maître doit veiller tout particulièrement à ce que son élève ne porte pas son centre de gravité vers l'avant en faisant la feinte, car alors il ne peut plus agir en fonction d'une réaction non escomptée.

Plus l'attaque composée comporte de feintes, plus le départ de la flèche ou de la fente doit être retardé.

## CHAPITRE XIII

# LES PARADES COMPOSÉES

### I — DEFINITION :

- A) Parade composée } Se reporter au chapitre correspondant du  
B) Feinte de parade } fleuret.

### II — CLASSIFICATION :

La classification des parades composées est déterminée par le choix du système défensif utilisé pour fermer la ligne que cherche à atteindre la finale de l'attaque composée adverse.

- Système de base.
- Système secondaire.
- Système mixte.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Quelles que soient les combinaisons de parades successives employées, chacune d'elle doit, pendant son exécution, respecter les principes techniques définis dans le chapitre correspondant des parades simples.

#### A) Description des parades composées :

- 1) *Système de base* : se compose de deux ou plusieurs parades prises bras fléchi.

*Exemples :*

- De la position de tierce : quarte + tierce.
- De la position de tierce : quinte + quarte.

2) *Système secondaire* : se compose de deux ou plusieurs parades prises bras au 3/4 allongé.

*Exemples :*

- De la position de seconde : quinte + prime.
- De la position de seconde : quinte + seconde + quinte.

3) *Système mixte* : se compose de deux ou plusieurs parades prises dans des systèmes défensifs différents tels que ceux : de base, secondaire et complémentaire.

*Exemples :*

- De la position de tierce : contre de tierce + quarte + quinte.
- De la position de tierce : quarte + quinte + seconde.

#### B) Exécution des parades composées :

L'exécution technique de chaque parade simple, comprise dans la parade composée est définie dans le chapitre correspondant des parades simples. De cette parfaite exécution dépend la qualité de la deuxième ou des autres parades destinées à rattraper l'attaque composée adverse.

Quelques principes techniques d'exécution ayant trait à la seule combinaison de plusieurs parades simples sont à respecter.

1) Donner une constante prédominance à la rotation du capuce dans chaque parade pour qu'elle ferme complètement la ligne à l'instant où elle rencontre l'attaque.

2) Conserver un angle constant (bras — avant-bras — lame) quel que soit le système afin que l'extrémité de la lame ne prenne ni avance ni retard sur le déplacement du bras ou de l'avant-bras.

3) Bloquer chaque parade trompée dans le plan qui lui est délimité pour que la ou les parades suivantes conservent la possibilité de rattraper l'attaque composée.

4) Prendre impérativement une parade secondaire après une parade de quinte trompée pour rattraper l'attaque composée.

5) Coordonner les parades avec les déplacements arrières pour donner plus de sécurité à la défensive.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Des trois systèmes de parades composées utilisés à l'assaut, le système secondaire est encore celui qui présente le plus d'avantages. Quelquefois les autres systèmes peuvent être employés avec bonheur mais dans de rares cas nettement déterminés. Ils sont dans ce paragraphe classés dans un ordre préférenciel qui tient compte de l'efficacité du système préconisé.

##### A) *Système secondaire* :

Il est le plus efficace, car il permet de rattraper l'attaque composée d'une ou plusieurs feintes. Les déplacements effectués dans la position bras au 3/4 allongé sont réduits. La lame adverse n'est jamais très éloignée de celle du pareur et rend possible le rattrapage de l'attaque, surtout lors-

que les différents mouvements de parades sont coordonnés avec la retraite.

Ce système s'emploie dans les conditions suivantes :

- 1) Après une parade de quinte trompée.
- 2) Lorsque le sabreur est en garde en seconde.
- 3) Pour se défendre des attaques sur la préparation lorsque celle-ci est composée de feintes.
- 4) Dans toutes les positions, après des actions offensives composées telles que : riposte, contre-riposte, attaque ou reprise.

#### B) Système mixte :

Il présente deux variétés dont une seule est à recommander :

1) *Mixte (parade secondaire + parade de base)* — ce mode de parade composée est d'un emploi dangereux, il laisse l'attaque progresser pendant que le bras se fléchit pour reprendre une 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> parade de base. L'avant-bras reste très vulnérable pendant l'exécution de la finale de la parade composée ; l'attaque destinée au corps risque de rencontrer l'avant-bras pendant son trajet.

2) *Mixte (parade de base + secondaire)* — ce mode de parade composée se justifie sur un sabreur en garde en tierce et qui est attiré en quarte par une première feinte dirigée à la banderolle ou exécuté par coup de pointe.

3) *Mixte (parade complémentaire + secondaire ou de base)* — ce mode de parade dont l'action type se trouve être contre de tierce-quarte, ou contre de tierce-quinte, ne laisse plus aucune chance de rattraper l'attaque composée. La lame de l'attaquant n'a plus que quelques centimètres à parcourir pour atteindre la cible visée (la tête en général) avant que ne soit déclenchée la 2<sup>e</sup> parade dont l'extrémité de la lame s'est écartée de la ligne pendant le contre. Cette parade composée est surtout pratiquée par les fleuretistes ou épéistes s'adonnant occasionnellement au sabre.

#### C) Système de base :

Son emploi se justifie plus particulièrement sur les attaques composées telles que : feinte — coup de pointe — figure lorsque le pareur est en garde en tierce.

Il est par contre à déconseiller en partant ou passant par la position de quinte. Les déplacements sont trop importants pour protéger efficacement les lignes de tierce et quarte et les inconvénients qui en découlent sont identiques à ceux exposés dans le 1<sup>er</sup> système mixte.

#### V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts mentionnés dans les chapitres : parades simples au sabre et parades composées au fleuret restent valables. Seuls sont traités les défauts relatifs aux parades composées du sabre.

- 1) *Ampleur exagérée de la dernière parade* : ne permet pas de rat-



traper la lame adverse. Provient d'un blocage inexistant des parades précédentes.

2) *Retrait progressif du bras* : provient d'une mauvaise appréciation de la distance. Permet à l'offensive adverse de s'infiltrer plus facilement dans la défensive.

3) *Rejet du poids du corps sur la jambe arrière* : provient d'une insuffisance de jeu de jambe. Le pareur ne peut maintenir la distance par une ou plusieurs retraites appropriées et se laisse ainsi emballer la main.

4) *Mauvais choix de la parade composée* : provient d'une insuffisance de mécanisme. Le sabreur est très vulnérable aux attaques composées.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

Malgré la faveur que les sabreurs actuels accordent à la contre-offensive, ils se laissent emballer de temps à autre par d'excellentes feintes et utilisent les parades composées pour s'en défendre.

Une tactique particulière est à recommander lorsque le sabreur a provoqué ou deviné l'attaque composée adverse. Cette tactique comporte l'emploi de parade composée comprenant des *demi-parades*. La demi-parade consiste en l'esquisse de la parade, elle permet ainsi de rattraper avec plus de chance de succès l'attaque composée tout en laissant à l'adversaire l'illusion de son initiative.

Quelques sabreurs utilisent en parade composée le système mixte dont la première parade est quarte ou contre de tierce. Ils le font en général sur les actions suivantes : feinte — manchette — coupé tête ou feinte tête — coupé tête. Ce procédé permet parfois de rencontrer la feinte et de donner droit à la riposte, mais ne laisse aucune chance au pareur de rattrapper l'attaque lorsque la première parade est trompée.

La connaissance de sa juste distance est primordiale dans l'emploi des parades composées qui doivent être coordonnées avec de petites retraites pour contrarier la progression adverse en marche et flèche ou plusieurs marches et fentes.

Le pareur ne doit en aucun cas laisser grignoter sa distance, car il réagit trop facilement aux feintes adverses.

Peu de sabreurs utilisent le système secondaire pour parer la riposte ou contre-riposte composée, malgré les avantages que ces parades composées, partant d'une position allongée du bras après l'attaque ou la riposte, présentent. Ils utilisent le système de base qui les oblige à raccourcir le bras dans la parade et perdent ainsi un temps précieux pour écarter l'action offensive adverse.

Les gauchers s'adaptent difficilement au système secondaire de parades composées. Ils préfèrent se cantonner dans l'emploi du système de base (quarte et tierce). A leur décharge il est intéressant de rappeler que la position de seconde s'avère parfois insuffisante entre deux tireurs de mains contraires.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques de ce chapitre sont complémentaires à ceux précédemment traités dans le chapitre des parades simples.

L'étude des parades composées doit suivre la progression suivante dans la formation du sabreur.

1) Elle consiste au stade de l'initiation en un exercice sans contact du fer où l'élève doit suivre la lame du Maître dans ses feintes tout en marquant nettement les positions par lesquelles il passe.

2) Le Maître coordonne les feintes qu'il exécute avec des déplacements avants, l'élève, inversement coordonne ses parades composées avec des déplacements arrières. A la demande du Maître, chaque parade ou plusieurs parades peuvent être combinées avec un déplacement arrière.

3) Le Maître porte de temps à autre la finale de son action à toucher. L'élève devant fermer correctement la ligne menacée et riposter si l'exercice l'exige. Il est bien entendu que tous ces mouvements sont combinés avec les déplacements.

4) Le Maître attaque simple ou en composant à l'aide d'une ou plusieurs feintes. L'élève doit dès le contact du fer riposter. Pour faciliter l'exercice, le Maître peut exécuter l'attaque simple en se fendant, l'attaque composée en marche et fente, voir même en marche et flèche, lorsqu'elle comporte plusieurs feintes.

5) L'exercice final suivant n'est à recommander qu'à des sabreurs possédant un bon niveau technique, il développe admirablement les réflexes et l'à-propos.

Le Maître attaque simple en fente ou composé en marche et fente, l'élève doit parer l'attaque simple et riposter ou contre-attaquer aux avancées l'attaque composée puis parer en rompant et riposter en fente ou en flèche.

Le Maître doit développer chez son élève le système secondaire de parades composées pour l'exécution des contre-ripostes. Pratiquement aucun sabreur ne possède ce système en réflexe, il faut donc que l'instructeur y consacre quelques instants dans chaque leçon. Ce travail est plus particulièrement recommandé après l'attaque ou la riposte à la tête, pour détourner des ripostes ou contre-ripostes composées adverses finissant au flanc ou à la banderolle.

## CHAPITRE XIV

# LES ATTAQUES AU FER

*Le battement* : seule attaque au fer efficace pouvant être pratiquée au sabre, est uniquement traité dans ce chapitre.

### I — DEFINITION :

Le battement est un choc plus ou moins violent, exécuté avec la lame sur la lame adverse, ayant pour but de préparer ou faciliter l'attaque.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

L'absence d'engagement au sabre oblige à considérer les différentes positions de la lame, par rapport à la main, sur lesquelles le battement peut être exécuté. Elles sont au nombre de deux.

- 1) Pointe plus haute que la main.
- 2) Pointe plus basse que la main.

#### A) Battements sur les positions pointe plus haute que la main

I — *Battement de quarte* : En partant de la « tierce-position », exécuter une rotation du poignet vers l'intérieur pour amener le tranchant en direction de la lame adverse, effectuer en même temps une contraction des doigts et une légère flexion du poignet vers le bas, en déplaçant la lame en diagonale pour frapper le fer adverse sur sa partie moyenne (2° 1/3) avec la même partie de la lame.

— Le battement de quarte peut aussi s'exécuter avec le faux-tranchant en exécutant une rotation du poignet pour l'amener en direction de la lame adverse.

II — *Battement de tierce* : En partant de la « tierce-position » classique ou d'une même position légèrement plus ouverte, exécuter une rotation du poignet vers l'extérieur pour amener le tranchant en direction de la lame adverse, effectuer en même temps une contraction des doigts et une très légère flexion vers le bas, en déplaçant la lame en diagonale pour frapper la lame adverse, comme il a été dit pour le battement de quarte.

— Le battement de tierce peut se faire en partant de la position de quarte. A cet effet, déplacer d'abord la main latéralement en coordonnant les différents mouvements décrits dans le paragraphe I.

## B) Battements sur les positions pointe plus basse que la main

I — *Battement de seconde* : En partant de la « seconde position » pointe légèrement à l'intérieur, exécuter une contraction des doigts amplifiées d'une légère flexion du poignet vers l'extérieur, frapper la lame adverse sur sa partie moyenne. Le battement s'effectue latéralement sans aucun déplacement de l'avant-bras ou du bras dans le même sens.

— Le battement de seconde peut se faire en partant des positions de quinte ou de prime. A cet effet déplacer le bras pour venir dans la ligne de seconde et exécuter le battement, comme il est décrit, en coordonnant les différents mouvements.

II — *Battement de prime* : En partant de la « seconde position » exécuter une rotation du poignet vers l'intérieur pour amener le faux-tranchant en direction de la lame adverse, en déplaçant latéralement l'avant-bras dans le même sens. En même temps, effectuer une contraction des doigts amplifiée par une légère flexion du poignet vers le haut, frapper la lame adverse sur son  $2^{\circ} \frac{1}{3}$  avec le faux-tranchant.

— Le battement de prime peut se faire en partant de la position de quinte, il nécessite alors un déplacement du bras, pour venir au préalable en position de prime.

## C) Cas particuliers :

La position, pointe à hauteur de la main se rencontre parfois (feinte), elle offre la possibilité d'employer le battement de quinte (contre-temps).

I — *Battement de quinte* : En partant d'une position, les ongles en-dessous la lame sensiblement horizontale et croisée (tierce-position » très découverte) exécuter une rotation du poignet vers le haut pour amener le tranchant dans la direction de la lame adverse, puis frapper par une contraction des doigts, en déplaçant l'avant-bras. Le déplacement de l'avant-bras vers le haut, doit être minimum et toujours fonction de la distance.

## D) Généralités techniques :

Les principes d'exécution donnés au fleuret restent valables pour le sabre, cependant la contre-offensive justifie les suivants :

1) La position de garde est évolutive afin de réduire au maximum les déplacements de la lame et de la main pour éviter de se découvrir et rechercher la vitesse et la soudaineté dans l'action.

2) L'exécution du battement doit impérativement commencer par la rotation du poignet, pour amener le tranchant ou le faux-tranchant dans

la direction du fer adverse, ceci permet l'action des doigts tout en obtenant une bonne couverture avec le capuce.

3) Le battement s'exécute avec le tranchant ou le faux-tranchant, suivant la position des fers pour en augmenter la puissance, limiter les déplacements de la lame ou la rotation du poignet, et gêner la contre-offensive.

4) Pour obtenir une bonne réaction, il est indispensable de rechercher le contact avec la fin du 2<sup>e</sup> 1/3 de la lame en un point sensiblement plus faible situé vers le début du 3<sup>e</sup> 1/3 du fer adverse.

5) Le battement doit être bloqué, pour permettre une offensive rapide sans écart de la lame.

6) Le déplacement de la lame doit être aussi court que possible, sans mouvement vers l'arrière (battement « armé ») afin de ne pas favoriser son dérobement.

#### E) Exécution du battement aux différentes distances :

1) *Petite distance* (riposte) : Le battement s'exécute le bras raccourci avec un léger déplacement de la main vers l'avant.

2) *Moyenne distance* (fente) : Le battement s'effectue à l'instant où le bras arrive en fin d'extension, au moment où le pied avant quitte le sol.

3) *Grande distance* (marche et fente, bond et fente) : Le battement s'exécute à l'instant où le pied arrière se repose au sol, le bras armé arrive en fin d'extension, comme il a été décrit dans les attaques simples en marchant. Combiné avec le bond, il se fait dans les mêmes conditions au moment où les deux pieds reprennent contact avec le sol.

4) *Grande distance* (flèche) : Le battement s'effectue au moment où le bras armé arrive en fin d'extension et à l'instant précis où le pied avant n'est plus en contact avec le sol que par la plante.

*Nota* : Lorsque le battement précède des actions composées, il se fait légèrement plus tôt pour permettre l'exécution de la ou des feintes, d'une manière progressive, afin de se loger dans la défensive adverse.

### III — ETUDE TACTIQUE :

Malgré l'extension de la surface valable à la surface entière du tronc, les conventions restent les mêmes qu'au fleuret. Le battement doit avoir pour but principal de retarder la parade adverse, sans donner prise à la contre-offensive plus facile à cette arme.

Suivant l'intention tactique l'emploi du battement offre trois possibilités :

#### A) Ouvrir une ligne :

Si au sabre, il est rare de trouver une ligne complètement fermée, il est souvent indispensable d'écarter le fer adverse avant de développer l'offensive. Dans ce cas le battement est violent, afin d'ouvrir la ligne en provoquant un déplacement exagéré de la lame tout en ébranlant la main adverse.

Les battements de quarte et seconde sont recommandés, car ils peuvent être puissants sans gêner la précision de l'offensive qui doit être de préférence directe. Ils peuvent être suivis d'attaques composées à la condition d'avoir jugé avec certitude le réflexe défensif adverse ou encore après avoir porté une attaque directe.

L'offensive peut être dirigée soit au corps, soit aux avancées. Les attaques les plus efficaces sont :

- Battez — quarte — tête.
- Battez — quarte — figure à droite.
- Battez — quarte — manchette intérieure ou dessus.
- Battez — seconde — figure à droite.

#### B) Faire réagir :

Le battement qui a pour but de faire réagir l'adversaire dans une ligne doit être net, précis, assez fort, sans ébranler la main adverse, au point de contrarier la réaction escomptée. L'offensive est alors indirecte ou composée, il est donc indispensable de tenir compte de la contre-offensive. Le battement de « tierce » est celui qui permet de mieux d'obtenir une bonne réaction tout en étant d'une exécution facile. L'offensive peut être indirecte ou composée. D'une manière générale et suivant l'inclinaison donnée à la lame à l'instant du battement, le battement de tierce provoque deux réactions :

1) Celle de « tierce parade » lorsque le battement s'exécute la lame presque perpendiculaire au fer adverse.

2) Celle de « quinte » lorsque le battement s'effectue la lame presque verticale et sur une partie plus faible du fer adverse. Les attaques les plus efficaces après le battement de tierce sont :

- 1) Sur la réaction en « tierce parade » :
  - Battez tierce — coup de pointe.
  - Battez tierce — tête.
  - Battez tierce — feinte de coup de pointe — figure à droite.
  - Battez tierce — feinte de coup de pointe — manchette extérieure.
- 2) Sur la réaction en « quinte » :
  - Battez tierce — banderolle.
  - Battez tierce — feinte flanc — tête.
  - Battez tierce — feinte banderolle — tête.

#### C) Fixer la main :

Le battement ayant pour but de fixer la main s'exécute très légèrement sans aucune intensité. Il est préférable de le doubler, voire le tripler. Cette succession de battements ne crée pas de réflexe défensif immédiat, elle laisse l'adversaire indécis car il conserve toutes ses possibilités défensives, tout en se laissant surprendre par l'offensive. Celle-ci peut être directe ou indirecte, mais de préférence aux avancées. Les attaques les plus employées visent la manchette extérieure dessous par faux-tranchant ou encore la tête.

#### D) Cas particuliers :

1) *Le battement de quinte* : Le battement de quinte ne peut s'exécuter que lorsque la lame adverse est horizontale. Le sabre moderne oblige le tireur à provoquer l'allongement du bras armé (contre-offensive à la

manchette dessus par exemple). Dans ce cas l'offensive est de deuxième intention (contre-temps).

Après le battement de quinte, la position de la lame et de la main permet d'atteindre rapidement la manchette dessous ou le flanc.

2) *Le battement de prime* : Le battement de prime est difficile à exécuter et à employer. Il place le tireur dans une situation très vulnérable à la contre-offensive en découvrant entièrement les avancées pendant le déplacement du bras. Il s'utilise quelquefois sur un adversaire momentanément en garde en position de seconde. Il est alors précédé d'un léger contact des fers dans cette ligne puis d'un changement de ligne. L'action est en réalité un « changez — battez — prime »... tête... ou banderolle.

3) *Les battements entre tireurs de main contraire* : L'emploi du battement entre ces tireurs présente en général des difficultés. Ce sont les battements les plus puissants qui doivent servir à faire réagir l'adversaire, alors que les moins efficaces doivent être employés pour ouvrir les lignes. L'offensive est également inhabituelle pour les raisons suivantes :

1) Les cibles sont inversées. Exemple : le flanc ne peut être atteint que par un coup exécuté comme celui de la banderolle.

2) Les réactions sont inversées : elles tendent par exemple toujours à couvrir la ligne de tierce sur un battement de quarte.

#### IV — DÉFAUTS A ÉVITER :

Les défauts généraux traités au fleuret sur les attaques au fer restent valables ; seuls ne sont traités ci-après que ceux particuliers au sabre.

1) *Déplacement exagéré de la main* : découvre la manchette et facilite la contre-offensive.

2) *Vitesse insuffisante* : le battement est visible et se dérobe facilement.

3) *Le tranchant dans une mauvaise position* : provient d'une mauvaise rotation du poignet, le battement manque de netteté ce qui nuit à la réaction escomptée.

4) *Mauvaise position de départ* : oblige la lame à revenir en arrière (armé) ou à un trop long déplacement. Dans les deux cas le déroboement est facilité.

5) *Battement exécuté trop tôt ou trop tard* : dans le premier cas permet à la contre-offensive de prendre un « temps », dans le deuxième ne permet plus d'atteindre la lame adverse sur une partie convenable pour obtenir une bonne réaction.

#### V — DÉFENSIVES SUR LES BATTEMENTS :

Ce paragraphe ne traite que les défensives propres à mettre en échec les battements et non l'offensive qui peut les suivre.

1) *Défensive de « parti-pris »* : consiste à parer ou à contre-attaquer l'offensive adverse en fonction de son exécution ou de sa finale.

II) *Défensive préconçue* : présente des formes à caractère contre-offensif :

- a) Le déroboement aux avancées.
- b) Le déroboement au corps en demi-fente.

A) *Déroboements aux avancées* : Consiste à soustraire la lame à l'attaque au fer en portant un coup à la manchette par le tranchant ou le faux-tranchant, le mouvement est suivi d'une retraite.

Le déroboement se fait par dessous, c'est-à-dire par dégagement lorsque l'adversaire exécute le battement la main haute. Par contre il se fait par-dessus la lame adverse, c'est-à-dire par coupé lorsque l'adversaire a tendance à baisser sa pointe et son bras. Les battements de seconde et prime imposent pour les mêmes raisons des déroboements inverses puisque la pointe est plus basse que la main.

Dans tous les cas le déroboement doit emprunter le chemin le plus court et se terminer sur la cible la plus facile à atteindre.

B) *Déroboements au corps* : Ils sont à recommander sur les attaques au fer exécutées en marche et fente ou en flèche. Ils peuvent s'effectuer par le tranchant, le faux-tranchant ou la pointe, mais doivent nécessairement être combinés avec la demi-fente, afin de prendre nettement un temps d'escrime à l'offensive adverse, laquelle peut parfois continuer sans avoir trouvé le fer.

Comme dans le déroboement aux avancées, la hauteur de la main et le battement employé en déterminent l'exécution : par dégagement ou par coupé.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES :

L'étude technique traitant des deux façons d'exécuter les battements de quarte amène à considérer les avantages et inconvénients de chacune d'elles :

1) Exécuté par le tranchant de la lame, le battement est plus puissant puisqu'il est naturel et met en jeu les muscles abducteurs du bras. La position de la main et le sens dans lequel agissent les doigts, permet de lui donner beaucoup de netteté. Mais le déplacement de la main, sa rotation préalable, sont perceptibles et favorisent les déroboements.

2) Exécuté par le faux-tranchant (ou le dos de la lame) il est beaucoup moins puissant puisqu'il met en jeu les muscles adducteurs du bras et risque de ne pas écarter suffisamment le fer et de ne pas ébranler la main adverse. Il présente l'avantage de se faire sans mouvements préparatoires du poignet et de la main. Il est donc pratiquement indérobable.

L'emploi du battement à l'assaut doit donc, en dehors de toute idée tactique, tirer son choix des qualités adverses suivantes : à-propos, coup d'œil, puissance de main, mécanisme et notion de la distance. Le jugement de l'offensive précédée du battement soulève parfois de sérieuses controverses à tel point que quelques Maître Hongrois préfèrent ne pas l'enseigner. En effet le jugement désavantage parfois le tireur qui l'exécute, car certains présidents du jury donnent le nom de reprise à l'attaque en considérant que le contact des fers peut donner droit à la riposte sans tenir compte que le tireur attaqué supporte l'action ou la pare. Pour éviter que l'attaque ne soit prise pour une reprise, il faut que l'attaque au fer réunisse les qualités suivantes :

- 1) Que le battement s'effectue sur la partie de la lame, citée dans



l'étude technique afin de provoquer une réaction et interdire la contre-attaque à l'instant du battement.

2) Que l'attaque développée atteigne la cible voulue avant, ou tout au moins en même temps, que le pied avant se pose au sol (le pied arrière dans la flèche).

Malgré le respect de ces principes d'exécution, les battements n'empêchent pas la contre-attaque systématique. Mais elle ne peut bénéficier du jugement car l'attaque arrive avant la contre-attaque ou tout au plus en même temps, ce qui conventionnellement ne lui donne aucune priorité.

## VII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Les conseils pédagogiques donnés dans le chapitre correspondant au fleuret restent valables ; ne sont traités ci-après que ceux particuliers au sabre.

L'étude des attaques au fer doit suivre la progression suivante :

1) Etude des battements sur les positions de la lame pointe plus haute que la main. La position naturelle du bras ne soulève aucune difficulté.

2) Etude des battements sur les positions de la lame pointe plus basse que la main. La position du bras au 3/4 allongé main à hauteur de l'épaule est fatigante et demande une attention soutenue.

La coordination nécessaire des battements combinés avec les mouvements offensifs et les différents déplacements, imposent la progression suivante :

1) Faire exécuter le battement avec la seule action des doigts et du poignet chaque fois que cela est possible.

2) Faire effectuer le battement avec la marche sans allongement du bras.

3) A moyenne distance (fente) : battement, allongement du bras, fente.

4) A grande distance avec la marche ou le bond.

5) A grande distance en flèche ou même à très grande distance ou encore sur la retraite du Maître, c'est-à-dire avec marche et flèche.

a) Attaques simples directes.

b) Attaques simples indirectes.

L'étude de l'offensive précédée du battement, doit se poursuivre en fonction de la difficulté d'exécution des différentes attaques.

c) Attaques composées d'une feinte.

d) Attaques composées de deux feintes. Elles sont d'un emploi plus rare car elles facilitent la contre-offensive mais permettent toutefois de travailler les trompements.

e) Attaques aux avancées directes et indirectes. Ce sont des actions qui demandent beaucoup plus de précision.

Lorsque le Maître présente son fer à l'élève, pour lui permettre d'exécuter le battement, il doit en surveiller la position en tenant compte de l'attaque au fer demandée et de la distance.

## CHAPITRE XV

# LES CONTRE-ATTAQUES

### I — DEFINITION :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — CLASSIFICATION :

La façon dont sont portés les coups au sabre ainsi que les différentes cibles pouvant être atteintes permettent la classification suivante :

#### 1) *Contre-attaque aux avancées :*

- a) Classique.
- b) En cavant.
- c) Par dérochement.

#### 2) *Contre-attaques au corps :*

- a) Classique.
- b) Par dérochement.
- c) Par esquive.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

#### 1) *Contre-attaque aux avancées :*

Les contre-attaques aux avancées ne nécessitent que l'extension du bras armé, le coup étant lancé suivant les principes technique donnés dans les attaques simples. Elles sont coordonnées avec la retraite et prennent le nom de la cible visée.

## 2) Contre-attaques au corps :

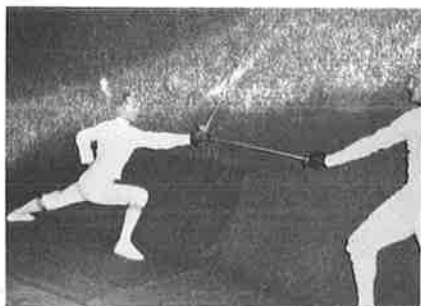


FIG. 95 : La contre-attaque classique à la manchette dessous

à la tête s'exécute suivant les principes simple mais *par demi-fente*.

L'exécution technique est fonction de la cible à atteindre et présente deux cas différents :

- a) Par coup de tranchant.
- b) Par coup de pointe.

## 1) Par coup de tranchant :

La contre-attaque peut toujours atteindre l'une quelconque des cibles du corps. Son emploi se limite pour des raisons techniques et tactiques à une seule cible : la tête. La contre-attaque techniques donnés pour l'attaque

## 2) Par coup de pointe :

La contre-attaque par coup de pointe au corps se porte suivant les mêmes principes techniques que l'attaque simple du même nom mais *en demi-fente*.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Comme au fleuret la contre-offensive doit gagner un temps d'escrime. En conséquence, pour être valable, elle peut être employée dans les conditions suivantes :

## A) Contre-attaque classique :

- 1) Sur l'attaque simple découverte ou mal exécutée.
- 2) Sur l'attaque simple développée en marche et fente lorsque l'allongement du bras armé est prématuré ou découvert.
- 3) Sur l'attaque composée d'une ou plusieurs feintes, avant la finale de l'attaque.

## B) Contre-attaque en cavant :

- 1) Sur l'attaque simple couverte, même bien exécutée, en évitant l'attaque par la retraite.

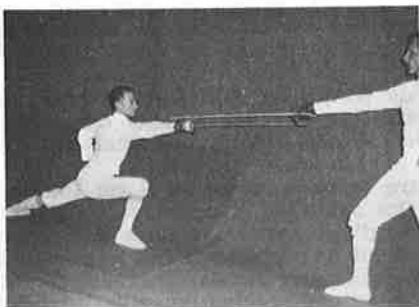


FIG. 96 : La contre-attaque classique à la manchette dessus



FIG. 97 : La contre-attaque par coup de pointe au corps (arrêt)

2) Sur l'attaque simple développée en marchant lorsque l'allongement du bras armé est prématuré et couvert.

3) Sur l'attaque composée d'une ou plusieurs feintes couvertes, avant la finale de l'attaque.

### C) Le déroboement :

Le déroboement consiste à soustraire le fer à la préparation adverse. Il s'exécute :

1) Sur l'attaque simple ou composée précédée d'attaque au fer.

2) Sur le contre-temps, dans ce cas il est composé d'une feinte de contre-attaque et d'un second déroboement par coup de tranchant ou coup de pointe, il est appelé « Finta in tempo ».

3) Sur toutes actions ayant pour but de joindre le fer pour développer l'offensive (engagement).

Son exécution est fonction de la préparation et de la cible visée.

a) *Par coupé* : Sur les actions précédées de préparation en quarte ou en tierce (aux avancées ou au corps).

b) *Par dégagement* : Sur les actions précédées de préparation :

1) En prime ou seconde par le tranchant aux avancées ou au corps en demi-fente.

2) En tierce par le faux-tranchant aux avancées ou par coup de pointe ou corps en demi-fente.

3) En quarte par le tranchant aux avancées (manchette extérieure) ou faux-tranchant (manchette dessous).

c) *Composé* : Sur une action de deuxième intention adverse il se compose d'une feinte de contre-attaque (soit par dégagement ou par coupé) suivi d'un déroboement (par coupé ou dégagement) en demi-fente ayant pour but de soustraire le fer à l'action finale.

### D) L'esquive :

L'esquive ne doit être employée, en principe que sur l'attaque à la tête. Elle s'exécute comme au fleuret et suivant les mêmes règles soit par

le tranchant à la tête soit par coup de pointe au corps (In quartata).

Elle peut être également employée sur les attaques se terminant au corps (banderolle, flanc, figure) mais seulement par coup de pointe (pasata di soto).

La contre-offensive permet de contrarier l'offensive adverse laquelle peut exploiter facilement la défensive par des actions composées. Elle ne doit pas être le résultat de réflexes désordonnés mais au contraire celui d'un jugement sûr et d'actions nettes et précises.

Si la contre-offensive peut être destinée au corps il est toutefois préférable de chercher à atteindre les avancées. A cette seule condition elle pourra être immédiatement suivie d'une parade, facilitée par des réflexes naturels. Les circonstances de l'assaut ne permettent pas toujours de juger une action avec certitude, la rapidité des coups lancés augmentent la difficulté et les risques d'échec de la contre-offensive. Elle peut manquer de précision, ne pas prendre un temps d'escrime ou encore ne pas bénéficier du jugement. La parade qui succède à la contre-attaque permet de rattraper l'attaque en cas d'insuccès de la contre-offensive.

La contre-attaque doit atteindre la cible avec l'extrémité de la lame, la retraite doit donc être coordonnée de façon à toucher en finale d'extension du bras. La parade qui lui succède (venant du bras allongé et après la retraite) se prend le bras au 3/4 allongé pour ne pas manquer le fer adverse et la riposte se fera en marchant, en fente ou en flèche.

La contre-attaque au corps toujours délicate à juger et à exécuter ne permet pas de rattraper le fer adverse lorsqu'elle échoue. Elle doit cependant être employée pour varier la contre-offensive plus particulièrement lorsque l'offensive adverse se développe bras raccourci pour éviter la contre-attaque aux avancées. Beaucoup de tireurs utilisent ce procédé qui rend la contre-attaque trop courte. Il est donc préférable de contre-attaquer au corps et en particulier à la tête : cible toujours difficile à protéger. Dans ce cas, la distance exige parfois de l'exécuter en flèche afin de prendre plus sûrement un temps à l'offensive.

Les préparations les plus courantes au sabre sont les battements, il y a aussi parfois des contacts de fer pouvant ressembler à des engagements.

Il est difficile de dérober un battement bien exécuté même lorsqu'il a été pressenti. Toutefois, le choix du déroberement doit être guidé par la position de la main et de la lame adverse ainsi que par la cible qui se découvre au moment de l'exécution de la préparation. D'une manière générale, les déroberements s'exécutent de la façon suivante :

1) Déroberement par dégagement et faux-tranchant à la manchette dessous sur les préparations de tierce ou de quarte exécutées lame verticale et main haute.

2) Déroberement par coupé et par le tranchant à la manchette dessus sur les préparations de tierce et quarte exécutées lame très en oblique, main basse.

3) Déroberement par dégagement et par le tranchant à la manchette dessus sur les préparations de prime et seconde exécutées lame et mains basses.

4) Déroberement par dégagement et par le tranchant à la manchette extérieure sur les préparations de quinte exécutées lame et main trop hautes.

Les esquives s'emploient sur des tireurs au jeu désordonné qui attaquent sans discernement ou qui commettent de grosses fautes d'exécution technique. Elles peuvent naturellement être employées lorsque l'attaque est jugée (tête de préférence).

En résumé, les contre-attaques aux avancées peuvent s'employer sur la plupart des attaques au corps à condition d'être exécutées dès

le départ de l'action. Elles sont à déconseiller sur les attaques aux avancées.

La contre-offensive au corps doit de préférence être une action de deuxième intention ou l'exploitation d'une grosse erreur technique adverse.

## V — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts d'exécution technique sont traités dans le chapitre des attaques simples. Dans ce paragraphe, ne sont donnés que ceux relatifs à la tactique.

1) *Rompre trop tôt* : la contre-attaque est trop courte ou tombe sur la coquille adverse.

2) *Rompre trop tard* : la contre-attaque n'est pas donnée avec l'extrémité de la lame et ne permet plus d'éviter l'attaque. La parade qui peut suivre la contre-attaque est souvent tardive ou insuffisante.

3) *Mauvaise position de la lame* : augmente la durée d'exécution de la contre-attaque.

4) *Mauvais choix de la cible* : oblige à contourner l'arme ou le bras adverse, la contre-attaque tombe dans le fer ou prend difficilement un temps d'escrime.

5) *Précision insuffisante* : provient : de la position de la lame ou de main au départ, d'une erreur de distance ou d'une mauvaise exécution. La contre-attaque rencontre la coquille et le bras, et risque d'être annulée.

## VI — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

Les défensives appropriées aux contre-attaques varient suivant leur nature. Elles sont différentes si elles sont exécutées par réflexes ou en seconde intention.

1) *De « parti-pris »* : Exécutée dans la ligne où a lieu la contre-offensive. Parfois une opposition de la coquille est suffisante lorsqu'elle cherche à atteindre les avancées.

2) *En deuxième intention* :

1) « Attaquer simple » par des actions bien couvertes aux avancées ou à la tête.

2) Faciliter la contre-offensive adverse ou la provoquer pour en tirer parti (contre-temps).

3) Faciliter la contre-offensive adverse ou la provoquer puis déplacer la cible visée pour contre-attaquer en cavant (contre-arrêt).

L'esquive qui est exécutée en finale d'attaque ne peut être pressentie ou évitée. Toutefois, si elle a été pressentie, il est indispensable d'attaquer par une action simple déterminée et exécutée en fonction du déplacement de la surface valable adverse.

## VII — CONSIDERATIONS GENERALES :

Le « temps » est une contre-attaque qui n'est pas utilisée au sabre, son exécution tient plus du hasard que du jugement. La contre-attaque par coup de pointe au corps sur l'attaque composée feinte tête-flanc entre deux tireurs de même main est une exception.

Le coup de pointe aux avancées n'est pas employé en contre-attaque. La main bien protégée par la coquille et la pointe recourbée de l'arme ne permettent pas d'accrocher l'avant-bras.

La contre-attaque par coup de pointe au corps s'exécute en partant de la position de tierce. Elle est naturelle, bloque efficacement l'attaque et rencontre le corps presque perpendiculairement, ce qui évite au coup de glisser (le corps étant effacé); de plus, la coquille protège parfaitement la manchette dessus.

La contre-attaque en avant à la main dessous par le faux-tranchant est très difficile à parer, les réflexes défensifs sont latéraux plus que verticaux et elle nécessite un déplacement parfois exagéré de la main vers le bas. Elle manque parfois de netteté par la difficulté d'exécution qu'elle présente dans le mouvement du poignet pour donner le coup de bas en haut.

L'exécution de la contre-attaque sur les attaques composées prête parfois à discussion. Certains tireurs préfèrent la lancer sur la feinte au départ de l'action, cette façon de faire n'est pas autre chose qu'une contre-attaque sur une attaque simple. Généralement la première feinte est bien couverte ce qui laisse peu de chance à la contre-attaque, et elle peut trouver plus sûrement la cible au moment du changement de ligne de l'adversaire.

Lorsque la contre-attaque est lancée sur la feinte, l'adversaire est encore en équilibre, il peut donc la parer par réflexe et continuer son offensive. Si elle est lancée au départ de l'action finale il lui est difficile, sinon impossible, de la parer car il est touché alors que le pied avant a quitté le sol.

Il est parfois dangereux d'utiliser les esquives au sabre, même bien jugées et devant un tireur classique. Le coup de sabre lancé n'est pas toujours bloqué et malgré l'esquive atteint une partie de la surface valable.

La rapidité des coups lancés au sabre rend difficile le jugement des contre-attaques, en particulier, lorsque l'attaque et la contre-attaque sont dirigées aux avancées. Le Président du Jury peut en plus de son impression visuelle tenir compte de son impression auditive lorsque les coups sont nettement séparés.

En matière de jugement toutes les actions contre-offensives sont dénommées contre-attaques ce qui parfois présente des inconvénients dans la décomposition de la phrase d'armes. Un président de Jury averti doit éclairer au maximum les assesseurs en donnant à chaque action leur nom particulier. Cette façon d'arbitrer permet au public de comprendre plus facilement et de s'intéresser à l'assaut.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

L'exécution technique des contre-attaques est identique à celle des attaques simples correspondantes dont elles prennent le nom. Le Maître doit donc surtout porter son attention sur la coordination des mouvements du bras armé et des jambes.

Quelle que soit la contre-attaque demandée la prédominance dans l'exécution reste toujours à l'action des doigts et du bras et non à la retraite ou à la demi-fente. Le Maître doit donc attacher une grande importance à la distance et veiller à ce que le coup atteigne la cible par les 2 ou 3 derniers centimètres de la lame. Qu'elle soit aux avancées

ou au corps, le Maître doit exiger que la contre-attaque touche la cible lorsque son pied quitte le sol et avant qu'il ne s'y repose.

Afin que l'étude de la contre-offensive corresponde le plus possible aux réalités de l'assaut, le Maître doit :

- 1) Porter son attaque à toucher et en accélérant.
- 2) Découvrir la cible voulue sans armer son coup.
- 3) Rester couvert sur les contre-attaques en cavant.
- 4) Faire des feintes couvertes et ne donner la cible qu'au départ de la fente (attaques composées).

L'étude des contre-attaques aux avancées qui est la partie principale de la contre-offensive peut suivre la progression suivante :

- 1) Contre-attaque par simple extension du bras sur une cible déterminée — retraite.
- 2) Contre-attaquer par extension du bras coordonnée avec la retraite.
- 3) Contre-attaque par extension du bras coordonnée avec la retraite puis parer et riposter.
- 4) Contre-attaque dans les mêmes conditions avec la retraite ou le bond arrière puis riposter en marchant, par bond, fente ou flèche.

L'étude des contre-attaques se fait naturellement sur toutes les cibles. Le Maître doit faire varier les ripostes (simples, indirectes, composées). Lorsque l'exécution technique est satisfaisante, le Maître développe chez son élève le coup d'œil et l'à-propos. A cet effet, il choisit deux ou trois actions et attaque son élève en les utilisant indifféremment, celui-ci doit saisir immédiatement la cible qui se découvre et faire suivre sa contre-attaque de parade et riposte. Sans négliger le mécanisme de son élève, le Maître contre-riposte de temps en temps.

De nombreux exercices ont pour but de développer le jugement, le coup d'œil et l'à-propos qui sont les qualités principales de la contre-offensive. *Exemple* : Si le Maître attaque « simple » (couvert) l'élève pare et riposte : s'il attaque « composé » et légèrement découvert, l'élève contre-attaque pare et riposte.

Les contre-attaques au corps qui tirent leur efficacité des déductions tactiques sont moins étudiées à la leçon puisque le Maître conserve toujours l'initiative. A l'assaut l'élève peut les provoquer ou exploiter certaines erreurs tactiques ou techniques.

Dans le but de développer les qualités de précision, vitesse, et celles citées plus haut, le Maître doit combiner le plus possible, les exercices de contre-attaque dans toutes les lignes et avec tous les déplacements.



## CHAPITRE XVI

# REMISE - REPRISE - REDOUBLEMENT

## LA REMISE

### I — DEFINITION :

} Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### II — CLASSIFICATION :

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Comme à l'épée, l'extension de la surface valable permet d'atteindre les avancées mais comme au fleuret, la convention oblige au respect de la phrase d'armes et la remise doit prendre un temps d'escrime pour être valable. D'une manière générale la remise s'exécute avec le tranchant de la lame, quelques exceptions permettent de l'exécuter avec le faux-tranchant ou la pointe.

La coordination du bras armé et des jambes est la même qu'aux autres armes. La nécessité de donner le coup impose naturellement une légère flexion du poignet vers l'arrière pour permettre l'action des doigts.

Les remises s'exécutent aux avancées et au corps :

#### 1) Aux avancées :

- a) Classiquement.
- b) En cavant.

Comme à l'épée, la distance favorise leur exécution de préférence :

- a) De la fente en revenant en garde.

b) De la position de garde en rompant, surtout lorsque l'offensive est dirigée au corps.

## 2) Au corps :

Classiquement et plus particulièrement en flèche.

## IV — ETUDE TACTIQUE :

Comme au fleuret, la convention doit faire de la remise une action de seconde intention. Il est difficile de l'employer de « parti-pris » à une arme où les ripostes et contre-ripostes s'exécutent du tac au tac.

### A) Remise en continuation :

#### I — Aux avancées :

##### a) Classique : Elle s'emploie :

— Sur un adversaire qui pare sans riposter et reprend machinalement la position de garde (« tierce-position »).

— Sur un adversaire qui pare sans riposter et qui se relâche en se découvrant.

##### b) En cavant :

— Sur un adversaire qui pare sans riposter et maintient sa position de parade. Cette remise ne se fait pratiquement qu'après les parades de quarte et de prime.

#### II — Au corps :

— Sur un adversaire qui pare bras très raccourci et lâche le fer ou reprend la position de garde (tierce-position).

Cette remise s'exécute plus particulièrement en flèche et à la tête.

### B) Remise en arrêt :

#### I — Aux avancées :

##### a) Classique :

— Sur un adversaire qui riposte ou contre-riposte indirectement, composé ou à temps perdu en se découvrant.

##### b) En cavant :

— Sur un adversaire qui « riposte couvert », directement en particulier et légèrement à temps perdu. Eviter la riposte pour plus de sécurité.

#### II — Au corps :

— Sur un adversaire qui riposte soit directement en marche et fente,

soit indirectement ou composé en retenant sa riposte (bras raccourci) ou contre-riposte les avancées couvertes.

## LA REPRISE

### I — DEFINITION :

### II — CLASSIFICATION :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

La reprise s'exécute en partant de positions identiques à celles de la remise. Suivant le cas, l'action des jambes est exécutée vers l'avant ou l'arrière et coordonnée avec celle du bras armé.

La reprise peut être :

#### 1) *Indirecte* :

- a) Par dégagement.
- b) Par coupé.
- c) En cavant.

#### 2) *Composée* :

— Par feintes de dégagement ou de coupé.

#### 3) *Précédée d'attaque au fer* :

— Par battement.

Comme la remise, la reprise peut atteindre :

#### 1) *Les avancées* :

Elle s'exécute par le tranchant et parfois le faux-tranchant.

#### 2) *Au corps* :

Elle s'exécute par le tranchant et surtout en flèche.

### IV — ETUDE TACTIQUE :

La reprise en arrêt sur la riposte ou contre-riposte est assez courante au sabre car beaucoup de tireurs les exécutent en composant. Il est rare d'avoir l'occasion de l'exécuter en continuation car peu de sabreurs ne profitent pas des avantages de la riposte immédiate et directe que procure une bonne parade.

La reprise s'emploie dans les cas suivants :

**A) Reprise en continuation :**1) *Aux avancées :*a) *Indirecte :* (dégagement, coupé)

Sur un adversaire qui marque un temps d'arrêt après la parade. La reprise est choisie pour contourner avec le minimum de déplacement la main et la lame adverses.

b) *En cavant :*

Sur un adversaire qui marque un temps d'arrêt après la parade. Elle s'exécute après les parades de quarte et tierce en particulier à la manchette dessous par faux-tranchant et après les parades de prime et seconde à la manchette dessus par le tranchant.

2) *Au corps :*a) *Indirecte (coupé) :*

Sur un adversaire qui pare le bras très raccourci et ne riposte pas immédiatement, le corps offre une cible plus facile à atteindre que les avancées.

b) *Composée :*

Sur un adversaire qui pare et ne riposte pas et dont l'indécision amène à porter sa main dans les lignes où se présente à nouveau le fer.

c) *Par attaque au fer :*

Toujours dans le même cas tactique, le battement permet d'écartier le fer de l'adversaire ou de faire réagir.

**B) Reprise en arrêt :**1) *Aux avancées :*a) *Indirecte :*

Sur les ripostes et contre-ripostes indirectes ou composées dont le départ de l'action est couvert.

b) *En cavant :*

Sur un adversaire qui riposte bien couvert mais légèrement à temps perdu ou encore sur une feinte couverte.

2) *Au corps :*

Indirecte et en particulier à la tête sur un adversaire qui riposte ou contre-riposte en marche et fente ou en flèche le bras armé très raccourci ne livrant pas les avancées.

## LE REDOUBLEMENT

### I — DEFINITION :

### II — CLASSIFICATION :

### III — ETUDE TECHNIQUE :

Se reporter au chapitre correspondant du fleuret.

### IV — ETUDE TACTIQUE :

Le redoublement est assez courant au sabre surtout précédé de la reprise de garde en avant. D'une manière générale les sabreurs emploient beaucoup les parades en rompant sans pour autant riposter en fente ou en flèche. Ils restent ainsi sur la parade et se sentent hors de distance pour riposter par la seule extension du bras armé. Ces tireurs offrent l'occasion de reprendre immédiatement l'offensive par redoublement avant. Très souvent d'ailleurs leur retraite manque d'équilibre, le poids du corps est rejeté sur la jambe arrière ce qui interdit une deuxième retraite consécutive et les rend encore plus vulnérables à la seconde offensive. Le redoublement par action composée est très efficace surtout si le tireur est en déséquilibre, sa défensive est désorientée.

Les dangers de contre-offensive sur le redoublement sont moins importants qu'avec d'autres armes. Les déplacements naturels de la main et du bras permettent, même de « parti-pris », de parer la contre-offensive adverse pendant l'exécution du redoublement en flèche comme en fente.

## GÉNÉRALITÉS

### I — DEFAUTS A EVITER :

Les défauts techniques traités dans les attaques simples au sabre et les défauts techniques mentionnés au fleuret et à l'épée restent valables. Ne sont donnés ci-après que ceux particuliers au sabre.

a) *Flexion du bras dans la remise ou reprise* : L'action n'est pas immédiate et risque de ne pas prendre un temps d'escrime.

b) *Flexion exagérée du poignet* : Le coup manque de vitesse et de précision, il est trop violent.

c) *Mauvais choix de la remise ou reprise* : Ne permet pas de prendre un temps d'escrime.

### II — DEFENSIVES APPROPRIÉES :

#### A) Remise :

a) *De « parti-pris »* :

— Doubler la parade.

b) *Préconçue* :

— Parade et riposte directe bien couverte.

— Parade et riposte directe bien couverte en marchant.

**B) Reprise :**

a) *De « parti-pris »* :

— Parade et riposte directe.

b) *Préconçue* :

— Parade de l'offensive et riposte directe.

— Parade de la reprise et riposte directe.

— Contre-attaquer la reprise en rompant (directement ou en cavant)

**C) Redoublement :**

a) *De « parti-pris »* :

— Parade du redoublement.

— Contre-attaque en flèche à la tête.

b) *Préconçue* :

— Contre-attaque en flèche à la tête.

— Contre-attaque aux avancées suivant l'action (directement ou en cavant).

### III — CONSIDERATIONS GENERALES :

Les remises sont peu courantes au sabre car la parade est suivie de ripostes directes bien couvertes. Elles s'exécutent avec plus de succès sur une parade de quinte non suivie de riposte immédiate ou sur une faute caractérisée de la riposte ce qui permet de prendre un temps d'escrime.

Après les parades de quarte et de tierce les avancées sont très difficiles à atteindre, exception faite pour la remise en cavant après la parade de quarte ou de tierce entre tireurs de main contraire.

Les remises les plus courantes sont celles employées en arrêt sur la riposte. Elles se font d'ailleurs assez couramment en cavant (même doublées) mais la distance prend une importance capitale car il faut en prévoir l'échec et éviter la riposte.

Les reprises au sabre sont des actions courantes surtout en continuation d'attaque sur des tireurs qui ne ripostent pas immédiatement ou qui se contentent de parer sans idée tactique définie. Elles se font en principe aux avancées et très facilement par le faux-tranchant à la manchette dessous.

D'une manière générale il n'y a aucun intérêt à employer les reprises composées aux avancées elles tombent presque toujours dans le fer ou sur la coquille. Par contre dirigées au corps, elles provoquent un plus grand déplacement de la main adverse facilitant le trompement.

Les reprises par attaque au fer nécessitent un retrait préalable du bras pour frapper le fer adverse convenablement, mais bien souvent le battement provoque immédiatement un mouvement contre-offensif ce qui les rend dangereuses. Toutefois sur des adversaires très sensibles au changement de rythme ou indécis, les reprises par attaque au fer dirigées au corps peuvent être employées avec succès.

Le redoublement d'attaque au sabre permet naturellement de suivre les adversaires qui parent en rompant sans riposter. Il doit avoir aussi

pour but d'exploiter le manque d'équilibre des tireurs qui rompent en portant le poids du corps sur la jambe arrière. Ceci interdit toute nouvelle retraite et diminue la valeur de la défensive et les rend très vulnérables aux actions composées.

#### IV — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Le Maître n'attache une attention particulière à l'enseignement des remises et reprises que lorsque l'élève possède un excellent mécanisme et un sens tactique assez développé. Au sabre surtout les remises et reprises sont employées en seconde intention.

L'exécution technique des remises et reprises correspond à celle des attaques simples (suivant la cible et la distance), la seule différence venant du fait qu'elles sont exécutées le bras armé allongé. Le Maître doit donc veiller à l'action du bras et du poignet et exiger que le coup soit donné avec légèreté sans flexion du bras qui reste souple.

Pour développer l'à-propos il peut se baser sur l'exercice type suivant :  
L'élève attaque une cible donnée :

— Si le Maître pare et relâche sa parade sans riposter l'élève remise en continuation.

— Si le Maître pare et ne riposte pas, mais maintient sa parade, l'élève fait une reprise en continuation.

— Si le Maître pare et riposte indirectement ou composé, l'élève remise en arrêt sur la riposte en revenant en garde, pare et riposte.

— Si le Maître pare et riposte directement mais à temps perdu, l'élève remise classiquement ou en cavant en revenant en garde.

Bien entendu le Maître peut choisir parmi ces différents cas tactiques et les utiliser en fonction de la valeur de son élève.

Le Maître peut familiariser ses élèves avec les différentes préparations leur permettant de déceler les défauts techniques ou les intentions tactiques de l'adversaire et de les exploiter en utilisant la remise ou reprise. Exemple : l'élève exécute plusieurs fausses attaques très prononcées pour découvrir le réflexe ou le défaut technique du Maître, puis attaque et remise ou fait une reprise en fonction de ses déductions.

Le redoublement doit être enseigné au sabre avec beaucoup d'attention. La mobilité du jeu permet de l'employer, mais le Maître doit tenir compte dans le choix des actions qu'il enseigne des risques de contre-offensive. Il est donc préférable de l'enseigner avec la flèche.

Le redoublement exige un excellent jeu de jambes mais le Maître doit en surveiller l'équilibre et la coordination. Dans tous les cas, la distance prend une très grande importance et doit permettre d'agir en réflexes comme en deuxième intention.

**GENERALITES  
AUX TROIS ARMES**





## CHAPITRE I

# LES ATTAQUES SUR LA PRÉPARATION

## LES PRÉPARATIONS

### I — DEFINITION :

Les préparations sont des actions variées consistant en déplacement, gestes du bras armé, combinaisons entre elles de ces différents mouvements, permettant de faciliter et renforcer l'offensive.

### II — CLASSIFICATION :

Les préparations peuvent être classées en trois catégories :

#### A) Les préparations par des mouvements de jambes :

Ce sont les déplacements :

- a) Marches.
- b) Bonds.
- c) Demi-fente.

#### B) Les préparations par des actions du bras armé :

- a) Engagements, changements, double-engagements, etc.
- b) Attaques au fer : pression, battement, froissement.
- c) Prises de fer : opposition, liement, etc.
- d) Feintes : directes, indirectes, composées.
- e) Absences de fer, invite.

### C) Les combinaisons entre elles de ces préparations :

Elles sont multiples et variées, coordonnées entre elles suivant l'intention tactique.

*Exemples :*

- a) L'engagement et la marche.
- b) Le changement et la marche.
- c) Le battement et le bond.
- d) La feinte et la marche.
- e) La feinte et la demi-feinte.
- f) etc., etc.

## LES ATTAQUES SUR LA PRÉPARATION

### I — DEFINITION :

Les attaques sur la préparation sont des actions offensives variées qui permettent d'exploiter les différentes préparations adverses.

### II — ETUDE TECHNIQUE :

#### A) Par attaques simples :

- a) *Directement* : Par coup droit dans la ligne de l'engagement à l'instant précis du contact des fers.
- b) *Indirectement* : Par dégagement ou par coupé sans contact des fers.

Ces actions s'exécutent en déroband soit : un engagement, un changement, le 2<sup>e</sup> contact du double-engagement, un battement, un froissement, la tentative de prise de fer simple, etc.

#### B) Par attaques composées :

Les attaques composées ne doivent comporter, de préférence, qu'une seule feinte (coup droit, dégagement, coupé).

La feinte est exécutée en déroband la préparation. Le trompement soustrait le fer à la parade que provoque la feinte (ou la prise de fer).

#### C) Par attaques au fer :

Les attaques au fer s'exécutent :

— Par battement de préférence sur les feintes du bras armé, suivi d'attaques directes ou indirectes.

— Par battement ou pression sous la forme de contre-battement ou contre-pression, suivi d'attaques directes ou indirectes.

**D) Par prises de fer :**

Les prises de fer se font essentiellement sur les feintes du bras armé :

- Simples directes.
- Simples, suivies d'une attaque indirecte.

**III — ETUDE TACTIQUE :**

Pour être efficace, l'offensive doit être d'une manière générale la plus simple possible. Elle dépend naturellement du jugement et de l'à-propos pour bénéficier de l'effet de surprise sans laisser la possibilité à l'adversaire d'arrêter sa préparation et d'exécuter à temps une action défensive efficace.

L'offensive sur la préparation est difficile à parer ; le tireur qui la subit a toutes ses facultés tendues vers sa préparation et l'offensive qu'il va développer au détriment de sa défensive. La nécessité de gagner la mesure impose naturellement des déplacements, et se rapprocher de l'adversaire présente toujours un certain danger.

Si l'offensive se développe à l'instant précis, en exploitant les préparations du bras armé d'un tireur qui marche, celui-ci se trouve en état d'infériorité pour les raisons suivantes :

- 1) Il subit l'offensive au moment où il n'a plus qu'un seul point d'appui au sol.
- 2) Il est obligé de terminer son déplacement pour retrouver sa stabilité et éventuellement commencer une retraite quelconque.
- 3) La valeur de sa défensive s'en trouve diminuée.

Les attaques sur les engagements, changements, double-engagements, etc. sont peu courantes au fleuret électrique car peu de tireurs les emploient pour attaquer. Il est toutefois possible d'offrir l'occasion à l'adversaire de s'emparer du fer et d'agir à la faveur de ces préparations du bras armé. Par contre, le battement est très employé et précède beaucoup d'attaques. Il est possible de le dérober ou encore de répondre à cette attaque au fer en développant l'offensive directement ou indirectement.

Les préparations les plus courantes sont encore les feintes. Elles tendent à découvrir ou à imposer une réaction, mais elles sont vulnérables aux attaques au fer ou aux prises de fer dès l'allongement du bras. Dans ces cas les conventions obligent le tireur à revenir en défensive pendant le développement de l'attaque adverse.

**IV — DEFENSIVES APPROPRIÉES :**

Les défensives appropriées sont celles de parti-pris données dans les chapitres précédents, elles correspondent à la nature de l'offensive employée.

Une défensive préconçue peut être utilisée lorsque l'attaque sur la préparation a été jugée. Dans ce cas elle doit être facilitée par le choix de la préparation, son ampleur, sa vitesse et permettre ainsi de parer et riposter.

## V — CONSIDERATIONS GENERALES — FLEURET :

Le jugement et l'à-propos sont naturellement les qualités essentielles pour pratiquer l'offensive sur la préparation adverse.

Le court instant pendant lequel l'offensive sur la préparation peut être exécutée exige une grande vitesse, une coordination parfaite. Elle doit surprendre l'adversaire avant qu'il ne développe son offensive. Exécutée trop tard elle prend la forme d'une attaque dans l'attaque ou d'une contre-attaque et ne peut naturellement être jugée favorablement. La nécessité de se mettre à distance pour développer l'offensive oblige le tireur à marcher. Généralement il couvre sa marche par des actions du bras armé dans le but de se protéger et de contrarier l'offensive classique sur la marche. Les attaques sur la préparation permettent d'exploiter ces mouvements du bras armé et des jambes.

L'offensive qui consiste à tromper un changement d'engagement est appelée souvent contre-dégagement, cette appellation donnée à tort est en réalité celle qui convient à l'action de tromper un contre. Bien que la pointe revienne dans la ligne où elle se trouvait, elle ne décrit pas un mouvement circulaire complet, donc elle ne trompe pas un contre, le trajet parcouru par la pointe est celui du dégagement correspondant à la ligne où se termine le changement.

## VI — CONSIDERATIONS GENERALES — EPEE :

Le jeu de l'épée se prête beaucoup moins à l'emploi des attaques sur la préparation. Rares en effet sont les épéistes dont les préparations peuvent être exploitées avec assez de chance de succès. Le souci de conserver une bonne couverture des avancées limite les préparations du genre engagement, changement, battement, etc.

Les préparations les plus employées à l'épée sont les feintes principalement celles en cavant qui découvrent suffisamment les avancées pour attirer la contre-offensive et l'utiliser en développant l'attaque. Le déroberment de cette action est celui du contre-temps.

Les avancées sont des cibles de choix et l'épéiste peut attirer son adversaire ou lui faciliter ses préparations, en lui livrant une cible volontairement, et agir au moment précis où son adversaire exploite ce qu'il croit une faute.

## VII — CONSIDERATIONS GENERALES — SABRE :

Au sabre, l'offensive simple peut être facilement parée, celle composée, contre-attaquée, aussi nombre de sabreurs renforcent-ils leurs actions de préparations et offrent ainsi l'occasion de les exploiter très efficacement. D'une manière générale les préparations les plus employées sont les feintes et les battements. Les engagements, changements, etc. ne se pratiquent pas, la distance et la position des lames les rendent beaucoup trop dangereux.

Les feintes donnent l'occasion d'attaques aux avancées, elles peuvent être renforcées du battement, mais doivent être directes, tout au plus indirectes, afin de diminuer les risques de contre-offensive.

L'offensive en contre-temps, très courante au sabre, est souvent préparée par des feintes le bras au 3/4 allongé, ou par des invites. Lorsque l'action est bien jugée il est possible de dérober en deuxième intention. Cette tactique est très courante au sabre.

## VIII — CONSEILS PEDAGOGIQUES — FLEURET — EPEE — SABRE :

Dès que l'élève possède une bonne technique, les attaques sur la préparation doivent être travaillées à chaque leçon, elles correspondent à la réalité de l'assaut et développent chez l'élève l'à-propos, le coup d'œil et la vitesse.

Les attaques sur la préparation exigent du Maître une attention soutenue surtout lorsqu'il combine les mouvements du bras armé et les déplacements afin de conserver une juste distance.

Comme dans toutes les progressions, le Maître enseigne d'abord les attaques simples ayant pour but de dérober ou d'agir sur des préparations faciles à exploiter. Il augmente la difficulté par le choix de ses préparations, leur ampleur, leur vitesse.

Pour développer au maximum l'à-propos de son élève, le Maître choisit deux préparations différentes qu'il exécute conventionnellement d'abord, puis à la « muette ». Ensuite il varie au maximum ses actions pour se rapprocher le plus possible des conditions de l'assaut. Lorsque le Maître sait attirer son élève en utilisant sa vitesse naturelle et sa vitesse d'exécution, ces exercices sont très attrayants. Ils seront profitables pour aborder l'assaut en exploitant le jeu d'adversaires en déplacements continuels et au fer fuyant.

## CHAPITRE II

# LE CONTRE-TEMPS

### I — DEFINITION :

Le contre-temps est une action offensive exécutée après avoir paré la contre-offensive adverse.

### II — CLASSIFICATION :

Deux éléments techniques contribuent à déterminer la classification du contre-temps.

1) *La façon dont est parée la contre-offensive* : soit d'opposition, soit du tac.

2) *La nature de la finale de l'offensive* : soit qu'elle écarte le fer, soit qu'elle le maîtrise.

En fonction de ces considérations techniques la classification est la suivante :

- 1) Le contre-temps par attaque au fer.
- 2) Le contre-temps par prise de fer.

### III — ETUDE TECHNIQUE :

L'exécution du contre-temps comporte trois phases principales :

- 1) La préparation.
- 2) L'action défensive.
- 3) L'action offensive finale.

**A) La préparation :**

La préparation doit provoquer la contre-offensive, étudiée en détail dans le chapitre précédent. Elle a naturellement un caractère offensif.

**B) L'action défensive :**

Bien qu'intimement liée à l'action finale, elle diffère peu de la parade. Elle doit écarter à temps la contre-offensive et s'exécute de deux façons : d'opposition ou du tac en allongeant le bras soit pour commencer la prise de fer, soit pour loger immédiatement l'attaque.

**C) L'offensive finale :**

L'offensive finale est le prolongement de l'action défensive sans qu'il soit possible de déterminer d'une manière très précise l'instant où se termine la défensive et celui où commence l'offensive finale.

En général, l'offensive se développe :

**1) Par attaque au fer :**

a) Directe ou indirecte au maximum après une parade du tac (ou battement).

b) Indirecte ou composée d'une feinte au maximum après une parade d'opposition (ou pression).

**2) Par prise de fer :**

a) Simple sans intensité après une parade d'opposition.

b) Simple avec intensité et suivie d'attaque indirecte après une parade d'opposition.

**IV — ETUDE TACTIQUE :**

Le contre-temps est l'action type de deuxième intention. Elle consiste à provoquer, par une préparation offensive, la contre-offensive adverse et à en tirer parti.

**A) La préparation :**

Des trois parties dont se compose le contre-temps, la préparation est celle qui exige le plus de sens tactique. Elle nécessite :

1) *Du jugement*, afin de provoquer la contre-offensive dans une ligne favorable.

2) *De la réalité*, afin que l'adversaire pense qu'il exploite avec certitude la préparation sans deviner le piège qui lui est tendu.

**B) L'action défensive :**

C'est la phase la moins tactique puisque son rôle consiste à détourner le fer adverse. Par contre elle nécessite :



- 1) *Une grande notion de distance :*
  - a) Pour ne pas être touché par la contre-offensive ou être obligé de raccourcir le bras pour parer.
  - b) Pour avoir suffisamment de fer afin de le maîtriser.

2) *De la justesse* dans l'exécution de la défensive en proportionnant la vitesse de la parade à celle de la contre-offensive afin d'écartier le fer sans permettre à l'adversaire de tromper ou dérober.

### C) **L'offensive finale :**

Cette dernière phase du contre-temps dépend :

- a) De la nature de l'action défensive.
- b) De la réaction adverse après la parade de la contre-offensive.

D'une manière générale l'offensive finale doit être une action simple interdisant à l'adversaire de se reprendre. La phase finale du contre-temps possèdera toutes les qualités des attaques simples.

## V — **DEFAUTS A EVITER :**

Les principaux défauts à éviter dans le contre-temps sont surtout d'ordre tactique, cependant les défauts techniques suivants sont souvent la cause de l'échec du contre-temps.

### a) *Préparation mal exécutée :*

— L'adversaire perçoit facilement l'intention tactique et peut l'exploiter. Bien souvent elle n'attire même pas une contre-offensive réflexe car trop retenue elle manque de vérité.

### b) *Erreur de distance :*

1) Préparation insuffisamment engagée, par suite d'un déplacement avant trop petit, laisse la possibilité à l'adversaire de soustraire son fer à l'action défensive.

2) Préparation trop engagée, par suite d'un déplacement trop grand, augmente les risques d'être touché par la contre-offensive adverse et nécessite une défensive raccourcie facilitant la défensive adverse sur la phase finale.

### c) *Départ hâtif de la fente ou de la flèche :*

Le bras armé n'a pas complètement terminé son action et le geste final risque de manquer de précision. Ce défaut est courant chez les tireurs qui commencent la fente ou la flèche en même temps que l'action défensive ; ils peuvent être dérobés.

## VI — **DEFENSIVES APPROPRIÉES :**

### A) **Défensives de parti-pris :**

- 1) Parade du contre-temps dans la ligne où il se termine.
- 2) Remise ou reprise de contre-attaque si l'exécution de la finale du

contre-temps tarde à se développer ou si elle est indirecte, composée ou par prise de fer.

#### B) Défensives préconçues :

1) Dérobement du contre-temps par une contre-attaque composée. La feinte de contre-attaque doit avoir toutes les qualités d'une véritable contre-attaque et être renforcée d'appel de pied, le trompement s'exécute en 1/2 fente (Finta in tempo).

2) Remise ou reprise de contre-attaque si le contre-temps se termine par une action indirecte, composée ou par prise de fer.

### VII — CONSIDERATIONS GENERALES — FLEURET :

La contre-offensive est très prisée au fleuret électrique, elle peut être mise en échec par l'emploi d'actions simples mais cette tactique est insuffisante. La contre-attaque en demi-fente diminue la précision de l'attaque qui passe ou atteint une surface « non valable » par suite de la rupture de la juste distance. L'offensive en deuxième intention par contre-temps permet de mettre en échec d'une façon plus sûre la contre-offensive adverse. Elle l'empêche de toucher et offre par suite une offensive variée qui peut se développer en fonction des réactions de l'adversaire. Cette tactique fait appel aux qualités techniques du tireur mais aussi à son intelligence car il doit provoquer la contre-offensive d'une façon naturelle tout en laissant à l'adversaire l'illusion qu'il exploite une faute. Cette condition est essentielle pour provoquer la contre-attaque mais aussi pour l'amener dans la ligne voulue sans risquer d'avoir à subir une contre-attaque composée; l'initiative changeant cette fois de côté.

Lorsque l'adversaire possède un jeu à base de contre-offensive, la difficulté ne réside plus dans le choix de la préparation pour la provoquer mais, dans son exécution afin de ne laisser qu'une seule ligne vulnérable. Il est préférable de choisir celle qui convient au mouvement contre-offensif le plus naturel de l'adversaire, en effet toute autre cible peut augmenter la difficulté et provoquer une perte de temps.

En général la contre-offensive au fleuret est dirigée en ligne basse, ce qui naturellement demande un excellent mécanisme des parades de septime et octave. Toutefois lorsque les préparations employées ont permis de découvrir le réflexe contre-offensif adverse, le contre-temps s'exécutera de « parti-pris » afin d'avoir plus de vitesse et d'efficacité. En effet lorsque la contre-attaque est prévue avec certitude dans une ligne, il n'est pas nécessaire de l'attendre ou de la voir mais préférable d'aller au-devant pour la parer et développer immédiatement l'offensive. Cette façon de faire ne laisse pas à l'adversaire la possibilité de parer ni de dérober.

### VIII — CONSIDERATIONS GENERALES — EPEE :

Les contre-temps à l'épée se font essentiellement par prises de fer afin d'éviter la remise de contre-attaque.

La distance ainsi que la difficulté de s'assurer le fer adverse limitent les préparations aux actions suivantes : feintes classiques ou en avant — battements — coordonnés avec les déplacements avants.

L'action défensive est toujours exécutée d'opposition pour pouvoir

conserver le fer après l'avoir écarté. L'allongement du bras est complet afin d'obtenir une protection entière des avancées et rendre le déroberement difficile.

L'offensive finale se développe, par prise de fer, aux cibles avancées (bras — cuisse) ou au corps. Il n'est pas utile de composer. Exceptionnellement la prise de fer peut être double puisque la contre-offensive s'exécute en rompant, cela permet de conserver la distance en marchant pour s'engager davantage.

Le contre-temps destiné au corps peut s'exécuter en flèche, ce procédé permet une action plus liée et un gain de temps.

Les défensives sont plus variées à l'épée qu'au fleuret grâce au déroberement et aux cibles qu'il peut atteindre. Le déroberement composé et « au contact » est très efficace surtout lorsqu'il est préconçu. Les remises, reprises (classiques ou en cavant) le sont également.

Le contre-temps est une grande partie de l'offensive au corps, son emploi est favorisé par la contre-offensive. Les feintes en cavant et les battements deviennent d'excellentes préparations pour provoquer la contre-offensive. Il est assez rare que la distance permette un engagement pour provoquer un déroberement et encore moins un changement.

L'épéiste qui emploie l'offensive en contre-temps doit toujours être prêt à exécuter son action sur les contre-attaques composées aux avancées. En effet le déroberement, même au contact, est très courant évidemment dans le cas où il est préconçu. Il est indispensable de conserver une certaine réserve dans la première action défensive pour pouvoir reprendre le fer adverse rapidement et correctement dans la ligne où il se présente.

## IX — CONSIDERATIONS GENERALES — SABRE :

Au sabre les contre-temps se font essentiellement par attaque au fer puisque la défensive consiste à arrêter le coup et non à l'écarter. La position de la lame, dans l'exécution de la parade de la contre-attaque qui est naturellement un coup lancé, ne permet pas de saisir le fer pour le maîtriser, d'autant plus que la contre-attaque est immédiatement suivie d'une parade.

Les préparations ne sont pas plus variées au sabre qu'à l'épée. Elles consistent en feintes, classiques ou en cavant, renforcées de battement ou non, mais toujours coordonnées avec les déplacements avant afin de donner plus de réalisme à la préparation et permettre de gagner suffisamment la distance.

L'action défensive est, suivant la préparation, un battement de l'un ou l'autre système. Dans les deux cas elle est exécutée le bras au 3/4 allongé afin d'avoir suffisamment de fer lorsque la contre-offensive est dirigée aux avancées. Dans le cas où la contre-offensive est lancée au corps et en particulier à la tête, l'action défensive doit être prise le bras armé plus raccourci pour protéger la cible efficacement.

L'action offensive peut être directe ou indirecte même composée d'une feinte. Si en escrime de pointe, il n'est pas recommandé de composer, au sabre il n'en est pas de même. En effet les actions défensives naturelles facilement prises après la contre-offensive permettent de parer le contre-temps même parfaitement exécuté.

La feinte de l'action composée finale doit être faite dans la ligne découverte par la contre-offensive de façon à provoquer la parade qui ferme cette ligne. Elle est suivie du mouvement nécessaire pour tromper immédiatement cette parade. Les feintes indirectes ne sont pas à recommander, elles exposent aux remises et reprises de contre-attaque qui peuvent gagner un temps d'escrime sur l'action finale.

D'une manière générale, l'offensive en contre-temps est destinée au corps beaucoup plus qu'aux avancées car les réflexes défensifs étant plus larges, sont alors plus aisément exploités. D'autre part les avancées n'of-

frent que des cibles minimales toujours en mouvement et souvent dans une position parallèle au coup ce qui augmente la difficulté. Enfin étant à distance réduite il faut pour les atteindre contrôler et retenir l'action finale au dépend de la vitesse.

Le contre-temps destiné au corps s'exécute en général en flèche. Le « pas glissé hongrois », coordonné avec les deux premières phases du contre-temps, prépare et facilite le départ de la flèche. Le pied arrière effleure le sol pendant le déséquilibre, l'action est plus liée, mais naturellement cette forme de déplacement interdit le développement. La défensive du contre-temps est très diverse puisqu'elle peut atteindre le corps et les avancées.

Cinq variétés de défensives sont laissées au choix du tireur qui a jugé une attaque en contre-temps :

- 1) La parade fermant la ligne où se termine l'action finale.
- 2) La « finta in tempo » au corps ou à la tête et de préférence en demi-fente.
- 3) La contre-attaque composée aux avancées (classique ou en cavant).
- 4) La remise de contre-attaque (généralement en cavant aux avancées).
- 5) La reprise de contre-attaque (classique ou en cavant aux avancées).

L'ampleur de l'action défensive facilite le trompement, donc le sa-breur doit avoir une connaissance parfaite de son adversaire et une promptitude de réflexes qui lui permettent de continuer son contre-temps même sur les contre-attaques composées. L'obligation de tromper ou dérober sans contact facilite d'ailleurs la parade de la contre-attaque composée.

La possibilité de lancer la contre-offensive sur des cibles différentes pour une même préparation exige un jugement sûr sinon un mécanisme parfait et d'excellents réflexes.

Au sabre comme au fleuret, où nombre de contre-attaques sont exécutées en demi-fente, la différence entre le contre-temps et la parade riposte en deuxième intention est difficile à déterminer surtout lorsque cette dernière est exécutée en fente ou en flèche. Il faut considérer :

- 1) Qu'il y a contre-temps lorsque l'action exécutée exploite la contre-offensive adverse.
- 2) Qu'il y a parade et riposte de deuxième intention lorsque l'action exploite une attaque sur la préparation, volontairement provoquée.

## X — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

Il est difficile d'étudier le contre-temps dans les conditions mêmes de l'assaut puisque les intentions tactiques du tireur sont pratiquement nulles au plastron. Toutefois l'exécution et l'étude technique des différentes parties dont il se compose doivent être travaillées et en particulier la coordination des mouvements combinés du bras armé et des jambes ainsi que le changement de rythme qui en font toute sa valeur.

Le Maître doit décomposer chaque phase du contre-temps et adopter la progression suivante :

- 1) La *préparation*, coordonnée avec le déplacement choisi sera exécutée :

a) Sur le pied avant si le déplacement est une marche ou le pas glissé hongrois.

b) Avec prédominance de l'action du bras si le déplacement est un bond ou une demi-fente.

2) *L'action défensive*, coordonnée avec la finale du déplacement choisi sera effectuée :

a) Sur le pied arrière si le déplacement est une marche.

b) Sur le sursaut du pied avant si le déplacement est le pas glissé hongrois.

c) Sur la pose des deux pieds au sol si le déplacement est un bond.

d) Avant le départ du prolongement de la fente ou de la flèche s'il y a préparation en demi-fente.

3) *L'action offensive*, coordonnée avec la fente ou la flèche se fera :

— En allongeant complètement le bras quel que soit le procédé employé.

Quelle que soit l'arme, le Maître ne passe à l'étude de l'action défensive que lorsque la préparation est parfaite et ne fait développer l'offensive finale que lorsque les deux premières phases sont exactement coordonnées.

Le Maître doit enseigner le contre-temps sans perdre de vue le changement de rythme entre la préparation, dont la vitesse doit être contrôlée tout en restant réelle, et l'attaque au fer ou la prise de fer qui sont extrêmement rapides afin d'éviter le déroberment. Le Maître fait travailler ce changement de rythme sur les deux premières phases du contre-temps, l'action offensive finale doit avoir une vitesse deux ou trois fois supérieure aux deux premières.

Naturellement pour l'étude du contre-temps, le Maître choisit ses actions en allant des plus simples et des plus naturelles aux actions composéee et plus difficiles. Lorsque l'élève a assimilé l'étude technique et possède un bon mécanisme, le Maître peut choisir des exercices à plusieurs intentions. Il enseigne à la « muette », à l'élève d'exécuter l'action qui convient en fonction de celle du Maître.

#### *Exemple :*

L'élève exécute une préparation, le Maître contre-attaque ou s'abstient, l'élève s'empare du fer et continue son action suivant la réaction du Maître convenue à l'avance. Le Maître contre-attaque simple ou composé, l'élève agit en conséquence.

Pour que l'enseignement donné se rapproche le plus possible de la réalité, le Maître doit :

- 1) Conserver une distance exacte justifiant l'action en contre-temps.
- 2) Porter sa *contre-attaque à toucher*, que la cible soit aux avancées ou au corps.
- 3) S'il contre-attaque au corps, *revenir en garde correctement et rapidement* comme à l'assaut.
- 4) Parer de temps en temps le contre-temps et exiger la contre-riposte au fleuret et au sabre, la remise ou la reprise à l'épée.
- 5) Dérober de temps en temps l'action défensive de l'élève afin de contrôler la justesse de ses réflexes, son équilibre et exiger dans ce cas un bond arrière immédiat.
- 6) Apprendre à l'élève toutes les défensives du contre-temps étudié en *l'exécutant lui-même avec le maximum de réalité.*

### CHAPITRE III

## FAUSSE ATTAQUE - FAUSSE PARADE FAUSSE CONTRE-ATTAQUE

#### I — DEFINITION :

Les fausse attaque, fausse parade, fausse contre-attaque sont les simulacres d'une attaque, d'une parade, d'une contre-attaque.

#### II — CLASSIFICATION :

Il y a autant de fausse-attaques, de fausse-parades, de fausse contre-attaques que d'actions vraies du même genre.

#### III — ETUDE TECHNIQUE :

Les fausses attaques, fausses parades, fausses contre-attaques sont des actions plus ou moins prononcées dont les qualités techniques sont identiques à celles des actions pour lesquelles elles doivent être prises, tout au moins au début de leur exécution.



FIG. 98 : La fausse attaque suivie d'un prolongement de fente

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Les fausses attaques, parades, contre-attaques ont pour but de provoquer des réflexes défensifs, offensifs, contre-offensifs et d'en tirer parti.

## V — CONSIDERATIONS GÉNÉRALES :



FIG. 99 : La fausse attaque suivie d'un prolongement en flèche

Toutes les actions utilisées en escrime peuvent être exécutées et employées dans le but d'induire l'adversaire en erreur. Toutes les préparations peuvent, suivant le cas, tromper l'adversaire sur l'intention tactique. Les tentatives de remises, reprises, peuvent également offrir l'occasion d'agir sur les actions adverses qu'elles provoquent.

## LA TACTIQUE DE DEUXIÈME INTENTION

### I — DÉFINITION :

La tactique de deuxième intention est l'art de provoquer chez l'adversaire des actions défensives, offensives ou contre-offensives et d'en tirer parti.

### II — CLASSIFICATION :

Toutes les actions d'escrime peuvent être exécutées en deuxième intention. Elles se classent en deux catégories :

1) Celles qui ont pour but d'exploiter *une erreur de jugement* dûment provoquée.

2) Celles qui ont pour but d'exploiter *un réflexe* dûment provoqué.

Ces actions peuvent avoir un caractère :

- 1) Offensif.
- 2) Défensif.
- 3) Contre-offensif.

### III — ÉTUDE TECHNIQUE :

L'attaque de deuxième intention est précédée d'une préparation dont le choix et l'exécution doivent provoquer le mouvement attendu. Cette

préparation peut être variée, doublée, plus ou moins accentuée, rapide ou lente, suivant l'adversaire et le but qu'elle doit atteindre.

L'attaque se développe en exploitant :

- 1) L'action offensive, défensive ou contre-offensive qui est le résultat d'un jugement erroné.
- 2) L'action offensive, défensive ou contre-offensive qui est le résultat d'un réflexe.

#### IV — ETUDE TACTIQUE :

Le but de ce paragraphe n'est pas d'analyser toutes les actions pouvant s'exécuter en deuxième intention, cette tactique offre un champ trop vaste. Il ne comporte que quelques actions types exploitées suivant les deux hypothèses données au paragraphe précédent.

##### A) Attaques simples en deuxième intention :

###### EXEMPLES :

- 1) *Préparation.* — Feintes de dégagement en 1/2 fente, en partant de la ligne de sixte, destinées à provoquer la parade de quarte.
- 2) *Attaque.* — Attaque par coup droit dans la ligne de sixte après une absence de fer tendant à faire croire au dégagement.

••

- 1) *Préparation.* — Engagements répétés et exagérés dans une ligne pour obliger l'adversaire à changer pour reprendre le dessus des armes et se couvrir.
- 2) *Attaque.* — Attaque en déroband le changement, par dégagement ou par coupé.

##### B) Attaques composées en deuxième intention :

###### EXEMPLES :

- 1) *Préparation.* — Feintes de coup droit en 1/2 fente dans la ligne dedans pour provoquer la parade de quarte.
- 2) *Attaque.* — Attaque par feinte du coup droit dedans-dessous en trompant la parade de quarte par dégagement dessous.

••

- 1) *Préparation.* — Feintes de dégagement en 1/2 fente dessous pour provoquer la parade d'octave.
- 2) *Attaque.* — Attaque par feinte de dégagement dessous-dessus en trompant la parade d'octave.



**C) Attaques au fer en deuxième intention :***EXEMPLES :*

1) *Préparation.* — Battements de quarte suivis de feintes de dégagement dessus pour provoquer une réaction défensive en sixte.

2) *Attaque.* — Battement de quarte coup droit dedans.

\*\*

1) *Préparation.* — Pressions répétées dans une ligne pour s'assurer de la réaction dans cette ligne (contre-pression).

2) *Attaque.* — Pression suivie d'un dégagement dans une autre ligne.

**D) Prises de fer en deuxième intention :***EXEMPLES :*

1) *Préparation.* — Battements de quarte suivis de feintes indirectes ou composées, bras raccourci et en marchant sur un bras allongé la pointe en ligne.

2) *Attaque.* — Simuler le battement et saisir directement le fer par quarte — liez en octave.

\*\*

1) *Préparation.* — Feintes en cavant à la main dessous en 1/2 fente pour provoquer la contre-offensive dessus.

2) *Attaque.* — Feinte en cavant à la main dessous et s'emparer du fer au moment de la contre-offensive, développer la prise de fer par opposition ou enveloppement.

**E) Ripostes en deuxième intention :***EXEMPLES :*

1) *Préparation.* — Exécuter plusieurs fois à la vitesse voulue une préparation provoquant l'attaque et simuler un mouvement défensif réflexe attirant l'attaque composée dans la ligne voulue.

2) *Finale.* — Parer l'attaque composée et riposter.

\*\*

1) *Préparation.* — Exécuter plusieurs fois sur la préparation adverse le même mouvement défensif comme un réflexe incontrôlé mais ayant pour but de faciliter l'attaque.

2) *Finale.* — Parer l'attaque au moment où elle se déclenche par une autre parade que celle que l'adversaire espérait exploiter, riposter.

**F) Contre-ripostes en deuxième intention :***EXEMPLES :*

1) *Préparation.* — Attaquer plusieurs fois mais avec une certaine réserve pour découvrir la parade-riposte de prédilection de l'adversaire.

2) *Finale.* — Attaquer puis parer la riposte et contre-riposter dans la ligne choisie.

**G) Contre-attaques en deuxième intention :***EXEMPLES :*

1) *Préparation.* — Sur les préparations par feintes, donner l'impression à l'adversaire de chercher le fer dans toutes les lignes où il se présente afin de faire croire à la réussite d'une action composée.

2) *Finale.* — Contre-attaquer l'action composée dans une ligne choisie en prenant un temps d'escrime.



1) *Préparation.* — Sur la préparation adverse, prendre la parade de contre de sixte comme par réflexe involontaire pour provoquer l'attaque par doublement.

2) *Finale.* — Exécuter un temps d'interception d'octave sur ce doublement.

**H) Remises — Reprises en deuxième intention :****I) Contre-temps — Finta in tempo :**

Ces actions ont été décrites et étudiées tactiquement en deuxième intention dans les chapitres correspondants.

**J) Contre-arrêt — « Finta in cavazione di tempo » :**

Ces actions s'exécutent aux avancées, donc elles ne s'emploient qu'à l'épée et au sabre.

*EXEMPLES :**Le contre-arrêt :*

1) *Préparation.* — Exécuter plusieurs feintes d'attaque aux avancées pour provoquer la contre-offensive.

2) *Finale.* — Contre-attaquer en cavant la contre-offensive adverse à l'instant où elle va toucher.



*Finta in cavazione di tempo :*

1) *Préparation.* — Donner l'impression de vouloir attaquer par contre-temps pour provoquer la défensive par contre-attaque composée (Finta in tempo).

2) *Finale.* — Contre-attaquer en cavant à la manchette en déplaçant la cible à l'aide d'un bond arrière et latéral.

**V — CONSIDERATIONS GENERALES :**

La tactique en deuxième intention doit être présente en permanence dans l'esprit du tireur. Elle permet de varier l'offensive mais parfois elle s'impose obligatoirement. En effet, le tireur ne se trouve pas toujours dans la possibilité de porter des actions d'à-propos. Il peut être en infériorité : de vitesse, de mécanisme, de technique ou rencontrer un excellent pareur. Dans ces cas il a peu de chance de s'imposer. Grâce à la tactique de deuxième intention un tireur intelligent peut mettre en échec un jeu supérieur en technique, plus particulièrement à l'épée. Lorsqu'à la suite d'une préparation un tireur découvre un réflexe, il est indispensable de ne pas l'exploiter immédiatement mais au contraire de changer et de donner l'impression de rechercher une action différente.

La meilleure tactique de deuxième intention consiste à exploiter les points forts du jeu adverse, ils sont d'ailleurs bien souvent des réflexes de prédilection offensifs, défensifs ou contre-offensifs. Certains tireurs adoptent une tactique tout à fait différente et préfèrent les éviter. Cela est recommandé dans certaines circonstances, mais l'offensive de deuxième intention ne doit pas être préparée en contrariant le jeu adverse. C'est là toute l'importance du choix de la préparation qui ne doit pas mettre l'adversaire en éveil, l'obliger à varier son jeu et à exécuter d'autres actions que celles qu'il préfère. Car alors il risque de les moins bien exécuter avec une vitesse différente, d'où une nouvelle période d'observation mise à profit par l'adversaire.

Les préparations sont plus ou moins prononcées, suivant l'intention tactique :

- 1) Pour provoquer le réflexe escompté.
- 2) Pour éviter d'être touché par ce réflexe s'il est défensif-offensif, offensif, contre-offensif.

La fausse attaque qui permet de varier le plus facilement la profondeur de la préparation doit être :

- 1) Très prononcée pour provoquer une parade qui doit être trompée.
- 2) Légèrement moins prononcée pour provoquer une parade-riposte et toucher en contre-riposte.
- 3) Très réservée pour provoquer une contre-attaque et l'exploiter en contre-temps, contre-arrêt, etc.

Certains escrimeurs emploient le terme « troisième intention ». Il n'y a pas de troisième intention car le tireur qui devine l'intention tactique de son adversaire, même si celle-ci est de la deuxième intention, ne pratique en fait que de la deuxième intention sur celle qu'il a dévoilée.

Il est évident que l'emploi des actions en deuxième intention est très délicat. Un tireur confirmé à l'esprit prompt devine ou pressent rapidement l'intention tactique de son adversaire, confiant dans son coup d'œil,

ses parades et sa notion de la distance. Seule une préparation bien choisie et bien exécutée peut porter ses fruits.

## VI — CONSEILS PEDAGOGIQUES :

A la leçon il est impossible de se placer dans les conditions tactiques de l'assaut. Le Maître, et ceci est très pédagogique, cherche toujours à placer son élève dans des conditions telles qu'il puisse exécuter l'action demandée avec le maximum de correction. Il n'en est pas de même à l'assaut où un tireur essaye de contrarier ou d'utiliser au maximum le jeu et les intentions de son adversaire.

Donc, si la tactique de deuxième intention ne peut être véritablement retrouvée à la leçon, elle peut par contre être étudiée par un travail conventionnel s'en rapprochant le plus possible, sous forme d'exercices d'assaut raisonnés. Dans cette alternative, l'initiative vient naturellement de l'élève qui, par une préparation, doit provoquer une réaction logique de la part du Maître, l'élève exploite la réaction provoquée et le Maître en facilite l'exécution finale en adoptant une position classique qui permet à l'élève de terminer convenablement son action. Le Maître doit faire étudier techniquement les différentes actions en deuxième intention découlant d'une même préparation. L'élève apprend ainsi à exploiter toutes les réactions qu'il peut provoquer à l'assaut en fonction de son idée tactique. Pour se rendre compte du sens tactique de l'élève, le Maître peut faire assaut avec lui, mais sous forme raisonnée. C'est-à-dire que chaque fois qu'il le juge utile, il critique ou commente ce que l'élève a fait ou aurait dû faire sur telle ou telle action qu'il a provoquée. L'assaut raisonné est difficile à conduire, le Maître ne doit pas contrarier systématiquement le jeu de l'élève ni lui faciliter ses actions, mais répondre logiquement à ses préparations lorsqu'elles sont correctement exécutées. Ce genre d'assaut est très profitable, il oblige l'élève à penser et à s'appliquer. Le Maître corrige les fautes instantanément, qu'elles soient tactiques ou techniques, et doit en expliquer clairement la cause. Ainsi préparé l'élève est beaucoup moins désarmé à l'assaut.

## CHAPITRE IV

# LES QUALITÉS A DÉVELOPPER CHEZ L'ESCRIMEUR

L'escrime est un sport qui peut être pratiqué par toute personne normalement constituée. Elle nécessite des qualités générales propres à tous les sports, ainsi que d'autres plus particulières et nécessaires à la réussite dans cette discipline sportive.

Ces qualités se classent en trois groupes distincts. Elles sont physiques — intellectuelles — morales. Chaque groupe se subdivise lui-même en plusieurs catégories.

### I — QUALITÉS PHYSIQUES :

Les qualités physiques nécessaires à une bonne pratique de l'escrime sont : sensorielles — nerveuses — musculaires — fonctionnelles.

#### A) Qualités sensorielles :

Les qualités sensorielles qui doivent être le plus particulièrement développées chez un escrimeur sont les suivantes :

##### 1) *Tactiles* :

La sensibilité tactile, donne le doigté et crée le sentiment du fer nécessaire à toutes les actions au fer ainsi qu'à la précision à l'instant de la touche.

##### 2) *Visuelles* :

L'acuité visuelle permet d'acquérir une notion exacte et permanente de la distance. C'est ainsi que le « coup d'œil » enregistre la nature de l'action qu'exécute l'adversaire dans un laps de temps infiniment réduit.

**B) Qualités nerveuses :**1) *La conductibilité nerveuse :*

Est essentielle chez l'escrimeur qui doit exécuter dans une fraction de seconde l'action que lui commande son cerveau afin qu'elle ait des chances de succès.

2) *L'à-propos :*

Est la promptitude du réflexe ; il permet d'exécuter dans un laps de temps très court l'action justifiée qui prend l'adversaire « à court ».

3) *La résistance nerveuse :*

Est une résistance propre aux sports où le pratiquant doit toujours rester en éveil. Un effort permanent est demandé au système nerveux. Cette tension est épuisante. La répétition des compétitions en diminue, par l'habitude, les effets qui sont très soudains et laisse le tireur « vidé » sans réaction et comme épuisé physiquement.

**C) Qualités musculaires :**1) *La souplesse :*

Résulte d'une décontraction permanente de tous les muscles non sollicités, et permet l'exécution d'un geste immédiat sans raideur nuisible à la précision.

2) *La vitesse :*

Est une qualité innée qui présente des variations, la vitesse des membres inférieurs pouvant être différente de celle des membres supérieurs.

En escrime, comme dans tout sport très technique, il se crée une vitesse de coordination grâce à la répétition du geste. Elle est plus importante que la vitesse naturelle, car seule elle est contrôlée et susceptible de variations de rythme telles que l'accélération.

3) *La détente :*

Qualité musculaire innée elle aussi, dépend de la tonicité musculaire. Elle se développe grâce à des exercices de musculation appropriés à l'escrime.

**D) Qualité fonctionnelle :***La résistance :*

Est indispensable à la longueur des compétitions d'escrime qui exigent de toutes les grandes fonctions : cardiaques — pulmonaires, etc., un rendement maximum et soutenu. Du fonctionnement régulier de ces organes, de leur récupération après l'effort dépend la mise en valeur des autres qualités. Elle s'acquiert à l'entraînement.

**II — QUALITES INTELLECTUELLES :**

Les qualités intellectuelles mettent en valeur les qualités physiques.

A qualités égales de technique, de force physique, elles donnent l'avantage au « tireur le plus fin ».

#### A) Intelligence :

L'intelligence est une qualité primordiale de l'escrimeur, qui peut la posséder à un degré plus ou moins élevé. Elle permet d'adapter son jeu à celui des différents adversaires, ainsi qu'aux variations de tactique pendant l'assaut.

Certains escrimeurs font montre d'une intelligence particulière à l'escrime, ils semblent posséder un sens inné de ce sport et s'adaptent instantanément à toutes les circonstances. Par contre des personnes très intelligentes n'arrivent pas à transposer celle-ci sur le plan escrime, et les résultats qu'elles étaient en droit d'obtenir s'en ressentent.

#### B) Jugement :

Le jugement dépend de l'intelligence du tireur. Il permet grâce à la connaissance de l'escrime d'adopter une tactique justifiée par le jeu adverse, voire même de provoquer les actions adverses pour ensuite les exploiter.

### III — QUALITES MORALES :

Les qualités morales complètent les qualités physiques et intellectuelles. D'elles dépend la réussite, ainsi que la valeur réelle de cette réussite.

#### A) Volonté :

La volonté est indispensable à l'escrimeur, elle lui permet de vaincre. Le résultat ne peut être obtenu que lorsque la volonté est mise au service de toutes les qualités physiques et intellectuelles. Sans elle le tireur « manque d'âme », et ne possède les ressources aptes à retourner une situation momentanément à son désavantage par quelque raison que ce soit.

#### B) Honnêteté :

L'honnêteté doit être mise en exergue. Une victoire n'a de valeur que si elle est acquise réglementairement, sans avoir recours à tous les artifices que sont : le doping, les truquages vestimentaires ou d'armement (interprétation personnelle du règlement).

Toutes ces qualités font la valeur de l'escrimeur. Qu'elles soient innées, perfectibles, elles devront être constamment présentes à l'esprit du Maître d'armes. La durée de son enseignement, le caractère personnel, voire assez intime de la leçon, font que le Maître a sur ses élèves une influence certaine et celle-ci sera d'autant plus bénéfique que ses propres qualités seront exemplaires.

Dès qu'il le juge nécessaire, le Maître dispute quelques assauts avec ses élèves afin de mieux les connaître. La personnalité, le caractère d'un escrimeur, se reflètent exactement dans la façon de mener le combat. Un vieux proverbe ne disait-il pas : « Montres-moi comment tu tires et je te dirai qui tu es. » Ce procédé excellent offre au Maître les meilleures occasions pour corriger les fautes techniques, développer les points faibles, orienter et conseiller la tactique convenant le mieux aux qualités physiques, intellectuelles et morales de son élève.

## CHAPITRE V

# LES LEÇONS D'ESCRIME

La leçon d'escrime permet d'apprendre les divers mouvements d'attaque et de défense nécessaires pour faire assaut. A différents degrés elle permet également de perfectionner ces mouvements, d'acquérir ou maintenir la condition physique.

La leçon d'escrime peut être *collective* ou *individuelle*. Sous ces deux formes elle présente plusieurs variétés.

### La leçon collective :

Le sport est devenu à notre époque un fait social qui suscite l'engouement des jeunes gens, filles ou garçons, et contribue à la stabilité physique chez les adultes qui continuent à s'y adonner après qu'ils aient dépassé l'âge de compétiteur sans autres ambitions que de se maintenir en condition physique par sa pratique rationnelle, et ainsi mieux remplir les charges afférentes à leur emploi.

L'escrime sportive, à l'instar des autres sports, voit également croître ses effectifs dans des proportions ayant un rapport avec le nombre de licenciés d'antan. L'époque où le Maître se suffisait à lui-même pour instruire les escrimeurs est révolue. Il s'est parfois adjoint un autre Maître ; ou encore un ou plusieurs Prévôts pour distribuer un enseignement individuel à chacun de ses élèves. Mais, cette formule s'est avérée dépassée, soit s'il n'arrivait à consacrer suffisamment de temps à chaque escrimeur pour que le travail et les progrès qui en découlent soient réels, soit encore qu'il ne pouvait donner la leçon à tous.

Et, il était choquant pour un entraîneur d'un tout autre sport à son entrée dans une Salle d'Armes d'apercevoir dix à quinze escrimeurs ou aspirants escrimeurs assis sur une banquette attendant le court instant où le Maître, ou l'un de ses adjoints, pourraient enfin leur donner la leçon d'escrime au plastron. Si pour des escrimeurs confirmés, ayant la possibilité de « faire assaut », ce processus était un moindre mal, il n'en était hélas de même pour les débutants qui donnaient environ deux heures de leur temps, tellement précieux dans notre vie moderne, pour quelques brèves minutes de travail effectif.

De plus, méconnaissant en général les règles élémentaires sportives, ces jeunes gens quittaient-ils encore leur siège pour venir directement,



sans échauffement préalable, s'adonner à quelques mouvements d'escrime. Cinq minutes minimum étant nécessaires à l'échauffement de l'escrimeur, ils ne bénéficiaient ainsi que de quelques cinq autres minutes de véritable leçon, celle-ci ne dépassant que très rarement le cap des dix à quinze minutes.

Le problème était posé, et s'avérait très facile à résoudre, il n'y avait qu'à jeter un coup d'œil sur les lieux des autres disciplines sportives pour en voir les pratiquants s'entraîner collectivement sous la direction de l'instructeur. C'est ainsi, qu'il est vain de citer entre autres sports la natation, l'athlétisme, le judo, qui lui, pourtant est également un sport de combat.

Mais d'assez conséquentes difficultés restaient à résoudre, principalement celle concernant l'esprit traditionaliste de l'escrimeur qui ne concevait l'entraînement qu'au plastron du Maître, arguant encore que tout autre processus de travail en commun nuirait à ses réflexes de tireur puisqu'il devrait prendre des positions particulières facilitant des touches de son partenaire. Il assurait qu'il n'y gagnerait que des défauts et n'entreprendrait ni sa vitesse, ni sa coordination.

L'erreur d'interprétation qu'il commettait venait du fait qu'il voulait se substituer au Maître sans penser que le travail collectif est tout autre. Dans la suite de cet exposé l'on étudiera en détail la méthode de travail collectif. Avant d'en arriver à ce stade, il importe encore de résoudre d'autres difficultés. Celles-ci proviennent en particulier des différences d'âge existant entre les pratiquants et qui influent sur la conception de l'escrime.

Puis encore d'autres différences, techniques par exemple, très réelles, qui dépendent des années de pratique, de la « force de tireur ». L'arrivée à la Salle d'Armes à des heures variant suivant les occupations de chacun crée un nouvel handicap à la formation d'un groupe de travail. Et encore faut-il qu'il y ait un nombre d'escrimeurs suffisant pratiquant la même arme.

Toutes ces difficultés ne sont pas insurmontables, une certaine discipline sportive permet de les résoudre, mais il est évident que l'entraînement des escrimeurs dans les établissements scolaires, dans les centres sportifs industriels ainsi que dans les salles militaires, où les pratiquants viennent s'adonner à leur sport favori à des heures régulières ne soulèvent pas les mêmes problèmes et facilitent le travail collectif. Les salles d'entraînement sont en général de vastes gymnases bien aérés et ne présentent pas l'exiguïté des Salles d'Armes des Cercles d'Escrime qui ne permettent que difficilement un véritable entraînement collectif.

Le but de cet exposé n'étant pas d'en démontrer parfois l'impossibilité, mais au contraire d'en délimiter les grandes lignes lorsqu'il s'avère réalisable. Voyons ce qu'elles sont.

## I — DUREE DE LA LEÇON :

Celle-ci peut être variable, mais de 45 à 60 minutes environ et se décomposant comme suit :

### a) *Mise en train ou échauffement :*

De cinq à dix minutes de mouvements généraux intéressant les bras, les jambes, le tronc, ainsi que quelques exercices réflexes.

### b) *Educatifs spéciaux à l'escrime :*

De cinq à dix minutes comportant des exercices à base de « déplacements escrime », tels que : marche — fente — bond — retraite — flèche, ou combinés entre eux, de ces différents mouvements.

c) *Leçon d'escrime :*

De vingt à trente minutes pouvant débiter par une partie révision de la séance précédente, se continuant par l'étude d'une ou plusieurs actions offensives, puis de leurs défensives, sans omettre de travailler leur emploi tactique à l'assaut.

d) *Assaut conventionnel ou jeux adaptés à l'escrime :*

De cinq à vingt minutes environ, l'assaut s'exécutant sur un thème donné et ayant un rapport avec la dominante de la leçon.

Ceci est un canevas, il peut s'adapter aux différents types de leçons qui suivront et laisse la possibilité d'en modifier la durée des composantes en fonction des buts recherchés par l'instructeur.

Avant de s'engager plus avant, il importe de définir à quelles catégories d'escrimeurs la leçon collective s'adresse. La réponse est facile, à toutes les catégories sans restriction.

Si, en général, elle n'est actuellement appliquée qu'aux débutants pour leur enseigner les mouvements fondamentaux de l'escrime, le Maître dirige sa leçon tel un moniteur sa leçon d'éducation physique, elle doit aussi revêtir une autre forme plus technique lorsque les mouvements de base sont assimilés.

A ce stade, elle consiste soit en une leçon d'étude pour apprendre la technique d'un mouvement, soit en une leçon de perfectionnement technique ou tactique grâce aux différentes variantes pouvant précéder toutes actions et intéresse les escrimeurs possédant un bagage technique plus ou moins complet.

Elle convient également aux escrimeurs confirmés, de classe nationale et internationale et peut, dans ce dernier cas, s'apparenter sous des formes diverses à une leçon conventionnelle d'assaut comportant des exercices à « plusieurs intentions ».

Trois grands types de leçons adaptables aux trois armes vont être exposés dans les lignes suivantes.

Ce sont les leçons :

- *D'Etude.*
- *D'entretien ou d'entraînement.*
- *D'assaut.*

## II — LA LEÇON D'ETUDE :

Elle s'adresse à tous les escrimeurs quel que soit leur niveau technique :

- A un débutant, pour apprendre une action nouvelle.
- A un escrimeur confirmé, pour corriger un défaut ou se familiariser avec toutes les variétés d'une action, ou encore pour apprendre toutes les défensives ayant pour but de mettre en échec un mouvement offensif adverse.
- A un compétiteur, pour lui faire connaître les différents procédés tactiques rendant l'action véritablement efficace à l'assaut, ainsi qu'en l'étude des diverses préparations permettant de porter un coup à des adversaires aux caractères et réactions dissemblables.

Cette leçon consiste en l'étude complète et détaillée d'une ou deux actions et des défensives ou contre-offensives appropriées. Elle peut, si né-

cessaire, comporter une brève révision de mouvements précédemment appris. Cette partie révision peut se placer à l'instant où l'instructeur sent l'attention de ses élèves lui échapper. Mais toutes les variétés d'exécution dont peut s'enrichir une action doivent permettre d'éviter cet expédient.

### III — LA LEÇON D'ENTRETIEN OU D'ENTRAÎNEMENT :

Elle ne s'adresse qu'à deux catégories d'escrimeurs :

— A des élèves possédant un certain niveau technique, afin de leur faire réviser à un rythme soutenu des mouvements qu'ils connaissent déjà.

— A des escrimeurs au bagage technique complet, pour les maintenir en condition physique et technique.

Cette leçon peut varier en durée suivant le rythme qui lui est imposé et comprendra quatre ou cinq actions allant du simple au composé en alternant également les diverses défensives réciproques. De plus, elles seront choisies de telle sorte qu'elles atteignent à chaque fois une cible différente et nécessitent ainsi l'emploi de toutes les parades.

Les escrimeurs qui subissent momentanément l'offensive parent et ripostent de temps à autre, ou contre-ripostent dans des lignes différentes pour développer le mécanisme du partenaire, et ne pas l'habituer à d'immuables réflexes.

Chaque nouvelle action doit être précédée de préparations variées ; exécutées sur des préparations comportant ou non un contact des fers préalable.

### IV — LA LEÇON D'ASSAUT :

Comme sa dénomination le laisse supposer, elle ne s'adresse qu'à des escrimeurs préparant une compétition. L'intensité qui la caractérise demande qu'elle soit plus réduite et même entrecoupée d'explications rendues nécessaires par le caractère tactique qu'elle présente.

Cette leçon peut comporter de huit à dix actions de base : offensive, défensive, contre-offensive, afin de respecter l'alternance de l'effort. Les escrimeurs qui supportent l'action de base, varient de temps à autre et sans prévenir : la distance, les réactions ; le partenaire devant immédiatement s'adapter à chaque réflexe adverse.

Il est bien entendu que l'action conventionnelle de base sera toujours simple et intéressera à chaque changement une ligne ou une cible différente. La progression ne réside pas dans le choix de l'action de base, mais plus exactement dans la difficulté sans cesse croissante qu'il y a d'exploiter les réactions diverses.

Voici à titre d'indication, un exemple donné pour une action conventionnelle de départ exécutée par « battez-dégagez ».

Le partenaire se laisse toucher par l'attaque — pare et riposte — augmente la distance — dérobe le battement — contre-attaque avant la finale — pare et ne riposte pas — pare et riposte composé — attaque entre deux actions, etc.

Ayant exposé les différents types généraux de leçons qui peuvent, d'ailleurs, se subdiviser chacun suivant le but que l'instructeur recherche par l'apport d'une dominante quelconque à caractère technique, foncier ou tactique, il reste à définir le déroulement propre de la leçon qui s'adapte sans difficulté aux trois variétés déjà citées.

Dans ce déroulement de la leçon collective, il faut analyser les différentes formations, ainsi que la façon dont elle doit être dirigée par l'instructeur.

#### V — DIFFERENTES FORMATIONS :

Celles-ci seront très variées pour les deux premières parties de la leçon comportant l'échauffement et les éducatifs spéciaux. L'instructeur pouvant adopter suivant le nombre de ses élèves les formations en ligne, en demi-cercle, voire même en cercle, sur un ou deux rangs en fonction des exercices pratiqués.

Pour la leçon proprement dite, deux formations sont particulièrement recommandées, celle où les élèves sont disposés en ligne sur deux rangs ou encore en arc de cercle également sur deux rangs.

#### VI — DEROULEMENT DE L'INSTRUCTION :

Quelle que soit la séance choisie, le Maître doit procéder d'une façon identique à celle d'un Moniteur d'Education Physique en ce qui concerne les deux premières parties de la leçon. Pour la suite de celle-ci, il doit, afin qu'elle soit bénéfique, respecter les quatre phases suivantes.

#### VII — DEMONSTRATION — EXPLICATION — CORRECTION — VERIFICATION :

Il importe de reprendre chacune d'elles et de les examiner en détails.

##### A) La démonstration :

Elle sera faite à l'aide d'un adjoint ou de l'élève le plus doué, et comprend deux parties distinctes ; la première portant sur les positions de départ et réactions de l'escrimeur qui subit l'action, la seconde sur celles de celui qui l'exécute.

##### B) L'explication :

Elle doit être donnée par le Maître de façon très détaillée et porter sur toutes les positions, actions ou réactions qui seront prises ou exécutées pour qu'elles ne prêtent pas à contestation et restent constamment identiques à celles observées à l'assaut ainsi que le veut la logique.

##### C) La correction :

Le Maître doit continuellement garder dans son champ visuel tous les escrimeurs de son groupe et rectifier les moindres erreurs, quitte, si cela est nécessaire, à réitérer la démonstration. Il va ainsi sans cesse de l'un à l'autre jusqu'à la parfaite exécution pour tous du mouvement exigé.

##### D) La vérification :

Celle-ci consiste en une nouvelle démonstration, mais exécutée par

deux élèves choisis au hasard et permet, tout en accordant quelques minutes de détente au reste de la classe de s'assurer si l'exercice a été bien assimilé. Cette méthode développe l'esprit d'observation et de critique des élèves toujours prêts à relever la plus petite faute commise par leurs deux camarades et, s'avère donc bénéfique par l'attention soutenue qu'ils y apportent.

Si le nombre des élèves que doit comporter un groupe travaillant collectivement est laissé au choix de l'instructeur, celui-ci ne devra pourtant pas être inférieur à huit ou supérieur à vingt, ce qui diminuerait l'attrait dans le premier cas ou rendrait la surveillance technique trop difficile dans le second.

La formation pédagogique de l'instructeur doit encore lui permettre de répartir ses élèves par deux, en les couplant par taille ou inversement suivant l'exercice demandé, par valeur technique égale ou différente, toujours dans le but précis qu'il recherche momentanément à atteindre. De même, il veillera à ce que tous ses escrimeurs droitiers et gauchers travaillent alternativement entre eux; il donnera à cette occasion les explications qui motivent les différences techniques ou tactiques pour une semblable action exécutée entre deux escrimeurs ne pratiquant pas de la même main.

Les avantages qu'offre la leçon d'escrime collective et qui ont été développés tout au long de sa présentation ne peuvent qu'encourager les dirigeants sportifs à favoriser cette méthode moderne d'enseignement. Elle se rapproche, d'ailleurs, beaucoup plus de l'escrime de compétition que ne le permet la leçon individuelle où le Maître toujours soucieux de l'esthétique des mouvements tend à faciliter la finale de l'action à l'inverse de tout adversaire qui utilise au maximum ses moyens techniques et tactiques pour contrarier le jeu adverse.

Ce processus d'entraînement facilite la compréhension de l'escrime beaucoup plus que celui du travail individuel au plastron, mécanisant l'escrimeur sur quelques leçons types peu variées, ne mettant pas la plupart du temps en jeu l'intelligence de l'exécutant.

A tour de rôle, les élèves exécutent l'action prescrite et s'aperçoivent ainsi des défauts qui nuisent à son efficacité lorsqu'ils la subissent et par là même, s'en corrigent consciemment beaucoup plus rapidement.

Toutes ces raisons ne doivent pas pourtant entraîner la suppression totale de la leçon individuelle qui permet au Maître de détecter chez un escrimeur les actions qui s'adaptent tant à sa morphologie qu'à son caractère et qui deviennent nécessaires à un certain stade de l'entraînement pour parfaire l'escrimeur appelé à disputer des compétitions de niveau national et international.

### **La leçon individuelle :**

La leçon individuelle qui ne devrait être donnée qu'à un élève confirmé est au contraire la leçon la plus pratiquée dans les salles d'armes. Ceci découle des raisons suivantes :

1) Les jeunes élèves quittent leur cours à des heures différentes, les escrimeurs adultes ont des situations qui ne leur permettent pas d'arriver à la même heure en salle.

2) Un club se compose de catégories différentes d'escrimeurs allant du débutant au tireur confirmé, qui rendent impossible en cas d'arrivée simultanée à la salle un travail collectif bénéfique et intéressant pour chacun d'entre eux.

3) La pratique de la leçon collective étant récente, son adoption en salle est souvent difficile. Nombre d'anciens escrimeurs n'ont jamais pris de leçon collective et ne conçoivent l'entraînement qu'au plastron du Maître. Ceci demande moins d'attention de leur part et ils arguent à tort que donner la leçon nuit aux réflexes de tireur et crée des défauts.

Ce point de vue trouve une oreille attentive chez les jeunes escrimeurs, et rend extrêmement difficile toute tentative de travail collectif.

La leçon individuelle doit être empreinte des mêmes qualités de progression, d'alternance du travail musculaire, etc. que la leçon collective. Le Maître ne pouvant consacrer qu'un temps limité à chaque élève, de 20 à 30 minutes environ, exige qu'il se soit échauffé avant de venir au plastron. Dix minutes sont nécessaires à cet échauffement généralisé (bras, jambes, tronc) qui doit encore comporter quelques éducatifs spéciaux à l'escrime (déplacements). L'élève ainsi préparé est immédiatement réceptif à la leçon du Maître qui exige dès le début un rythme soutenu, sans aucun risque de claquage.

La leçon individuelle comprend trois variétés qui conviennent à l'escrimeur suivant les nécessités du moment. Ce sont : la leçon d'étude, la leçon d'entraînement, la leçon d'assaut.

#### **La leçon d'étude :**

La leçon d'étude s'adresse à tous les escrimeurs et à tout niveau d'instruction.

1) A un débutant pour apprendre une action.

2) A un escrimeur confirmé pour corriger un défaut ou apprendre toutes les variétés d'une action.

3) A un fort compétiteur, pour lui faire connaître les différents procédés tactiques, les diverses préparations permettant de porter une même action à plusieurs adversaires aux caractères et réactions dissemblables.

Cette leçon consiste en l'étude complète et détaillée d'une action d'escrime et de ses défensives appropriées. Elle peut comporter une révision légère d'une ou deux autres actions précédemment apprises afin de ne pas laisser l'élève. Cette partie « révision » étant placée au moment où le Maître sent l'attention de son élève lui échapper. Les variétés d'exécution d'une même action d'escrime rendront la leçon attrayante et éviteront cet expédient.

#### **La leçon d'entraînement :**

La leçon d'entraînement s'adresse à deux catégories d'escrimeurs.

a) Elle est donnée pour faire réviser, à un rythme soutenu, les actions précédemment étudiées à des escrimeurs ayant un certain niveau technique.

b) Elle est donnée à des escrimeurs possédant un bagage technique complet pour les maintenir en condition physique et technique.

Cette leçon d'une durée de 20 à 30 minutes suivant le rythme à laquelle elle est donnée, comprend 4 ou 5 actions et leurs défensives. Les actions doivent à chaque fois atteindre une ligne ou une cible différente et nécessitent ainsi l'emploi de toutes les défensives. Le Maître pare et riposte de temps à autre l'attaque, ou pare la riposte et contre-riposte afin de développer le mécanisme et l'à-propos de son élève. Pour ne pas l'habituer aux mêmes réflexes le Maître varie ses parades, ses ripostes, ses contre-ripostes. Chaque action doit être précédée de préparations variées ou exécutées sur des préparations différentes, ce qui correspond à l'escrime pratiquée à l'assaut.

**La leçon d'assaut :**

La leçon d'assaut, comme sa dénomination l'indique, s'adresse à un tireur préparant une compétition. L'intensité qui la caractérise demande qu'elle dure moins que les autres leçons, 10 à 15 minutes environ. Cette leçon comporte 3 ou 4 actions offensives, défensives et contre-offensives. Afin de respecter l'alternance de l'effort demandé à l'élève, le Maître énonce l'action de base, puis il varie, sans en prévenir l'élève, ses réactions, la distance, etc.

*Exemple :* Sur une action conventionnelle de départ, il : laisse toucher — pare et riposte — augmente la distance — contre-attaque — pare ne riposte pas — attaque entre deux actions — trompe la préparation — change la sienne, etc.

L'élève doit immédiatement exploiter la réaction du Maître de la façon la plus simple. Ce travail se fait invariablement sur une action conventionnelle défensive, ou contre-offensive.

Le Maître corrige de la voix les erreurs techniques ou tactiques de l'élève sans interrompre comme dans la leçon d'étude, l'action en cours. Il s'attache aussi à varier sa vitesse, son rythme, sa distance, touchant par là d'assimiler son jeu à celui d'adversaires différents.

Il est bien entendu que les actions conventionnelles de départ seront simples comme cela se pratique à l'assaut. La progression de cette leçon réside dans la difficulté sans cesse croissante pour l'élève d'exploiter les réactions du Maître.

Cette leçon est très difficile à donner. Elle se rapproche de l'assaut auquel elle ne peut emprunter le travail en deuxième intention, l'initiative venant toujours du Maître.

A titre d'exemple, une leçon type d'entraînement à chaque arme est présentée en fin de ce dernier chapitre. Cette leçon peut également servir de canevas aux deux autres variétés de leçon.

## TYPES D'ENTRAINEMENT

### FLEURET

**I — ATTAQUE SIMPLE :**

*Dégagez dans la ligne dedans.*

- Moyenne distance : sur l'engagement du Maître.
- Grande distance : précédée de l'engagement (marche).
- Grande distance : en dérochant l'engagement et sur la marche du Maître.

**Parades simples et ripostes :**

- Moyenne distance : Quarte — riposte directe.
- Grande distance : Quarte en marchant — riposte par dégagement dessous.
- Moyenne distance : contre de sixte en rompant — riposte par dégagement en flèche.

**II — ATTAQUE COMPOSEE :**

*Feinte du coup droit dans la ligne dedans — Trompez la parade de quarte.*

- Moyenne distance : par dégagement dans la ligne dessus.
- Grande distance : par coupé dans la ligne dessus.
- Grande distance : par dégagement dessous sur la parade et la marche du Maître.

**Parades composées et ripostes :**

- Quarte et sixte :
- riposte par dégagement dessus.
- riposte par coupé dessus (pression).
- Quarte septime : riposte directe dessous.
- Quarte et contre en rompant : riposte par 1-2.

**III — ATTAQUE AU FER :**

*Battez sixte, doublez.*

- Moyenne et grande distance.
- Sur la marche du Maître.

**Parades composées et ripostes :**

- Contre de sixte quarte — coupé.
- Contre de sixte quarte — croisé.
- Deux contres de sixte (le 2<sup>e</sup> en rompant) oppositon en fente.

**IV — PRISE DE FER :**

- A moyenne distance sur l'allongement du bras du Maître.
- A grande distance en contre-temps (engagement de sixte en marchant dérobé par le Maître).

**Défensives :**

- Octave en rompant — Riposte d'opposition dessous.
- Quarte basse en cédant et en marchant — Riposte directe.
- Dérobement en demi-fente.

**V — EXERCICE A PLUSIEURS INTENTIONS :****Feinte de dégagement en marchant :**

- 1) Suivie du coup droit si il n'y a pas de réaction de la part du Maître.



2) Suivie du trompement d'une parade si le Maître pare quarte ou contre de sixte.

3) Suivie d'un battement de quarte coup droit si le Maître arrête dedans.

4) Suivie d'un battement de septime coup droit si le Maître arrête dessous.

*Nota.* — Chaque action s'exécute de 6 à 10 fois (avec les corrections nécessaires) naturellement le Maître pare et riposte de temps en temps pour amener l'élève à contre-riposter.

## ÉPÉE

### I — ATTAQUE SIMPLE :

#### Coup droit au poignet dessus :

— *Contre-offensive* : contre-attaque classique au poignet *dessous* en revenant en garde.

— *Coup droit poignet intérieur* : contre-attaque poignet *extérieur*

— Etc. sur les cibles découvertes.

#### Parades simples :

A moyenne distance :

— Sixte opposez en rompant.

— Quarte opposez en rompant.

— Et contre-attaque en cavant au poignet dessous.

### II — ATTAQUES COMPOSEES :

*FEINTE DU COUP DROIT AU POIGNET DESSUS EN FAUSSE ATTAQUE. TROMPEZ LE CONTRE DE SIXTE EN PROLONGEANT LA FENTE OU AU CORPS EN FLECHE.*

— *Contre-offensive* : Dérobez l'opposition ou l'enveloppement de quarte en revenant en garde et en rompant.

#### Parades composées :

— Deux contres de sixte opposez en rompant.

— Contre de sixte quarte opposez en rompant.

### III — ATTAQUES AU FER :

*BATTEZ QUARTE, ATTAQUE MAIN INTERIEURE.*

— *Contre-offensive* : Dérobez l'opposition de quarte, ou le liement de quarte-octave au contact en revenant en garde et en rompant.

**Parades :**

- Liement de septime sixte
  - Liement de octave quarte
- } au bras.

et contre-attaque classique en rompant du côté opposé où se termine le liement.

**IV — PRISE DE FER :****ENVELOPPEZ OCTAVE.**

- A moyenne distance sur l'allongement du bras du Maître et au corps.
- A grande distance, en contre-temps à la cuisse après une contre-attaque provoquée à la main dessous.
- Au corps en flèche.

**Défensives :**

- A moyenne distance : octave d'opposition en rompant — riposte d'opposition au corps en fente.
- A moyenne distance : quarte en cédant, en marchant riposte directe en conservant le fer.
- A grande distance : dérochement au contact à la main dessus.

**V — EXERCICES COMBINES :**

- 1) Attaque à la main dessus.
- 2) Contre-attaque main dessous sur attaque en cavant du Maître.
- 3) Parade de sixte et riposte par enveloppement au bras sur l'attaque au bras.
- 4) Battement de quarte suivi d'une feinte en marchant que le Maître contre-attaque main intérieure.
- 5) Contre-temps par liement de quarte en octave en fente ou en flèche.

*Nota.* — Toutes les actions sont parées de temps en temps pour provoquer la remise ou la reprise de l'élève.

**SABRE****I — ATTAQUE SIMPLE :**

*Attaque à la tête.*

— Moyenne, grande distance, sur la marche du Maître.

**Parades simples :**

- Quinte — Riposte au flanc.
- Quinte en rompant, riposte à la tête en flèche.

**II — ATTAQUE COMPOSEE :**

*Feinte tête-flanc.*

- A moyenne distance, feinte tête lancée.
- A grande distance, feinte conduite pendant la marche.
- A grande distance en flèche, la feinte est exécutée le bras plus ou moins allongé suivant la distance ; elle est accentuée avec la coquille.

**Parades composées :**

- Quinte-seconde, riposte figure à droite.
- Contre-attaque main extérieure au moment du trompement, tierce avec bond arrière, riposte banderolle avec bond avant.

**III — ATTAQUE AU FER :**

*Battez tierce-banderolle.*

- A moyenne distance.
- A grande distance sur une feinte à la tête exécutée par le Maître en marchant (battement sur la marche).
- A grande distance avec bond-fente ou flèche.

**Défensives :**

- Prime, riposte à la tête.
- Contre-attaque par déroberement du battement à la manchette dessus par coupé, quarte en rompant, riposte à la figure à droite en fente.

**IV — CONTRE-TEMPS :**

- A grande distance : feinte figure à droite en marchant sur la contre-attaque manchette dessous, battez seconde, figure à droite en fente ou en flèche.

**Défensives :**

Même action offensive du Maître.

- Tierce, riposte au flanc.
- Contre-attaque composée (manchette dessus).
- Finta in tempo en 1/2 fente à la tête.

## V — EXERCICES A PLUSIEURS INTENTIONS :

*Feinte à la tête en marchant.*

1) Suivie d'une continuation à la tête en fente si le Maître ne réagit pas.

2) Suivie d'un trompement au flanc ou à la banderolle si le Maître prend la parade de quinte.

3) Suivie d'un contre-temps si le Maître contre-attaque.

Suivie d'une contre-attaque à la manchette dessous et de la parade de quinte avec bond arrière si le Maître attaque sur la préparation.

*Nota.* — Chaque action est parée de temps en temps, les ripostes variées pour provoquer la contre-riposte de l'élève.

## CHAPITRE VI

# PROGRESSION DES SÉRIES D'EXERCICES

## FLEURET

### 1<sup>re</sup> SERIE

Educatifs spéciaux à l'escrime (assouplissements).

### 2<sup>e</sup> SERIE

Position de garde — déplacements — positions d'escrime.

### 3<sup>e</sup> SERIE

Développement — reprise de garde arrière et avant — redoublement avant — déplacements (avant et arrière) coordonnés avec les 4 positions d'escrime.

### 4<sup>e</sup> SERIE

*A l'absence de fer* : Coup droit dans les 4 lignes à moyenne, et grande distance.

*Après l'absence de fer* : Parades latérales de sixte — quarte — octave — septime, suivies de ripostes directes et coordonnées avec les déplacements (avant et arrière).

### 5<sup>e</sup> SERIE

Exercices de doigté (tels que : engagement — changement — double-engagement), coordonnés avec les déplacements.  
Révision des exercices de la 4<sup>e</sup> série.

**6° SERIE**

*A l'engagement* : Dégagement dans les 4 lignes à petite, moyenne et grande distance.

*Après l'engagement* : Parades simples latérales et par contre dans les 4 lignes suivies de ripostes directes et par dégagement. Parades simples et ripostes sont coordonnées avec les différents déplacements.

**7° SERIE**

*A l'engagement* : Coupé dans les 2 lignes dessus aux 3 distances.

*Après l'engagement* parades du coupé par des parades simples latérales et circulaires suivies de ripostes directes — par dégagement — par coupé — et coordonnées avec les différents déplacements.

**8° SERIE**

— Révision des 4°, 5°, 6° et 7° séries — attaques précédées : d'engagement — changement — double engagement — et coordonnées avec les déplacements — défensives.

— Etude de la 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> contre-ripostes directes après l'attaque ou la riposte dans les différentes positions (de garde — étant fendu — en se fendant).

**9° SERIE**

— Feinte du coup droit — dégagez — et le une-deux dans les 4 lignes aux 3 distances — parades composées correspondantes et ripostes variées aux 3 distances.

**10° SERIE**

— Feinte du coup droit contre dégagez et doublement dans les 4 lignes aux 3 distances — parades composées correspondantes et ripostes variées aux 3 distances.

**11° SERIE**

— Attaques composées d'une feinte par coupé, ou de trompement de la parade par coupé, dans les lignes dessus et aux 3 distances.

— Parades composées correspondantes avec ripostes variées aux 3 distances.

**12° SERIE**

— Attaques composées d'une feinte en trompant indirectement les parades semi-circulaires et diagonales.

— Parades composées correspondantes variées et ripostes variées aux 3 distances.

**13° SERIE**

— Attaques composées variées comportant 2 feintes, dans toutes les lignes aux 3 distances.

— Parades composées correspondantes variées et ripostes variées aux 3 distances.

#### 14<sup>e</sup> SERIE

— Exercices de doigté (battement — pression — contre-battement — contre-pression).

— Mêmes exercices précédés d'engagement — changement, etc.

— Mêmes exercices coordonnés avec les déplacements.

— Révision des 9<sup>e</sup>, 10<sup>e</sup>, 11<sup>e</sup>, 12<sup>e</sup> et 13<sup>e</sup> séries.

#### 15<sup>e</sup> SERIE

— Attaques simples précédées de pression dans les 4 lignes et aux 3 distances, parades simples correspondantes, ripostes variées (directes, indirectes, composées) aux 3 distances.

#### 16<sup>e</sup> SERIE

— Attaques simples précédées de battement dans les 4 lignes et aux 3 distances, parades simples correspondantes et ripostes variées aux 3 distances.

#### 17<sup>e</sup> SERIE

— Attaques composées d'une feinte précédées de la pression dans les 4 lignes et aux 3 distances.

— Parades composées correspondantes, et ripostes variées aux 3 distances.

#### 18<sup>e</sup> SERIE

— Attaques composées d'une feinte précédées du battement dans les 4 lignes et aux 3 distances.

— Parades composées correspondantes et ripostes variées aux 3 distances.

#### 19<sup>e</sup> SERIE

— Attaques simples et composées dans les 4 lignes en dérochant les préparations et sur la marche.

— Parades simples et composées précédées d'une préparation dérobée et ripostes variées.

#### 20<sup>e</sup> SERIE

— Attaques simples et composées sur la préparation précédées d'attaques au fer et exécutées sur la marche.

— Parades simples et composées correspondantes et ripostes variées.

#### 21<sup>e</sup> SERIE

— Prises de fer par opposition dans les lignes correspondant à leur bonne exécution (Dr. ou G.) aux 3 distances.

— Attaques indirectes ou composées d'une feinte et précédées de l'opposition dans les 4 lignes — aux 3 distances.

### 22° SERIE

— Prises de fer par liement dans les lignes correspondant à leur bonne exécution aux 3 distances.

— Attaques simples indirectes ou composées d'une feinte et précédées du liement dans les 4 lignes — aux 3 distances.

— Parades et ripostes, par croisé et en cédant.

### 23° SERIE

— Prises de fer par enveloppement dans les lignes correspondant à leur bonne exécution — aux 3 distances.

— Attaques simples indirectes ou composées d'une feinte et précédées de l'enveloppement dans les 4 lignes — aux 3 distances.

— Parades en cédant et ripostes. Parades et ripostes par prise de fer aux 3 distances.

### 24° SERIE

— Les contre-attaques. Arrêt. Temps. Dérobement. Esquives.

— Révision de la 15° à la 20° série.

### 25° SERIE

Les remises d'attaque. Riposte, contre-riposte, etc.

Les reprises d'attaque. Riposte, contre-riposte, etc.

Les redoublements. Simples, composés, par attaque au fer etc.

Révision des 21°, 22° et 23° séries.

### 26° SERIE

Les contre temps par attaque au fer — simples et composés d'une feinte — défensives correspondantes (parades, dérobements).

### 27° SERIE

Les contre temps par prise de fer — directs ou suivis d'attaques indirectes. Défensives correspondantes (parades — dérobements).

### 28° SERIE

Exercices combinés et de coordination.

*Exemple* : Attaque simple — parade simple — attaque composée en marche et fente — parade composée dont la finale en rompant — contre temps en marche et fente.

### 29° SERIE

Etude de la flèche — les exercices convenant à cette action.  
Révision des 24° et 25° séries.



**30° SERIE**

Les exercices à plusieurs intentions.

*Exemple* : engagez en marchant.

Suivant la réaction :

a) Tirez droit.

b) Dégagez.

c) Contre temps par attaque au fer ou prise de fer.

**ÉPÉE**

Lorsque l'étude de l'épée s'adresse à un escrimeur ayant débuté au fleuret, les 3 premières séries du fleuret restent valables à l'épée. Il en est sensiblement de même lorsque l'escrimeur commence directement par l'escrime à l'épée où seules les positions d'escrime doivent être celles données à cette arme.

**4° SERIE**

- Attaques classiques simples aux cibles avancées (4 cibles).
- Contre-attaques classiques simples aux avancées (4 cibles).
- Attaques classiques suivies de contre-attaques classiques aux avancées (4 cibles).

**5° SERIE**

- Etude des remises et reprises après l'attaque et la contre-attaque.
- Révision de la 4° série — avec les reprises et remises.
- Parades simples de sixte et quarte (ripostes au bras).

**6° SERIE**

- Attaques composées d'une feinte aux avancées — en fausse attaque — attaque et en marche et fente.
- Contre-attaques composées d'une feinte (dérobement composé) en revenant en garde et en rompant.
- Attaques composées suivies de contre-attaques composées.

**7° SERIE**

- Révision des 4°, 5° et 6° séries — avec les remises et reprises.
- Parades par contre (sixte et quarte).
- Parade composée de sixte et contre de sixte (ripostes au bras).
- Parade composée de quarte et contre de quarte.

**8° SERIE**

- Attaques simples aux avancées au retrait de la main :
  - Aux 4 cibles.
  - A la jambe.
  - En fausse attaque.
  - Attaque — marchè et fente.

— Révision des parades simples de sixte — quarte — contre de sixte et quarte avec remise et reprise.

#### 9° SERIE

- Attaques composées au corps sur parades courtes (en flèche).
- Attaques simples au corps au retrait de la main (en flèche).
- Parades composées (sixte — contre de sixte, quarte — contre de quarte).
- Ripostes au bras.

#### 10° SERIE

- Toutes les actions seront entrecoupées de remises ou reprises.
- Attaques au fer aux avancées (battements de quarte, sixte, octave, septime suivis d'attaques directes).
- Défensives correspondantes (contre-attaque dans le battement — déroboement avec et sans contact aux avancées).

#### 11° SERIE

- Attaques au fer aux avancées (battements suivis d'attaques indirectes).
- Défensives correspondantes.
- Révision des 4°, 5°, 6° et 7° séries.

#### 12° SERIE

- Révision de la 8° à la 11° série.
- Parades d'octave — liez et de septime — liez au bras en rompant.

#### 13° SERIE

- Attaques en cavant aux avancées (4 cibles).
- Contre-attaques en cavant aux avancées (4 cibles).
- Défensives particulières aux attaques en cavant (parades type fleuret).
- Exercices combinés d'attaques classiques simples et de contre-attaques en cavant — et vice-versa.

#### 14° SERIE

- Attaques en cavant aux avancées précédées d'attaques au fer aux 4 cibles.
- Défensives appropriées sur les attaques au fer.
- Parades en rompant — ripostes d'opposition en fente ou flèche.

#### 15° SERIE

- Exercices combinés de révision de toutes les séries précédentes comportant : attaque — contre-attaque — parade et riposte — attaque composée ou attaque au fer.

#### 16° SERIE

- Prises de fer — l'opposition au corps de sixte et d'octave pour

épéistes droitier, l'inverse pour le gaucher. L'opposition de sixte et de quarte au bras.

— Défensives correspondantes (parades et dérochements sans et avec contact).

#### 17<sup>e</sup> SERIE

— Prise de fer — le liement de quarte-octave et septime — sixte au corps (inverse pour gaucher) — mêmes liements de quarte-octave à la cuisse avant et de septime-sixte ou octave-quarte au bras.

— Défensives correspondantes.

#### 18<sup>e</sup> SERIE

— Prises de fer — l'enveloppement aux cibles identiques à celles de l'opposition.

— Défensives appropriées.

#### 19<sup>e</sup> SERIE

— Révision des attaques simples, composées et attaques au fer aux avancées.

— Parades simples et composées et ripostes par prise de fer, par liement et enveloppement au bras en rompant, — ou au corps en fente ou en flèche.

#### 20<sup>e</sup> SERIE

— Révision des parades simples ou composées ou suivies de contre-attaques classiques ou en cavant.

— Révision des prises de fer et de leurs défensives coordonnées avec tous les déplacements et entrecoupés de remises et reprises elles-mêmes exécutées dans les différentes positions.

#### 21<sup>e</sup> SERIE

— Prises de fer, simples en contre-temps, précédées de préparations variées (main et jambes combinées).

— Défensives correspondantes (parades — contre-attaques composées aux avancées — au corps — sans ou avec contact).

#### 22<sup>e</sup> SERIE

— Prises de fer doubles, se terminant dans les lignes correspondant à la main du tireur — en marche et fente — plusieurs marches et fentes — marches et flèche.

— Défensives correspondantes.

#### 23<sup>e</sup> SERIE

— Prises de fer composées (dont la finale doit correspondre à la main du tireur) — exécutées dans des conditions identiques aux prises de fer doubles.

— Défensives correspondantes et variées.

**24° SERIE**

- Prises de fer combinées.
- Défensives correspondantes.

**25° SERIE**

- Remises et reprises en deuxième intention — aux avancées et au corps.
- Remises et reprises en cavant aux avancées.
- Contre-arrêt.
- Révision des parades simples et composées — et des attaques aux avancées.

**26° SERIE**

- Exercices combinés progressifs, types :
- Attaque simple et classique aux avancées — contre-attaque en cavant aux avancées — parade simple riposte au bras — contre-temps au corps en flèche — avec remise ou reprise en finale suivant la réaction du Maître.

**27° SERIE**

- Exercices à plusieurs intentions, types :

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>— Feinte du coup droit en 1/2 fente ou en marchant.</li> </ul> | } | <ul style="list-style-type: none"> <li>— suivant la réaction du Maître</li> <li>— retrait de bras : suivre à la main.</li> <li>— parade simple courte — tromper au bras</li> <li>— contre-attaque : contre-temps au corps par prise de fer.</li> </ul> |
|---|---|--|

**SABRE****1<sup>re</sup> SERIE**

- Educatifs spéciaux à l'escrime au sabre (assouplissements).

**2° SERIE**

- Position de garde — déplacements — positions d'escrime : tierce position, tierce-parade, quarte, quinte.

**3° SERIE**

- Développement, reprise de garde en avant, en arrière, redoublement avant — déplacements avants et arrières combinés avec les positions d'escrime et les feintes des différentes attaques.

**4° SERIE**

- Exercices de doigté à petite distance (5 attaques — redoubler le

coup — enveloppement dans les différentes positions — battements — contre-battements, etc.).

— Révision des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> séries.

#### 5<sup>e</sup> SERIE

— L'attaque à la tête aux 3 distances — coordonnée avec les différents déplacements. Parade simple de quinte et ripostes variées à petite distance.

#### 6<sup>e</sup> SERIE

— Attaques à la figure à droite (droitier) et au flanc aux 3 distances.  
— Parade simple de tierce et ripostes variées à petite distance.

#### 7<sup>e</sup> SERIE

— Attaque à la banderolle aux 3 distances.  
— Parade simple de quarte et ripostes variées à petite distance.

#### 8<sup>e</sup> SERIE

— Attaque par coup de pointe aux 3 distances.  
— Etude de la contre-riposte dans les différentes positions (en garde — en se fendant — étant fendu).  
— Révision des 3 parades simples de base avec leurs ripostes variées à petite distance.

#### 9<sup>e</sup> SERIE

— Révision des 5 attaques simples — de l'immobilité — sur la marche, en marche et fente — entrecoupée de contre-ripostes variées.  
— Révision des 3 parades simples de base, ripostes variées aux 3 distances.

#### 10<sup>e</sup> SERIE

— Parades simples secondaires — seconde — prime — quinte — étude à petite distance — avec les différents déplacements.  
— Etude de la flèche de l'immobilité et avec les différents procédés de déséquilibre.  
— Révision des exercices de doigté.

#### 11<sup>e</sup> SERIE

— Attaques composées d'une feinte — (de la feinte tête) — aux 3 distances — défensives appropriées (parades simples de base et composées secondaires).

#### 12<sup>e</sup> SERIE

— Attaques composées d'une feinte — (de la feinte flanc ou figure) —  
— Défensives appropriées et variées.

**13° SERIE**

- Attaques composées d'une feinte — (de la feinte coup de pointe ou banderolle).
- Défensives appropriées et variées.

**14° SERIE**

- Révision des attaques composées d'une feinte — à grande distance — en marche et fente — en flèche — perfectionnement de l'à-propos — ripostes variées à toutes les distances ainsi qu'en flèche.

**15° SERIE**

- Attaques composées de 2 feintes — exécution variée.
- Défensives correspondantes avec ripostes variées.

**16° SERIE**

- Attaques aux avancées simples classiques et en cavant — défensives correspondantes.
- Attaques composées aux avancées — défensives correspondantes.

**17° SERIE**

- Contre-attaques aux avancées aux 4 cibles.
- Contre-attaques aux avancées suivies de parades simples et ripostes.
- Contre-attaques au corps en demi-fente.
- Révision des attaques simples et composées — et de leurs défensives.

**18° SERIE**

- Attaque au fer — battement de quarte — suivi d'attaques correspondantes suivant que le tireur est droitier ou gaucher — aux 3 distances et d'exécution variée.
- Défensives appropriées (parades simples et contre-attaques par dérochement).

**19° SERIE**

- Attaque au fer = battement de tierce suivi d'attaques naturelles correspondantes indirectes et composées d'une feinte (droitier).
- Défensives appropriées.

**20° SERIE**

- Attaque au fer = battement de seconde suivi des attaques appropriées.
- Défensives appropriées.

**21° SERIE**

- Attaque au fer = battements de prime et de quinte suivis des seules attaques appropriées.

— Défensives correspondantes.

### 22<sup>e</sup> SERIE

— Révision des attaques simples et composées en recherchant le rythme, l'à-propos.

— Révision de toutes les parades simples et composées dans les mêmes conditions.

### 23<sup>e</sup> SERIE

— Etude des remises — reprises — redoublements.

— Défensives correspondantes.

— Révision des attaques au fer et de leurs défensives.

### 24<sup>e</sup> SERIE

— Contre-temps de tierce — quarte et quinte suivis d'actions simples ou composées d'une feinte.

— Défensives appropriées (parade simple ou composée — finta in tempo — contre-attaque composée — reprise de contre-attaque).

### 25<sup>e</sup> SERIE

— Contre-temps de seconde — quinte et prime — suivis d'actions simples ou composées d'une feinte.

— Défensives appropriées.

### 26<sup>e</sup> SERIE

— Exercices combinés et de coordination.

*Exemple* : attaque tête — contre-attaque manchette extérieure parade simple de tierce en revenant en garde — attaque feinte tête banderolle en marche et fente — contre-attaque manchette dessous parade composée de quinte — seconde en revenant en garde et en rompant — contre-temps par quinte flanc en flèche sur la contre-attaque à la tête du Maître.

### 27<sup>e</sup> SERIE

— Exercices défensifs à plusieurs intentions :

Suivant que le Maître attaque simple à la tête ou composé par feinte — flanc ou banderolle — parades simples de quinte et riposte, composées de quinte — seconde et riposte, de quinte-prime et riposte.

— L'élève peut ne pas réagir et parer la finale s'il l'a jugée

### 28<sup>e</sup> SERIE

Exercices à plusieurs intentions.

*Exemple* : préparation par feinte tête en marchant :

1) Le Maître ne réagit pas, l'élève continue à la tête.

2) Le Maître pare simple quinte l'élève compose au flanc ou à la banderolle.

- 3) Le Maître contre-attaque à la manchette, l'élève exécute un contre-temps suivi d'attaque simple ou composée.
- 4) Le Maître attaque à la tête l'élève contre-attaque à la manchette dessous pare et riposte.
- 5) Le Maître rompt ou fait un bond arrière, l'élève continue à la tête en flèche.



## CHAPITRE VII

# L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE DE L'ESCRIMEUR

### DEFINITION :

La nécessité et l'importance d'une éducation physique et sportive chez l'escrimeur de compétition sont aujourd'hui admises presque unanimement. Mais, reconnaître l'obligation d'un tel travail ne suffit pas : encore faut-il l'accomplir d'une façon aussi nette, aussi étudiée, aussi rationnelle qu'un entraînement technique. Or, les activités physiques actuelles de l'escrime se limitent bien souvent à une série d'exercices mal faits, mal dosés, parfois inutiles, voire nuisibles, non seulement parce qu'ils nécessitent une dépense d'énergie et de temps qui pourrait être mieux utilisés, mais parce qu'ils donnent de mauvais mécanismes ou un rythme faux. Aussi plutôt que de se fier à l'empirisme, au hasard ou à tel brillant champion dont l'entraînement a néanmoins pu comporter quelques fautes de connaissances, faut-il préférer une méthode plus rationnelle : à l'aide de données anatomiques et physiologiques permettant de construire une éducation physique véritablement adaptée à l'escrime.

### ETUDE ANATOMIQUE ET PHYSIOLOGIQUE SOMMAIRE DE L'ESCRIMEUR :

Cette étude très succincte mais nécessaire porte sur les systèmes articulaires et musculaires ainsi que sur les fonctions circulatoires et nerveuses.

Sur le plan articulaire, l'importance du travail accompli par les membres inférieurs est particulièrement remarquable.

*Dans la position de garde*, l'attitude fléchie de l'escrimeur impose une sollicitation importante du quadriceps des deux cuisses, et la position du bassin demande une participation du membre arrière (notamment moyen et petit fessier).

*Pendant la marche et la retraite*, les mêmes muscles sont utilisés. De plus, entrent en jeu les triceps suraux, les psoas et les adducteurs.

*Dans la fente* : il faut souligner l'importance de la souplesse de l'articulation coxofémorale, du travail des quadriceps, des extenseurs du pied sur la jambe arrière.

Travaillent à un moindre degré, dans la fixation de la fente, les adducteurs et rotateurs externes de la cuisse sur le bassin (petit et moyen fessiers, obturateur externe ainsi que les obliques et les spinaux du côté du membre arrière).

Dans le retour en garde, le quadriceps du membre avant est d'abord sollicité, puis, entrent en jeu les fléchisseurs et surtout les adducteurs des deux membres.

Après l'étude du train porteur, vient celle de la partie musculaire abdominale.

Moins importante en escrime que dans d'autres sports, elle a un rôle expiratoire forcé, et une action contre l'inertie des viscères se manifestant dans un changement de direction ou un arrêt brusque : les viscères gardent la vitesse acquise et les muscles de la sangle abdominale agissent alors de concert pour les contenir grâce à leur tonicité.

En escrime, ils servent plus particulièrement comme muscle de chaîne. Toutefois, les muscles obliques du côté opposé au bras armé sont sollicités de façon active.

L'étude du travail des muscles du dos nous révèle une intense et continue participation des carrés spinaux, des muscles des gouttières vertébrales, essentiellement du côté opposé au bras armé.

De plus, il est à noter que les muscles de la nuque travaillent en même temps et dans le même sens que les muscles du dos : leur action étant commune dans l'escrime, ils ne sont pas dissociés dans les exercices préconisés.

Quant à la partie brachio-thoracique, elle doit être chez l'escrimeur, d'une grande souplesse. L'accent doit donc être porté sur les exercices lancés d'assouplissements et d'élongation.

Toute position des bras au-dessus de l'horizontale détermine une contraction (pernicieuse en escrime) du trapèze, il importe de ne les faire travailler que de façon dynamique ou au-dessous de l'horizontale.

Enfin, il faut insister particulièrement sur le travail fourni par l'avant-bras et la main armée, ce qui est particulièrement remarquable en comparaison avec d'autres sports, l'escrimeur étant capable de passer de la supination complète (position de sixte) à la pronation complète de la seconde, en passant par la demi-pronation de quarte, il est indéniable que des exercices appropriés doivent être recherchés.

Après cette étude musculaire de l'escrimeur, il faut évoquer sommairement l'importance des fonctions respiratoires et surtout circulatoires. En effet, si la ventilation pulmonaire est variable selon l'assaut effectué, le pouls par exemple atteint 120 à 150 pulsations par minute, c'est-à-dire la même intensité qu'à la fin d'une course de 100 mètres.

Enfin, l'importance du système nerveux en escrime n'est plus à démontrer. Des études récentes ont défini le mécanisme exact de l'apprentissage et de l'exécution du mouvement ; il importe de s'en servir.

Il existe trois sortes de mouvements :

— Le mouvement réflexe, généralement inconscient et échappant à la volonté.

— Le mouvement volontaire, conscient et fixant toute l'attention.

— Le mouvement automatique acquis, transformation par la répétition d'activités à l'origine volontaires.

Selon l'éducation, ce mouvement automatique peut être stéréotypé et lent, ou sujet à des possibilités diverses et rapides. L'importance extrême de cette éducation, en escrime comme dans toutes les activités physiques, est capitale.

**TRAVAIL PHYSIQUE DE L'ESCRIMEUR :**

En fonction de cette étude rapide et d'une expérimentation suivie, il est bon de constituer de multiples plans d'entraînement physique (variantes suivant l'âge, le sexe, la morphologie, les possibilités des escrimeurs).

Voici composées deux séances types d'éducation physique appliquée à l'escrime : ces deux leçons semblent suffisantes dans le présent. Toutefois, il importe *essentiellement* de ne pas les exécuter aveuglément mais de bien saisir (tant pour l'éducateur que pour le pratiquant) les principes sans lesquels les exercices seraient inutiles ou même nuisibles.

La première leçon est une séance pour un pratiquant seul ne disposant pas de matériel.

La seconde leçon est une séance collective dirigée par un éducateur. Afin d'éviter tout malentendu, il faut signaler au préalable, que cette éducation physique de l'escrimeur se situe, dans la pédagogie de ce sport, entre l'éducation physique de base et l'éducation technique.

**LEÇON D'EDUCATION PHYSIQUE INDIVIDUELLE APPLIQUEE A L'ESCRIME :****I — MISE EN TRAIN :**

*Principe* : Echauffer les bras, les jambes, le tronc.

a) Course en montant les genoux vers la poitrine (mais sans suspension) un pied étant *toujours* au sol.

b) Marche avec déroulement complet du pied (attaquer par le talon, monter sur pointes).

c) Course avec ronds de bras.

d) marche en faisant une fente à chaque pas, mains aux hanches.

**II — TRAVAIL ANALYTIQUE :**  
(articulaire et musculaire)**1) Train porteur :**

*Principes* :

— Ne mouvoir qu'une partie du corps, le reste étant *fixe*.

— Les assouplissements précèdent *toujours* la musculation.

a) Couché sur le dos.

Départ jambes fléchies.

Monter jambes à la verticale, tendues, exécuter des ciseaux toujours jambes tendues, entre 60° et 90°.

b) Debout, jambes très écartés, venir s'asseoir sur un des talons qui se soulève du sol, changer de jambe.

c) De la position droite, monter sur la pointe des pieds, fléchir (angle de 90°) les jambes en écartant les genoux, puis remonter en sautant (extension).

d) De la position de la fente d'escrime, revenir le plus vite possible à la position de garde (sans mouvements de bras, les mains étant fixées aux hanches).

Recommencer plusieurs fois l'exercice.

## 2) Partie thoraco-brachiale :

*Principes* : rechercher avant tout la *souplesse* de ce segment corporel. Ne pas faire passer les bras au-dessus de l'horizontale, dans un mouvement lent.

a) En position de garde d'escrime, bras allongés devant soi, faire des cercles de bras, lancés pendant la partie ascendante, et relâcher pendant la partie descendante, en commençant par le bas.

b) Même exercice en position de fente. Ne pas varier l'axe des épaules.

## 3) Partie abdominale :

*Principes* :

- Eviter le blocage respiratoire.
- Ne pas permettre de variations importantes de la colonne lombaire.
- Eviter des étirements excessifs.

a) Couché sur le dos, bras le long du corps, de préférence pieds fixés ; venir à la position assise corrigée (double menton).

b) Couché sur le dos, bras sur les côtés, élévation de jambes tendues à la verticale, puis abaissement des jambes jointes tendues à droite, revenir à la verticale et idem à gauche.

## 4) Partie dorsale :

*Principe* :

- Garder le dos le plus plat possible.

a) A genoux assis, pieds maintenus, mains aux hanches : inclinaison du tronc à l'horizontale, remonter.

b) Station écartée, mains aux hanches, coudes en arrière, inclinaison du tronc à l'horizontale en relevant la tête.

## 5) Suspensions :

(Eventuellement en fonction du matériel disponible.)

*Principe* :

- Suspension passive peu longue (à cause de la mauvaise position scapulaire).

a) Suspension à l'espallier ou à la barre fixe, ou mieux à l'échelle inclinée.

## 6) Partie avant brachiale :

*Principe* : veiller à ne pas faire travailler le trapèze.

a) Faire rebondir une petite balle légère (tennis par exemple) par simple flexion de la main sur l'avant-bras.

b) Amélioration de la « poigne » par serrement brusque d'une balle de golf.

### III — EXERCICE FONCTIONNEL :

Départ debout.

— Sauter, écarter latéralement.

— Sauts pieds joints.

— Saut écart antéro-postérieur.

— Saut pieds joints.

— Recommencer sans arrêt (une dizaine de fois).

## LEÇON D'ÉDUCATION PHYSIQUE COLLECTIVE APPLIQUÉE À L'ESCRIME :

### I — MISE EN TRAIN :

Elle est celle d'une séance d'éducation physique ordinaire. Il s'agit d'échauffer progressivement les bras, le tronc, les jambes par des marches, des courses essentiellement.

Il est particulièrement judicieux d'introduire quelques exercices « réflexes » où le professeur tente de surprendre l'escrimeur.

Ces exercices « réflexes » se situent en fin de l'échauffement.

Celui-ci devra donc être particulièrement efficace (dans son intention et sa complexité) car les « exercices réflexes » sont très brusques.

*Exemple :*

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Si le professeur dit 1 : | l'élève fait un saut en extension le plus vite possible. |
| » » 2 :                  | l'élève fait un saut groupé.                             |
| » » 3 :                  | » » un saut en arrière.                                  |
| » » 4 :                  | » » pas de saut.   |

Il est remarquable que ces exercices aient l'intérêt et sont attrayants.

### EXEMPLE DE MISE EN TRAIN :

a) Course avec déroulement complet du pied.

b) Course en montant les genoux (buste droit).

c) Marche du « boiteux fier ».

d) Course avec ronds de bras.

e) Au signal de l'instructeur, déplacement avant ou arrière ou latéral gauche ou latéral droit.

### II — TRAVAIL ARTICULAIRE ET MUSCULAIRE :

Il faut encore rappeler ce principe : « assouplir avant de muscler ».

Il est très important pour l'obtention d'une souplesse articulaire suffisante et de muscles allongés et non globuleux.

D'autre part, une musculation sans charge doit toujours précéder une éventuelle musculation avec charge pour laquelle il faut être prudent, très connaisseur et très échauffé (sous peine d'accident).

#### a) Le train porteur :

Etant donné l'importance des membres inférieurs en escrime, il est indispensable d'y apporter un grand soin, non pas tant sur la quantité des exercices, mais par leur qualité. Ce travail est résumé en 4 exercices très différents afin de donner des exemples variés.

— Face à l'espalier, buste droit, tête droite, mains aux hanches, lancer alternativement chaque jambe, le pied restant un temps accroché à un espalier suédois (barreau plus ou moins haut). Eviter les mouvements de buste compensateurs.

— Travail à deux : l'aide écarte latéralement et prudemment les jambes tendues verticalement de son camarade couché sur le dos (assouplissement des muscles adducteurs).

— Partant de la position fixe gymnique, fente latérale avec rond de bras (musculation essentiellement du triceps sural et coordination bras et jambes).

— Travail à deux : l'aide et le travailleur assis jambes tendues écartées (bras libres). Le travailleur ayant les pieds de façon externes, tente de rapprocher les pieds de l'aide qui s'y oppose raisonnablement (musculation des adducteurs).

#### b) Assouplissement de la partle thoraco-brachiale :

Ne pas oublier en les faisant exécuter que les mouvements doivent être lancés surtout si le bras passe au-dessus de l'horizontale (à ce moment-là, c'est non plus le deltoïde qui travaille mais le trapèze, d'où impossibilité de relâcher l'épaule).

Par exemple, dans la position de garde, mouvement de 8 des deux bras lancés latéralement.

#### c) Musculation abdominale :

Allongé sur le dos, jambes tendues bras libres, placer le plus rapidement possible, au signal de l'éducateur, le buste perpendiculaire aux jambes soulevées, le dos restant plat (équilibre fessier).

#### d) Relaxation :

En décubitus dorsal, complètement décontracté (vérifier la décontraction de chaque segment).

1) Inspiration forcée lente en montant un bras pendant tout le temps de cette inspiration jusqu'à la verticale.

2) Au moment où l'inspiration *forcée* est totalement terminée :

— Laisser revenir la cage thoracique (ne pas souffler).

— Et retomber le bras mort (sans le conduire).

*Remarque* : à exécuter à un rythme respiratoire normal.

**e) Musculation dorsale :**

Il faut choisir des exercices ne sollicitant pas les trapèzes, mais intéressant en même temps le dos et la nuque.

— Allongé sur le ventre, *bras le long du corps*, jambes tendues, monter les jambes en montant la tête.

**f) Musculation de l'avant-bras et de la main :**

Elle s'obtient essentiellement dans le travail technique.

*Principe :*

— Maintenir les avant-bras très bas, les coudes collés près du corps, afin d'éviter toute contraction des épaules.

Par deux, l'aide saisit de ses deux mains les poignets de son vis-à-vis et tente de faire tourner les avant-bras dans un mouvement de pronosupination; la résistance offerte est raisonnée.

**g) Dérivatif :**

(sous forme jouée)

— Par deux face à face :

1) Bras verticaux, avant-bras horizontaux parallèles, paumes ouvertes vers le ciel.

2) Même position, mais paumes ouvertes vers le bas et posées à plat sur celles du 1.

*Jeu :* 1 — doit venir taper le dos de la main du 2 — qui doit vivement les retirer pour ne pas se faire toucher.

*Remarque :* bien revenir en position avant de recommencer.

Après cette première partie réservée à un travail articulaire et musculaire, l'éducateur doit porter son effort sur les qualités physiques de l'escrimeur qui sont : la vitesse, la détente, l'affinement et la résistance nerveuse, l'équilibre et à un degré moindre, la coordination et la résistance foncière. Pour cela un travail peu fonctionnel doit être utilisé.

**III — TRAVAIL FONCTIONNEL :**

Quatre familles d'exercices doivent être essentiellement utilisées : les courses, les sauts, les exercices d'équilibre, les lancers légers.

**a) Les courses :**

Les courses en montée, ou avec changement de rythme, départ de vitesse, etc. sont particulièrement recommandées.

*Exemple :* course avec sprint sur place en insistant non sur le piétement mais sur la levée de cuisse.

**b) Les sauts :**

Les meilleurs sauts pour le travail de l'escrimeur ne sont pas ceux utilisant un déroulement du pied, mais ceux utilisant la pointe du pied (car le talon est un organe de blocage dans les sauts, alors que la pointe sert à la propulsion).

*Un exemple* : le saut à la corde sans fantaisies multiples, en évitant une contraction des épaules par un travail du poignet.

#### c) Les lancers légers :

Toujours penser à éviter les contractions des épaules et à adopter les exercices les plus dynamiques. Pour des balles de jonglage de 1 kg maximum, lancer sans lever le bras au-dessus de l'horizontale.

*Un exemple* : lancer d'adresse avec une balle de tennis.

#### d) Les équilibres :

Pour apparenter les exercices à l'escrime, il est bon de reproduire la base de sustentation qui est sollicitée en escrime (sans que cela soit une obligation). Il faut éviter les positions statiques avec position contractée des trapèzes, pectoraux, grands dorsaux, etc.

*Exemple* : marcher en garde sur une poutre ou sur une corde lisse sans tomber ou toucher le sol ; au signal se fendre.

(Cette partie fonctionnelle étant généralement plus connue, il ne faut pas insister sur ces exercices.)

Terminer la leçon par un parcours qui cherche plus spécialement à solliciter les systèmes respiratoires et circulatoires.

### IV — PARCOURS :

Il est nécessaire d'amener le rythme cardiaque à une valeur sensiblement égale à celle d'un assaut intense, de revenir un instant au rythme de repos (cela correspondant à l'intervalle qui sépare deux assauts) et de refaire le même effort.

*Exemple* : Travail fractionné : 3 fois 200 m à une allure de 30" (puis 28" ensuite) avec une marche respiratoire intermédiaire d'une durée de 5 mn.

Cette leçon d'éducation physique adaptée à l'escrime est très complète mais il est évident toutefois que son étude et son dosage doivent varier avec la période de travail et l'individu.

Cet exposé serait incomplet si la pratique de certains sports était omise.

La pratique de certains sports favorables à l'escrimeur est recommandée sans toutefois la développer en détail, faute d'une expérimentation sérieuse et continue.

Il est à signaler que le football est un excellent dérivatif. De plus la position fléchie qu'il nécessite, les déplacements du centre de gravité, le travail du train porteur, les changements de rythme s'apparentent à l'escrime.

Le volley-ball est également un excellent exercice par la détente, l'affinement nerveux, la résistance nerveuse qu'il demande.

Mais il faut cependant proscrire de ces deux sports les mouvements le force : shoot et smash.

### CONCLUSION :

Il faut espérer que le domaine de l'Éducation Physique appliquée à l'escrime devienne davantage connu des escrimeurs et des éducateurs ; que des efforts collectifs contribuent à l'édification d'une méthode d'entraînement qui saura évoluer en fonction des connaissances nouvelles.



# ESCRIME ET MUSCULATION

*« Alors que naguère on faisait du sport pour se muscler, on se muscle maintenant pour faire du sport. »*

Docteur ANDRIVET.

## CHAPITRE I

### PREMIÈRE PARTIE

# **BASES THÉORIQUES ET FONDEMENTS PHYSIOLOGIQUES, ANATOMIQUES, MÉCA- NIQUES, PSYCHOMOTEURS D'UNE MÉTHODE D'ENTRAÎNEMENT PAR LA MUSCULATION ADAPTÉE A L'ESCRIMEUR**

## **I — GENERALITES :**

L'admission de la musculation dans tous les programmes d'entraînement sportif nous dispense d'en chercher une justification dans le domaine particulier de l'escrime.

L'amélioration des différents facteurs de la conduite motrice et neuromotrice s'objective par un rendement supérieur et une efficacité accrue de tout geste sportif.

Il est possible de distinguer quatre niveaux différents dans la pratique de la musculation :

1) La musculation générale, aspect le plus fouillé, le plus développé, pratiqué dans un but de formation générale, d'amélioration des facteurs mécaniques d'exécution et de préparation musculo-articulaire de l'athlète.

2) La musculation orientée, qui s'adresse aux régions, aux masses et chaînes musculaires les plus sollicitées dans la pratique d'un sport défini (le membre inférieur en escrime par exemple).

3) La musculation spécifique, met en œuvre des chaînes musculaires précises en fonction de gestes définis et dans leur forme propre (fente avec résistance en escrime par exemple). Il existe là une liaison plus nette entre facteurs mécaniques et facteurs psycho-moteurs, et le problème du transfert positif se pose alors. Nous reviendrons sur cet aspect dans la deuxième partie.

4) La musculation complémentaire enfin, se propose :

— De développer les régions qui ne sont pas ou peu affectées lors de la pratique d'un sport particulier (région abdominale en escrime).

— Et de se présenter comme élément d'équilibre, aussi bien sur le plan du développement musculaire que sur le plan des bonnes sensations, de l'adresse et de la bonne coordination générale de l'individu.

Il semble utile de se pencher sur le problème de la musculation orientée, spécifique et complémentaire, car il y a beaucoup à faire dans ce domaine. L'escrimeur moderne doit être convaincu que sa réussite dépend en partie de sa valeur athlétique.

Avant d'envisager la forme de travail qui convient à chaque finalité particulière, il apparaît nécessaire de faire un inventaire rapide des actions musculaires principales mises en jeu dans la pratique de l'escrime, pour pouvoir définir les facteurs d'exécution qu'il s'agit de développer.

## II — ACTIONS MUSCULAIRES PRINCIPALES EN ESCRIME :

### A) Généralités :

1) Pesanteur : elle est péniblement ressentie par les membres inférieurs fléchis.

2) L'inertie d'immobilité : elle doit être combattue à chaque action.

3) Action de fente : extension brusque et totale de la jambe arrière, précédée d'un lancé de la jambe avant.

4) Retour en garde : action de répulsion sur jambe avant de traction sur jambe arrière et de redressement du tronc.

5) Action de marche : en avant en arrière, en position fléchie (peut aller jusqu'au bond).

6) Vitesse acquise : elle doit pouvoir être maîtrisée à chaque instant par un double effort :

- Du membre inférieur opposé
- Du flanc opposé.

7) Résistance extérieure : représentée par le poids de l'arme, elle est faible mais doit être supportée longtemps.

8) Poids des segments : la position bras écartés du corps affecte les régions de l'épaule et du coude.

9) Action particulière des membres supérieurs :

- Déploiement du bras armé, retour rapide pour les parades, etc.
- Action complémentaire du bras non armé (dynamique et équilibrante).

## B) Analyse musculaire au niveau des différents segments :

### 1) *Le train porteur*

Il assure le rôle le plus éprouvant.

a) *En position de garde*, on observe une flexion de la cuisse sur le tronc, et de la jambe sur la cuisse. Il est à noter que dès que commence la moindre flexion, différents groupes musculaires et particulièrement les extenseurs de la hanche et de la cuisse doivent intervenir très énergiquement. Ils agissent par contraction semi-tonique en position de garde.

— En ce qui concerne les extenseurs de la hanche notons l'action de deux groupes musculaires :

— Les muscles grand fessier.

— Les muscles ischio-jambiers.

— En ce qui concerne les extenseurs de la jambe relevons le rôle du quadriceps crural.

b) *Dans l'action de fente et de retour en garde* il est bon de distinguer une action spécifique différente du membre avant et du membre arrière.

— Action de fente :

● Membre avant : c'est à ce niveau que l'effort musculaire est le plus intense, non pas tellement dans la première action qui consiste en une extension de jambe sur cuisse grâce à l'action du droit antérieur, mais surtout lors du maintien passager (action freinatrice importante) de la position en fente. A ce moment le poids du corps en mouvement doit être supporté, et cela d'autant plus difficilement que la fente est plus profonde. Le rôle du quadriceps est, dans ces conditions rendu particulièrement malaisé, la ligne d'action de ce muscle étant alors très oblique par rapport à l'axe longitudinal du fémur.

● Membre arrière : il réalise la détente de la fente, l'action chronologiquement successive à l'extension de la jambe avant. L'impulsion de ce membre est déterminée par l'action du triceps crural, du quadriceps et des extenseurs de la hanche.

Le pied arrière, lors d'une fente correctement exécutée reste à plat sur le sol. Dans ce mouvement les muscles péroniers latéraux sont mis en étirement tel que le bord externe du pied ne peut rester au sol qu'au prix d'une action des jambiers antérieur et postérieur.

— Retour en garde :

● Membre avant : contraction active puissante du membre par extension de jambe sur cuisse grâce au quadriceps.

● Membre arrière : il prend le relais par une action de traction énergétique des muscles adducteurs.

### 2) *Tronc* :

Les muscles extenseurs et fléchisseurs latéraux des rachis interviennent dans l'action équilibratrice du tronc. Ces actions, réduites dans la position de garde, de marche, de retraite, deviennent plus intenses dans la fente et dans le retour en garde, se localisent sur le côté opposé à la fente. Ainsi les spinaux et obliques opposés au bras armé jouent un rôle dans la rétentio du tronc lors de la flexion latérale et dans la remise à la verticale de ce segment.

En ce qui concerne l'abdomen il est à noter que la ceinture abdominale n'a pour rôle actif que la contention des viscères lors des mouvements et changements de direction du tireur.

### 3) *Membre supérieur* :

Les muscles de la ceinture scapulaire sont mobilisés dans tous les mouvements de l'escrimeur :

— Les deltoïdes interviennent dans l'anté et rétroimpulsion du bras.

— Fléchisseurs extenseurs, pronateurs, supinateurs de l'avant-bras, fléchisseurs, extenseurs, adducteurs et abducteurs de la main et des doigts interviennent au cours de chaque action offensive ou défensive.

### C) Conclusion :

De ces rapides considérations anatomiques et mécaniques nous retiendrons que la pratique de l'escrime implique un intense travail musculaire et qu'en conséquence l'attention du tireur de compétition doit se porter sur une double nécessité (en dehors bien entendu d'autres qualités neuro motrices qui ne sont pas visées directement par la musculation : souplesse, coordination, relâchement...).

— Nécessité de puissance au niveau du membre inférieur (c'est-à-dire de vitesse et de force).

— Et de vitesse au niveau du membre supérieur.

La musculation adaptée aux gestes spécifiques de l'escrimeur visera donc au développement des qualités de force et de vitesse du membre inférieur pour en augmenter la puissance, et au développement des qualités de vitesse du membre supérieur.

## III — EFFETS BIOCHIMIQUES ET BIOMÉCANIQUES DE LA MUSCULATION :

### A) Définitions :

— « *La VITESSE* est la faculté d'exécuter dans des conditions déterminées, telle ou telle action dans le minimum de temps. » (*Korobkov.*)

*N.B.* : Cette notion recouvre deux éléments de l'activité motrice :

- Vitesse — rapidité de perception de stimulus extérieurs.
- Vitesse — rapidité de réaction (contraction musculaire).

— « *La FORCE* se caractérise par le degré d'intensité que peuvent développer les muscles durant leur contraction. La force *F* représente le produit de la masse *M* par l'accélération *G*. »

— *La PUISSANCE* résulte du produit de la force par la vitesse :

$$P = F \times V.$$

### B) Facteurs biochimiques de la vitesse :

1) La vitesse de contraction d'un muscle dépend :

a) De la teneur de ce muscle en ATP et du potentiel de resynthèse anaérobie de l'ATP (aux dépens du phosphagène  $ATP \rightarrow ADP + PO^4 H^3$ .  
Phosphagène  $\rightarrow$  créatine +  $PO^4 H^3$ )

b) De la teneur en myosine (protéine contractile).

c) De la teneur en phosphocréatine (dont dépend la resynthèse de l'ADP en ATP).

2) Les exercices d'effort dynamique :

Ont pour effet :

- a) Une augmentation des protéines musculaires (actine myosine).
- b) Une augmentation de la phosphocréatine.

*N.B.* : On observe une teneur plus élevée en phosphocréatine dans les muscles adaptés à la vitesse.

3) En conclusion les exercices d'effort dynamique, qui, contrairement aux exercices d'effort statique, lesquels ne développent que la force, se traduisent par :

- Une augmentation de la force.
- Une augmentation de la vitesse.
- Une augmentation de la capacité de prolonger dans le temps les exercices de vitesse en adaptant le sujet à l'état d'hypo oxygénation. D'où tolérance accrue à la dette d'oxygène et augmentation de la résistance du sujet.

Enfin ces exercices ont pour effet de faire accéder à une haute concentration d'excitation pour obtenir un effet maximum dans un laps de temps très bref.

*N.B.* : Lors du travail musculaire statique, lequel se traduit par une hypertrophie musculaire (portant essentiellement sur la partie sarcoplasmique du muscle) on observe qu'en regard de la contraction soutenue, la gêne partielle de l'irrigation sanguine favorise une accumulation plus rapide de déchets.

#### **C) Justification de l'emploi des exercices dynamiques dans l'entraînement de l'escrimeur :**

Etant donné que les exercices d'effort dynamique ont une incidence sur les facteurs d'exécution force et vitesse on peut en conclure à une augmentation de la puissance puisque :

$$P = F \times V,$$

ce qui justifie donc leur emploi dans le programme de musculation de l'escrimeur.

#### **D) Quantité de travail et dosage de l'exercice :**

Pour viser au développement des facteurs force et vitesse nous retiendrons, au sein de la classification généralement admise, un travail avec charges additionnelles lourdes — moyennes, c'est-à-dire correspondant à 60-70 % de la charge maximale et permettant un nombre de répétitions pouvant varier entre 6 et 10.

#### **E) Remarques concernant l'amélioration du facteur vitesse :**

1) Selon les auteurs russes ayant procédé à des expérimentations on assiste pendant les trois premiers mois du travail de musculation, à une augmentation de la vitesse.

Par la suite la vitesse décroît et peut tomber à un niveau inférieur au niveau initial.

Cependant on peut pallier cet inconvénient en variant les charges, les exercices ou le rythme d'exécution.

Korobkov explique ainsi ce phénomène :

« Au cours de la première étape (apprentissage) les lignes du mouvement du processus d'excitation dans l'écorce ne sont pas encore définitivement formées et englobent des centres supplémentaires.

Plus tard dans l'entraînement, le processus d'excitation se trouve concentré grâce aux processus de freinage différencié. Les centres nerveux ne prenant pas directement part au mouvement sont freinés.»

2) Il est nécessaire de doser le travail de musculation aussi bien dans le nombre de séances que dans la détermination des charges. En effet, un emploi exagéré des exercices de force risque d'altérer de façon sensible la qualité primordiale de vitesse.

Il a été observé que le travail de force trop intense se traduit par un développement exagéré du sarcoplasme, lequel au cours des phénomènes de contraction et de décontraction s'insinue entre les fibrilles, «reflue alternativement du centre aux extrémités et freine alors la contraction musculaire par l'augmentation du phénomène de visco élasticité.»

Dr DUMAS.

#### F) Incidence de la musculation sur la souplesse corporelle :

Un préjugé a cours chez les adversaires de la musculation et selon lequel l'emploi de la musculation dans un programme d'entraînement se traduirait par une diminution de la souplesse corporelle.

En fait les travaux actuels permettent de réfuter une telle argumentation. Massey et Chaudet entre autres ont montré qu'après un entraînement étalé sur une longue période et comportant des exercices de résistance importante (emploi de charges additionnelles lourdes) on ne pouvait en aucun cas constater une diminution de l'amplitude articulaire.

Les études de Dintiman sont venues confirmer ce résultat pour établir que la musculation n'avait aucune répercussion préjudiciable (ou bénéfique) sur la souplesse corporelle.

#### IV — MUSCULATION SPECIFIQUE ET REPERCUSSIONS PSYCHOMOTRICES :

Il paraît toujours tentant de vouloir trouver l'exercice de musculation qui se rapproche le plus du geste sportif qu'on désire améliorer. Mais une certaine prudence à ce niveau est nécessaire.

En effet, des expériences faites sur des groupes-tests ont montré que la pratique d'exercices très voisins d'un geste sportif défini avaient tendance au début à faciliter et à améliorer ce geste. Par la suite il a été observé que ces mêmes exercices pouvaient alors contrarier le geste sportif, réalisant ce qu'on appelle un *transfert négatif*.

Cependant les exercices spécifiques paraissent devoir conserver une place dans le programme d'entraînement et démontrer leur efficacité, à condition de ne pas les pratiquer de façon abusive et en portant toujours une attention particulière sur les possibilités du transfert (positif ou négatif).

## DEUXIÈME PARTIE

# ÉLÉMENTS PRATIQUES POUVANT SERVIR DE BASE A UNE MÉTHODE D'ENTRAÎNEMENT DE L'ESCRIMEUR PAR LA MUSCULATION

Il convient tout d'abord de souligner que la musculation à l'aide de charges additionnelles n'est pas une fin en soi, mais qu'elle constitue un *moyen* parmi d'autres, permettant de conduire l'escrimeur sur le chemin du progrès.

Bien qu'utilisant le plus souvent des haltères elle doit être envisagée de façon telle qu'un escrimeur devienne le plus fort possible dans sa spécialité et non pas l'escrimeur le plus fort en haltérophilie!...

C'est dans cet esprit que nous nous proposons de donner quelques conseils généraux et exemples d'exercices (orientés spécifiques et complémentaires), *lesquels ne constituent en aucun cas une liste exhaustive*. Il ne faut voir là qu'une base de départ qui ne veut pas apparaître comme exclusive et qu'il est facile d'adapter, de compléter, d'améliorer au fil de l'expérience.

Chaque exercice de musculation est pratiqué selon un *objectif défini*; la détermination des objectifs à réaliser doit guider tout escrimeur dans l'élaboration de son programme. Chacun doit œuvrer en fonction de ses insuffisances ou de ses manques, et mettre l'accent sur les objectifs prioritaires.

On ne trouvera pas beaucoup d'exercices de musculation générale lesquels sont décrits et explicités dans des ouvrages spécialisés (l'excellent ouvrage de Battista par exemple).

### I — CONSEILS GÉNÉRAUX :

Ils s'adressent tout particulièrement aux néophytes et débutants (en ce domaine bien entendu) qui risquent, faute d'expériences et de connaissances de tomber dans des erreurs, ou de s'exposer à des accidents toujours possibles.

**1) Précautions préalables :**

Un examen médical initial s'impose pour le candidat pratiquant. En se gardant bien de ne commencer une telle activité tant que la croissance n'est pas suffisamment avancée, et en modulant le travail en fonction de l'âge du sujet (et de ses possibilités), il paraît indispensable :

— De tenir compte de la personnalité propre à chaque rachis pour pouvoir adapter le travail à venir à sa morphologie.

— En étant assuré qu'aucune déformation ou attitude vicieuse de la colonne vertébrale n'a été décelée.

— En ayant toujours bien en tête au départ les grands principes fondamentaux de la musculation (sur lesquels nous reviendrons d'ailleurs) tels que :

- Placement correct du dos et du bassin.
- Et principe de localisation du travail.

**II — AU POINT DE DEPART : LA TECHNIQUE :**

Il est évident qu'on ne peut se lancer dans la pratique de la musculation sans quelques rudiments de technique haltérophile, puisque l'haltère est la charge additionnelle la plus courante. Sans entrer dans le détail de la technique haltérophile (qui est très bien traitée dans la revue E.P.S. n° 83), il est cependant indispensable de rappeler que *la colonne vertébrale est directement menacée par l'emploi d'une mauvaise technique*. Une règle générale doit être connue de tous :

Une charge additionnelle, un poids quelconque, est toujours soulevé :

— Grâce à l'effort d'extension des membres inférieurs préalablement fléchis (utilisation des masses musculaires les plus puissantes du corps).

— LE DOS RESTANT PLAT (fixation de la colonne vertébrale).

— En s'assurant d'une bonne assise (création d'une base de sustentation adéquate).

— En plaçant correctement le centre de gravité par rapport à l'objet à soulever (importance du plan vertical).

Pour inciter à la prudence, et au respect de ces principes fondamentaux, rappelons pour mémoire que soulever un poids de 50 kg les jambes en extension et le dos rond c'est faire supporter au disque intervertébral entre la 4<sup>e</sup> et la 5<sup>e</sup> vertèbre lombaire une pression de 750 kg!!! Par contre un placement correct, jambes fléchies et dos plat, fait tomber cette pression à 250 kg pour un même poids à soulever. Et dans ce cas la musculature dorsale intervient de façon moins critique pour enrayer la chute en avant, ce qui diminue de façon sensible le risque d'accident musculaire, comme la position dos plat, diminue la possibilité d'irruption du disque intervertébral vers la moelle épinière ; par exemple.

**III — LE PROBLEME DU DOSAGE :**

**a) Détermination des charges additionnelles :**

Périodiquement l'athlète doit recourir à des tests (dans différents



mouvements) afin de bien connaître ses possibilités maximales, lesquelles évoluant avec l'entraînement, permettent de trouver rapidement l'intensité de travail adéquate. En général on aura recours à des charges dont la valeur varie entre 60 et 70 % des possibilités maximales et qui constituent donc la *charge optimum*.

**b) Nombre de répétitions de l'exercice :**

A l'intérieur d'une série, le nombre de répétitions de l'exercice peut varier entre 6 et 10 (selon l'intensité de cet exercice, l'état du sujet, son degré d'entraînement, etc.) ce qui est une valeur généralement admise pour un maniement de charges lourdes-moyennes.

**c) Nombre de séries d'un même exercice :**

Il faut envisager de faire au minimum 4 ou 5 séries d'un même exercice. Mais il est toujours préférable au cours d'une séance, de supprimer une série de chaque exercice plutôt que de sacrifier un exercice ou atelier lorsque la somme de travail envisagée paraît devoir dépasser les limites optimum.

**d) Nombre de séances hebdomadaires :**

La musculation n'est pas tout. Elle n'est qu'un moyen parmi d'autres avons-nous dit, et en conséquence nous ne conseillerons guère que deux séances hebdomadaires d'une durée minimum de une heure.

Il semble possible, voire souhaitable, de consacrer l'une de ces deux séances au travail de musculation du train porteur, et de musculation du membre supérieur et l'autre à un travail de musculation complémentaire.

**IV — NECESSITE D'UN PROGRAMME :**

Une séance de musculation ne s'improvise pas au pied levé. Elle est une partie intégrante d'un programme précis et méthodique, elle procède des séances précédentes et permet d'accéder aux suivantes, elle est un maillon de la chaîne qui, partant d'un niveau initial déterminé, conduit à un *objectif précis*.

**V — ORGANISATION GENERALE D'UNE SEANCE :**

**a) Echauffement — Mise en train :**

Plus que partout ailleurs elle est nécessaire pour éviter « l'accident », véritable épée de Damoclès de la musculation. Dans cet esprit et en prélude de la séance proprement dite, on pratiquera des exercices d'échauffement, d'assouplissement...

**b) Séance proprement dite :**

Elaborée grâce au programme détaillé elle doit toujours être guidée dans son déroulement par :

— Un souci de *dynamisme* dans le travail; un exercice réclame une exécution la plus rapide possible... mais correcte toutefois. Et même lorsqu'une charge à manier est lourde, que le mouvement apparent est lent, la sollicitation musculaire doit être rapide.

— La recherche d'une très bonne *technique respiratoire*, laquelle évitant tout blocage respiratoire nuisible, comporte en général une inspiration pendant l'effort et une expiration pendant le retour à la position initiale.

Entre deux séries d'exercices, il y a lieu d'attacher de l'importance à la *pause*, qui, variant de 3 à 5 minutes, ne consiste pas en un repos dans une position immobile. Il faut au contraire s'efforcer de marcher, de respirer profondément, de se relâcher, etc.

#### c) Conclusion de la séance :

Terminer la séance par des exercices de relâchement, d'étirement et surtout de *suspension* passive.

### VI — EXERCICES TYPES POUVANT ENTRER DANS LA COMPOSITION DES SEANCES :

Voir les planches ci-jointes (lesquelles n'ont pas la prétention d'être parfaites ni d'épuiser le sujet. On peut aisément trouver des exercices différents concourant aux mêmes buts, ou à des objectifs particuliers définis par l'athlète selon ses insuffisances...).

### VII — LE PROBLEME MATERIEL :

Il existe fort peu de salles de musculation et rares sont les escrimeurs qui peuvent y accéder. Quelques privilégiés y trouveront cependant tout le matériel nécessaire : barres à disques, médecine-balls, bancs, bâtons, poulies amovibles, etc.

Cependant l'excuse des conditions défavorables est trop facile pour les escrimeurs qui prétendent ne pas pouvoir se livrer à la pratique de la musculation. Un sens élémentaire du bricolage permet de créer des conditions d'entraînement suffisantes; par exemple, l'instrument coûteux que représente la barre à disques peut être remplacé par un sac de sable (rapidement constitué par une 1/2 chambre à air de voiture liée aux deux bouts et remplie d'une quantité de sable représentant la charge optimum du moment).

Ainsi donc, un réel désir de rechercher un facteur de progrès à travers la musculation peut aider à contourner les obstacles d'un équipement sportif hélas encore bien insuffisant.

## Exemples d'exercices «spécifiques»

1 a



1 b



NB : ceinture placée très bas «sur le bassin».

La charge doit être légère et doit reposer au sol au départ pour ne pas créer de déséquilibre.

2 a



2 b



3 a



3 b



Variantes : avec marche, avec fente.

Exemples d'exercices «orientés»

4 a



4 b



5



Mains en pronation.

6



Mains en supination (vue de face).

7





8 a



8 b

Aller jusqu'au déroulement complet du pied.



9 a



9 b



10 a



10 b



11 a



11 b

NB : 2 manières d'exécuter le SQUAT. Le deuxième procédé permet un meilleur placement du dos.

14 a



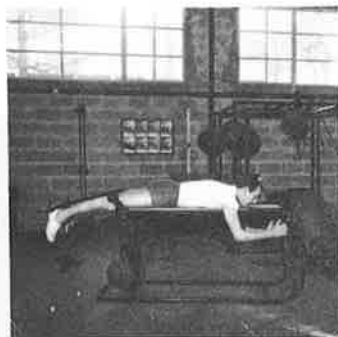
14 b



12 a



12 b



NB : ne pas décoller le bassin du banc.

13 a



13 b



NB : veiller à ne pas creuser le dos au niveau lombaire.

## Exemples d'exercices «complémentaires»

15 a



15 b



16 a



16 b



16 c



17 a



17 b



18



Même position de départ que pour l'exercice précédent.

19 a



19 b



20



Même position de départ que pour l'exercice précédent.



## 1 «Mouvement olympique» : l'arraché



Arraché en fente.



Arraché en flexion. Voir position de départ ci-dessus.



Vue de face.

**CONCLUSION GENERALE :**

Au terme de cette étude, il faut bien insister sur le fait suivant : la musculation n'est pas une panacée ; au-delà des pratiques ou informations diverses (et parfois contradictoires) il est toujours utile de procéder avec méthode et prudence pour que soient améliorées de façon sensible les qualités physiques de base.

L'escrimeur pratiquant la musculation doit être non seulement bien informé sur le plan de la technique et de la conduite de son entraînement, mis en garde contre les dangers et risques d'erreurs, mais il doit encore et surtout posséder les qualités *de courage, de patience, de persévérance et de méthode*. Il s'agit pour lui d'un travail de longue haleine, souvent austère, dont les bienfaits ne se feront sentir qu'avec un entraînement prolongé, au prix d'efforts disciplinés et bien programmés.

Si pour l'escrimeur, la musculation n'est pas tout, elle n'en peut pas moins devenir un atout supplémentaire à une époque où, dans tous les sports de compétition, la virtuosité technique ne suffit pas toujours et où l'expression des qualités physiques apparaît de plus en plus indispensable.

NB : voir la revue «Éducation Physique et Sports» n° 83 pour le détail des 3 mouvements olympiques.

## CHAPITRE II

# CONDENSÉ D'ORGANISATION DES COMPÉTITIONS

### I — GENERALITES :

Avant la rédaction du Règlement de la compétition et avant de jeter les premières bases de l'organisation, il y a lieu de déterminer l'ampleur que l'on désire donner à l'épreuve. Cette ampleur est conditionnée :

— Par la dimension du local dont on disposera.

— Par le nombre d'arbitres qualifiés (en particulier pour les tournois au fleuret ou au sabre) sur le concours desquels les organisateurs pourront compter.

— Par le nombre de prix dont il sera possible de doter l'épreuve.

Pour pouvoir être homologuée, l'épreuve doit être inscrite au calendrier de la Fédération Nationale par l'intermédiaire de la Ligue d'Académie; la date de l'épreuve doit normalement être fixée au cours de l'Assemblée Générale de la Ligue à l'ordre du jour de laquelle figure la discussion du calendrier de la saison suivante.

S'il s'agit d'une épreuve à laquelle la participation de tireurs étrangers est prévue, cette compétition doit être inscrite par les soins de la Fédération française au calendrier de la Fédération Internationale. Celui-ci étant arrêté au cours de l'Assemblée Générale extraordinaire de la F.I.E. se tenant à l'occasion des Championnats du Monde ou des Jeux Olympiques. La Ligue d'Académie indique chaque année la date à laquelle les clubs organisateurs devront lui faire parvenir leurs propositions d'organisation d'épreuves internationales de manière qu'elles puissent être transmises en temps utile à la Fédération Française.

## II — REGLEMENT DE L'EPREUVE :

Un règlement de l'épreuve doit obligatoirement être établi. Ce règlement doit être agréé par la Ligue d'Académie (par délégation de la Fédération); il doit comporter toutes indications relatives à la formule de la compétition et au déroulement de celle-ci. En particulier, les organisateurs devront indiquer si l'épreuve se déroulera avec ou sans interruption pour le repas et, le cas échéant, les dispositions prises pour assurer l'alimentation.

Les dispositions du « Règlement pour les épreuves de la F.I.E. doivent être appliquées « ne varietur » pour toutes les épreuves officielles (Championnat de Ligue — Critérium des moins de 15 ans) et pour toutes les épreuves internationales quelle que soit la nature. Si des dérogations devaient être apportées, elles devront au préalable être approuvées par la Fédération Française et portées à la connaissance des intéressés lors de l'annonce de l'épreuve.

Ce règlement doit parvenir aux invités (clubs, individuels, officiels...) un mois avant la date fixée pour l'épreuve; il doit mentionner la date limite de réception des engagements\*.

## III — DEPLACEMENTS — LOGEMENT — ALIMENTATION :

Eventuellement, les organisateurs doivent joindre au Règlement :

— L'indication des moyens de communication avec les horaires (aller et retour).

— Une liste des hôtels et restaurants (avec prix) choisis autant que possible près du lieu où se déroule l'épreuve.

— Le cas échéant, l'organisation prévue pour l'alimentation des tireurs, accompagnateurs et officiels, si l'épreuve doit se dérouler sans interruption.

## IV — PUBLICITE :

La réussite d'une épreuve et la propagande en faveur de l'escrime en dépendent au premier chef, il importe de faire la meilleure publicité possible; à cet effet les organisateurs doivent :

— Prendre contact en temps voulu avec les autorités auxquelles ils désirent demander leur patronage de manière à pouvoir en faire état dans leurs communiqués.

— Remettre à la presse écrite (journaux de toutes tendances) ainsi qu'à la presse parlée (radio-télévision) des communiqués précisant la date, le lieu et l'heure de l'épreuve; ces communiqués devraient, si possible, être publiés 15 jours puis 8 jours avant l'épreuve et enfin la veille ou l'avant-veille. Il y a intérêt à mentionner dans ces communiqués les noms des participants dont la notoriété nationale ou locale pourrait attirer des spectateurs; ne pas oublier non plus d'indiquer l'heure approximative à laquelle les finales se tireront.

(\*) Egalement paragraphe X : Responsabilité des organisateurs.

— Si les organisateurs envoient des invitations, il est nécessaire qu'elles soient adressées 15 jours avant l'épreuve aux autorités civiles, militaires et sportives.

— Eventuellement affiches ; ce procédé est peu recommandé car il est onéreux et n'amène pas un nombre particulièrement grand de spectateurs.

— Remettre à la Presse dès la fin de la compétition les résultats de l'épreuve ; il ne faut pas oublier que dans ce domaine il faut aider au maximum les reporters sportifs, dont certains ne sont pas toujours informés des questions d'escrime\*.

## V — ORGANISATION MATERIELLE DU LIEU DE L'ÉPREUVE :

L'organisation matérielle du lieu de l'épreuve doit être confiée à un Comité comprenant un technicien (Maître, Prévôt, amateur expérimenté). Ce comité a pour mission :

— De tracer les pistes en fonction de la place disponible et de désigner celle, en principe la mieux située, qui sera utilisée pour la finale ; tenir compte de l'emplacement des prises de courant, des possibilités de fixation des pistes métalliques, de la place à réserver au public.

— De placer les tables et les sièges destinés au personnel auxiliaire (marqueurs, chronométreurs, préposés aux appareils) ; utiliser des tables et des sièges de petites dimensions.

— D'organiser un local pour le Directoire technique et de prévoir un moyen de sonorisation permettant d'atteindre à tout moment les concurrents et les officiels (micro) ; à défaut de local disponible pour le Directoire technique, installer les tables et sièges qui lui sont destinés de manière qu'il soit un peu à l'écart des tireurs et du public et puisse ainsi travailler en toute tranquillité.

— D'installer des vestiaires en fonction du nombre de tireurs et de prévoir si possible des douches à proximité.

— De prévoir des tableaux d'affichage pour la composition des poules et du tableau d'élimination directe, si possible, pour l'inscription des résultats de chaque poule.

— D'organiser un local pour le réparateur et son matériel.

— D'organiser un local pouvant servir d'infirmerie en cas d'accident ou de malaise survenant à un tireur ou à un spectateur ; ce local devra être équipé d'une table de massage ainsi que du minimum de matériel médical indispensable (garrots — pansements, etc.).

— De placer des sièges pour les spectateurs afin de leur permettre de suivre les assauts avec un maximum de confort sans toutefois gêner les tireurs et officiels et de manière également à être à l'abri de tout incident que pourraient, involontairement, provoquer les tireurs.

— De placer des panneaux indicateurs pour les pistes, vestiaires, etc.

— D'assurer la propreté du lieu de la rencontre.

(\*) Paragraphe VII, Matériels divers et IX compte-rendus.

Toute cette organisation doit être terminée la veille de l'épreuve.

#### VI — ORGANISATION TECHNIQUE MATERIELLE :

Elle doit être réalisée par du personnel qualifié sous la direction d'un technicien. Ce personnel est chargé :

— Du montage et de la vérification des appareils de signalisation électrique (prévoir éventuellement des piles de rechange).

— De prévoir du matériel de rechange, soit 2 enrouleurs par piste et un appareil de signalisation par 2 ou 3 pistes.

— De prévoir les appareils de vérification et de contrôle des armes (pesons, gabarits, etc.).

*Les clubs engageant des tireurs à des compétitions sont tenus, sauf indication contraire des organisateurs, à participer à cette organisation matérielle en apportant des appareils de signalisation et des enrouleurs. Ils doivent indiquer sur le bulletin d'engagement de leurs tireurs la nature et la quantité de matériel qu'ils pourront mettre à la disposition des organisateurs ainsi que le voltage de leurs appareils de signalisation électrique.*

#### VII — MATERIELS DIVERS :

Les organisateurs doivent mettre à la disposition du Directoire technique :

— Un exemplaire du règlement de l'épreuve.

— Un exemplaire du « Règlement pour les épreuves de la F.I.E. ».

— Un nombre suffisant de feuilles de poules.

— Du papier pour l'élaboration des différents tours de poules ainsi que du tableau d'élimination directe.

— Des chronomètres (1 par piste, plus 1 ou 2 en réserve).

— Des planchettes et des crayons pour les marqueurs.

En outre, il est bon de prévoir une ou deux machines à écrire (papier carbone) pour être en mesure de donner à la presse, à la Ligue, à la Fédération et éventuellement aux clubs les résultats dès la fin de l'épreuve.

#### VIII — PERSONNEL :

En dehors du Comité organisateur et du Directoire technique, suivant l'importance de la compétition, il y a lieu de prévoir :

— Un secrétaire ainsi qu'une ou deux dactylos.

— Un officiel compétent, chargé des relations avec la presse et de la préparation des compte rendus de l'épreuve.

- Un speaker, Maître d'Armes si possible.
- Des officiels compétents (Présidents de Jury, assesseurs, marqueurs, etc.).
- Un ou deux réparateurs pour le matériel de signalisation électrique et le matériel des tireurs.
- Si nécessaire, des interprètes, autant que possible escrimeurs.
- Un médecin, ou un étudiant en médecine qualifié capable de dispenser en cas d'urgence les premiers soins.

#### IX — COMPTE RENDUS :

Les compte rendus de l'épreuve doivent être prêts à être remis à la presse, ou à être envoyées à « L'ESCRIME FRANÇAISE » ainsi qu'au Comité dont dépend le Club et à la Ligue dès la fin de la compétition ; d'où nécessité de disposer de machines à écrire et de désigner un membre du Comité chargé de cette mission.

Les compte rendus destinés à « L'ESCRIME FRANÇAISE » gagneraient à être accompagnés de photographies ; ces photographies peuvent faire l'objet d'un envoi ultérieur à condition que cet envoi soit signalé lors de l'expédition du compte rendu, de manière que le metteur en pages puisse en tenir compte.

#### X — RESPONSABILITE DES ORGANISATEURS :

L'arrêté ministériel du 5 mai 1962 (J.O. du 15 mai 1962) et celui du 6 juillet de la même année (J.O. du 31 juillet 1962) rendent l'assurance accidents-responsabilité civile *obligatoire* pour les *dirigeants* et les *tireurs*.

La disposition, habituellement utilisée, indiquant que « les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident » ne doit, en conséquence figurer dans aucun règlement d'épreuve. Juridiquement, elle n'aurait aucune valeur.

La licence F.I.E. comprend l'assurance accidents-responsabilité civile. En ce qui concerne la responsabilité civile, cette assurance couvre dirigeants et tireurs jusqu'à un million de francs pour les dommages matériels et à un montant illimité pour les dommages corporels. *Tous les dirigeants doivent donc être obligatoirement licenciés.*

Mais le fait d'être assurés ne doit pas inciter les organisateurs à se considérer entièrement à couvert. En cas d'accident, l'enquête ne doit faire ressortir aucune erreur qui puisse leur être imputée. En effet, faute l'application du Règlement, la responsabilité civile du Président du tournoi et des Organisateurs pourrait être mise en cause en cas d'accident, les Assureurs ayant la possibilité dans ces conditions d'opposer une déchéance.

Les organisateurs doivent donc veiller à ce que :

- D'une part, les spectateurs soient placés de telle manière qu'ils soient à l'abri de toute action des tireurs\*.

- D'autre part les prescriptions du Règlement pour les épreuves de

(\*) Cette responsabilité peut être partagée par les Directeurs de Combats.

la F.I.E. soient strictement appliquées, en particulier en ce qui concerne le matériel (état des masques, de l'habillement, port du sous-vêtement en toile de chanvre et du protège-poitrine pour les dames ; bouton électrique réglementaire, etc).\*

— Et enfin que tous les tireurs prenant part au tournoi soient assurés ; à cet effet, il est nécessaire que les listes d'engagement fournies par les clubs comportent le numéro de la licence des engagés et d'exiger la présentation des licences lors de l'appel des tireurs.

En ce qui concerne les tireurs étrangers, non licenciés par la Fédération Française, les organisateurs n'ont aucune possibilité de savoir s'ils sont assurés et si leur assurance est valable en France. Il appartient donc aux organisateurs de les assurer par l'intermédiaire de la Fédération auprès de la Mutuelle Nationale des Sports. A cet effet, il suffit la veille de l'épreuve, avant dix heures (même le samedi) de télégraphier ou de téléphoner à la Fédération (TRI. 36-54) les noms des personnes à assurer et de lui faire parvenir par le premier courrier le montant des assurances au C.C.P. Paris 1688-93 (2 francs par tireur).

..

Il est fait envoi aux salles d'un certain nombre de formulaires de bulletins d'engagement à utiliser obligatoirement à l'intérieur de la Ligue. Rien ne s'oppose à ce qu'ils soient utilisés pour des épreuves organisées hors de la Ligue.

---

(\*) Cette responsabilité peut être partagée par les Directeurs de Combats.

# **APPAREILLAGE ELECTRIQUE**







## CHAPITRE I

# APPAREILLAGE ÉLECTRIQUE

Pour faciliter le jugement et pour diminuer les erreurs surtout en ce qui concerne la validité des touches, la technique moderne permet de remplacer le jugement humain (assesseurs) par des matériels appropriés utilisant le courant électrique. Ces matériels électriques offrent l'avantage de pouvoir signaler tous les coups de pointe par des signaux lumineux et sonores. Leur conception dépend naturellement des conventions de chaque arme.

L'utilisation rationnelle, l'entretien, le dépannage de ces matériels oblige le Maître à posséder quelques notions d'électricité.

### ELECTRICITE :

*Le courant électrique* est produit par des générateurs électriques ou sources de courant (accumulateurs, piles, dynamos, alternateurs). Il est conduit par des fils métalliques jusqu'aux appareils d'utilisation.

*Corps conducteurs* : métaux, solutions d'acides, de bases et de sels.

*Corps isolants* : verre, porcelaine, caoutchouc, paraffine, ébonite, etc.

*Le courant électrique a un sens* : on appelle pôle positif celui qui est relié au fil du voltamètre sur lequel se dégage l'oxygène.

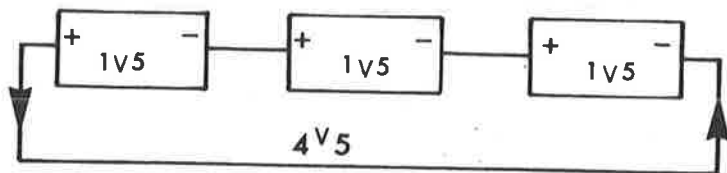
*L'unité d'intensité est l'ampère.*

*Un fusible* est un fil en alliage de plomb et d'étain intercalé dans le circuit et traversé par le courant, lorsque l'intensité dépasse une valeur jugée dangereuse, le fusible atteint sa température de fusion ; en fondant, il coupe le courant.

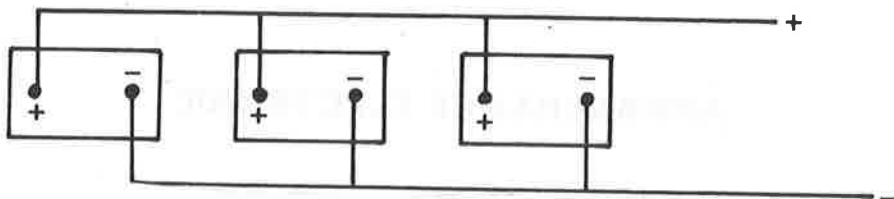
*La résistance* d'un conducteur est son aptitude à laisser passer le courant électrique avec plus ou moins de facilité ; l'unité de résistance est l'ohm.

*Le volt* est l'unité de mesure de la différence de potentiel. On mesure la force électromotrice d'un générateur à l'aide d'un *voltmètre*. Les générateurs d'électricité peuvent être branchés entre eux de deux façons :

1) *En série* : dans ce cas leurs forces électromotrices s'ajoutent.



2) *En parallèle*.



Le courant peut être *continu* (batteries, piles) ou *alternatif* (secteur 110 ou 220 volts).

Pour être utilisé dans les différents appareils, le courant alternatif peut être transformé en courant continu grâce au *redresseur de courant* ; son voltage peut être abaissé ou élevé par un *transformateur*.

## PRINCIPE DE L'ELECTRO-AIMANT

### Solénoïde

Le passage du courant dans un conducteur crée un champ magnétique. En enroulant un fil conducteur à la surface d'un cylindre de métal, on obtient un solénoïde qui a les propriétés de l'aimant.

Un *électro-aimant* est un aimant temporaire constitué par un solénoïde constitué par un noyau de fer doux. L'aimantation est commandée par le passage du courant.

## INTRODUCTION :

Il existe plusieurs types d'appareils de contrôle :

- 1) Appareil pour l'épée.
- 2) Appareil pour le fleuret.
- 3) Appareil mixte (fleuret et épée).

L'emploi des appareils mixtes se généralise, ils offrent deux possibilités d'emploi par un simple changement de contact, de plus ils sont automatiques au gré des utilisateurs. 4 types d'appareils sont agréés :

- 1) L'appareil français « Valentin ».
- 2) L'appareil allemand « Ulmann ».
- 3) L'appareil anglais « Paul ».
- 4) L'appareil italien « Carmimari ».

Chaque installation de contrôle électrique comprend :

- 1) Un appareil électrique.
- 2) Un fil de branchement prenant le courant :
  - a) Sur le secteur (courant alternatif 110-220 volts) par deux fiches mâles doubles.
  - b) Sur batteries piles (courant continu 12 volts) par deux pinces crocodiles et un jack.
- 3) Deux longueurs de fil à fiches triples reliant l'appareil aux enrouleurs (longueur d'environ 12 m).
- 4) Deux enrouleurs.

### L'APPAREIL FRANÇAIS TYPE « VALENTIN » MIXTE :

Seul l'appareil français « *Valentin* » est étudié, le principe de fonctionnement des autres appareils est le même. Quelques différences de construction ou d'aménagement les différencient suivant le constructeur.

#### 1) Nomenclature :

##### A) L'appareil

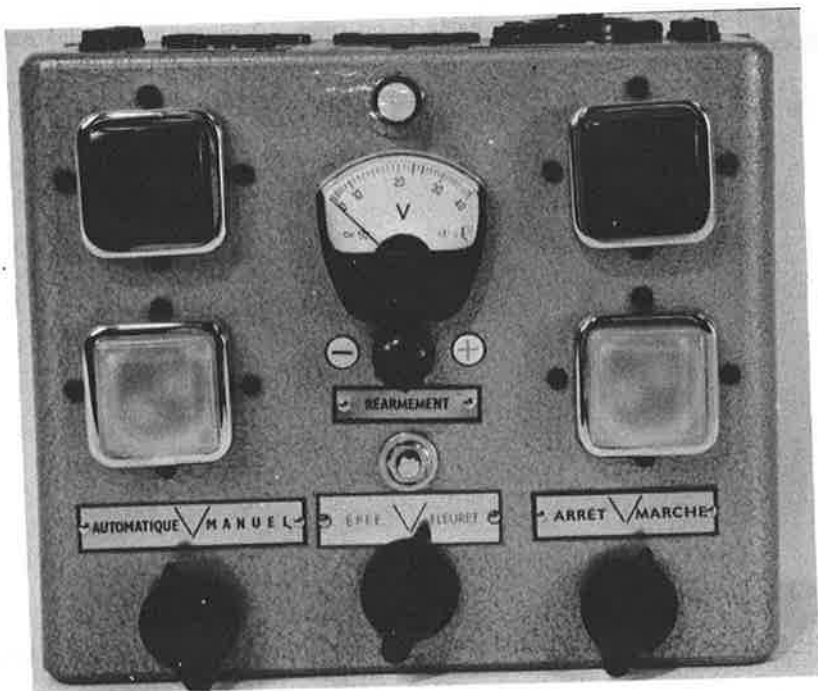


PHOTO 1 A.E. : Face supérieure

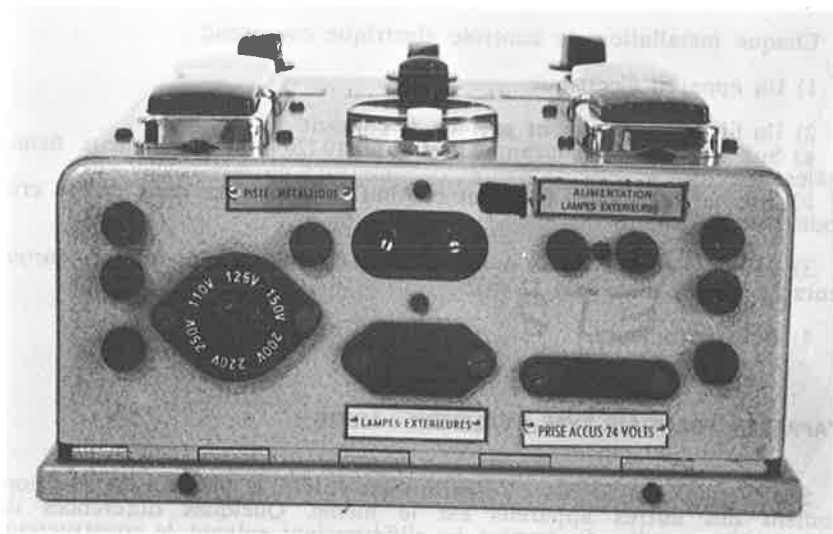


PHOTO 2 A.E. : Face postérieure

B) *Les fils de branchement et de connexion*

- 1) Fil de branchement sur secteur : 2 fiches mâles écartées de 20 mm (modèle courant).
- 2) Fil de branchement sur batterie ou piles : 2 pinces crocodiles amovibles, une fiche mâle triple à lame.
- 3) Fils de connexion reliant l'appareil aux enrouleurs — Longueur 15 à 20 m ; deux fiches mâles triples.

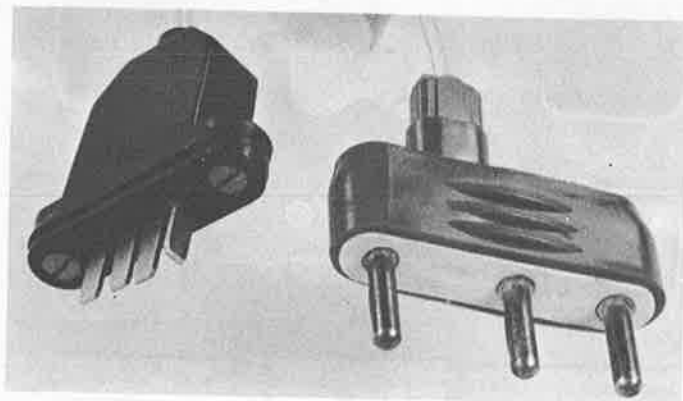


PHOTO 3 A.E.

C) *L'enrouleur*

Il présente des aspects variés suivant l'intention du constructeur. Par contre, la transmission du courant ne s'inspire que de deux modes :

- a) Transmission intégrale par l'intermédiaire des fils triples conducteurs.

b) Transmission partielle par l'intermédiaire des fils triples, la masse métallique de l'enrouleur jouant le rôle de fil conducteur sur une partie de circuit d'un fil.

### 1) ENROULEUR MODERNE (transmission intégrale)

— Socle triangulaire vissé sur le couvercle concave qui présente en son centre un orifice pour le passage du fil triple.

— Boîte cylindrique plate comprenant : *côté extérieur* : une fiche triple, femelle, un roulement à billes où se loge une extrémité de l'axe. *Côté intérieur* : trois fils conducteurs soudés sur des fiches femelles.

— Plaque circulaire (fixée sur la boîte) comprenant : *côté intérieur* : un roulement à billes pour loger l'autre extrémité de l'axe — l'axe et son ressort claveté — *Côté extérieur* : le moulinet, sa poulie et son guide.

— Fil triple : s'enroule sur la lamelle supérieure du ressort formant une bobine d'enroulement délimitée par la plaque circulaire et la boîte.

— Avantage : aucune perte de tension du courant dans les circuits.

### 2) ENROULEUR ANCIEN (transmission partielle du courant d'un circuit par l'intermédiaire de la masse métallique)

— Support ou socle.

— Couvercle : comprend une prise femelle triple ou un évidement pour le passage d'un bloc porte-prise et présente en son centre un orifice pour le passage de l'axe.

— Prise triple femelle : les deux fiches (Cent. et 15 mm) sont isolées, par contre la fiche à 20 mm n'est en aucun cas isolée de la masse métallique et n'est donc pas reliée au fil même de l'enrouleur.

— Boîte cylindrique concave : présente deux orifices ; l'un au centre pour le passage de l'autre extrémité de l'axe, l'autre sur le côté pour celui du fil triple de l'enrouleur.

— Axe : est fileté à ses extrémités pour recevoir des cuvettes de roulement à billes, des écrous de fixation — l'extrémité d'un des ressorts est fixée sur le milieu de l'axe.

— Bobine d'enroulement : présente un orifice sur le côté pour le passage du fil triple — *côté intérieur* : système de friction à deux conducteurs métalliques isolés entre eux et également de la masse métallique de l'enrouleur — *côté extérieur* : une ou plusieurs cuvettes de logement pour ressorts (suivant le type, il y a : un, deux ou trois ressorts).

— Charbons : font partie du système de friction. Ils transmettent le courant des fiches Cent. et 15 mm de la prise triple femelle auxquels ils sont reliés par des conducteurs isolés à l'intérieur de l'enrouleur.

### 3) UTILISATION

Les enrouleurs sont utilisés sous tension permanente des ressorts. Cette tension s'obtient en tournant (de 6 à 10 tours) soit l'axe, soit la bobine, tout en conservant l'une ou l'autre pièce bloquée.

## LES CIRCUITS

(Appareil mixte)

### A) CIRCUITS « EPEE » (FERMETURE) :

#### 1) Circuit « aller » :

- a) Fiche Cent. de la prise triple de l'appareil.
- b) Fiche et fil correspondant du fil de connexion jusqu'à la fiche femelle Cent. de l'enrouleur.
- c) *Type M.* : Fil d'un seul tenant soudé à l'intérieur de la boîte métallique sur la fiche femelle Cent.
- c') *Type A.* : deux fils isolés relient la fiche femelle Cent. à deux supports de charbons — ressorts de charbons — charbons — piste métallique — fil isolé reliant la piste au fil correspondant de l'enrouleur — ou suivant le type : fil de l'enrouleur soudé directement sur la piste.
- d) Fiche Cent. de la prise triple du fil de l'enrouleur.
- e) Fiches et fil Cent. du fil de corps.
- f) Fiche Cent. de la prise intérieure de garde.
- g) Fil correspondant collé sur la lame se terminant par un plot de contact isolé dans le porte-plot à l'intérieur de l'embase.

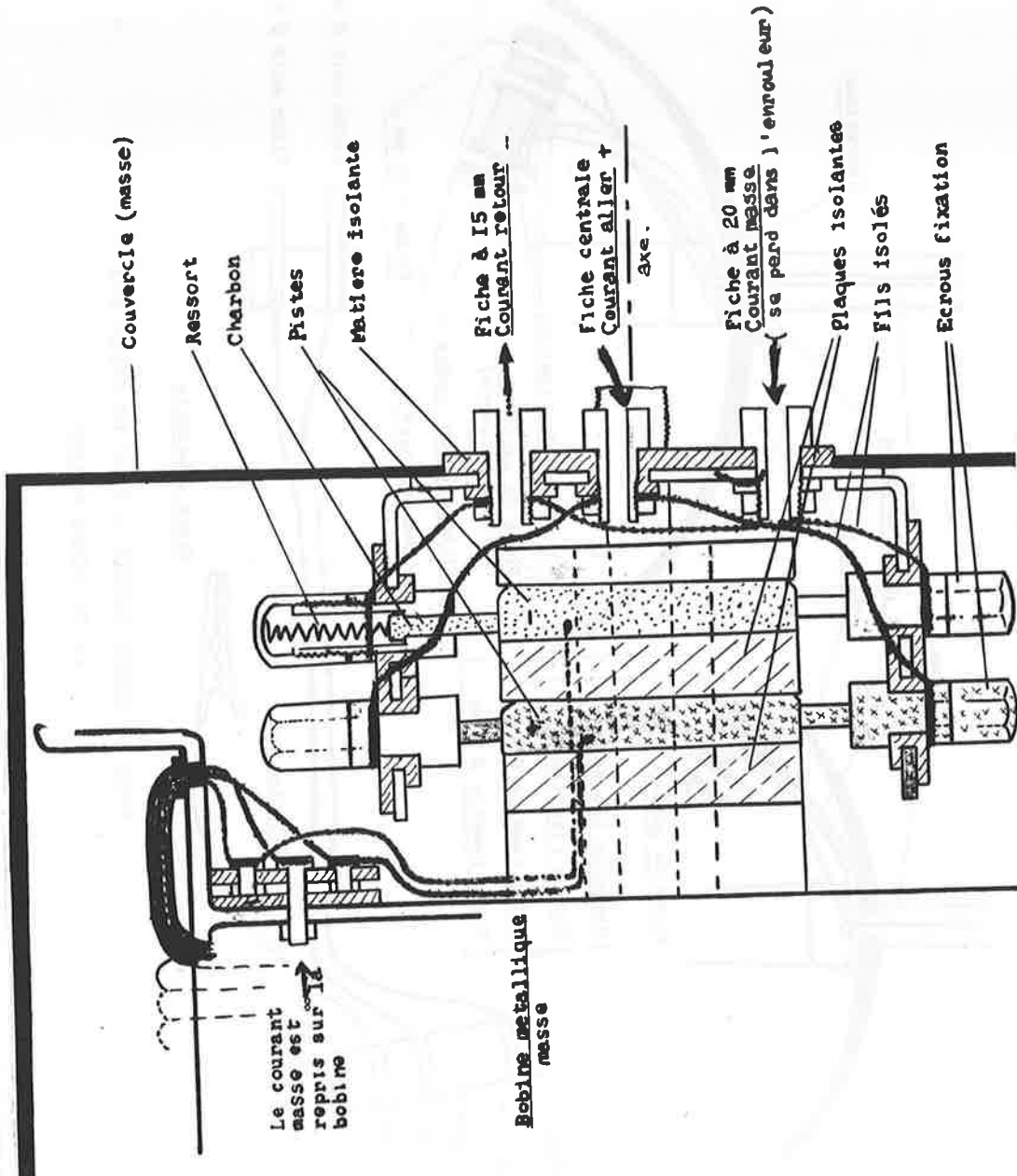
#### 2) Circuit « retour » ou touche :

Le circuit est fermé lorsque le ressort de contact fixé sur la tête de pointe vient en contact avec les deux plots.

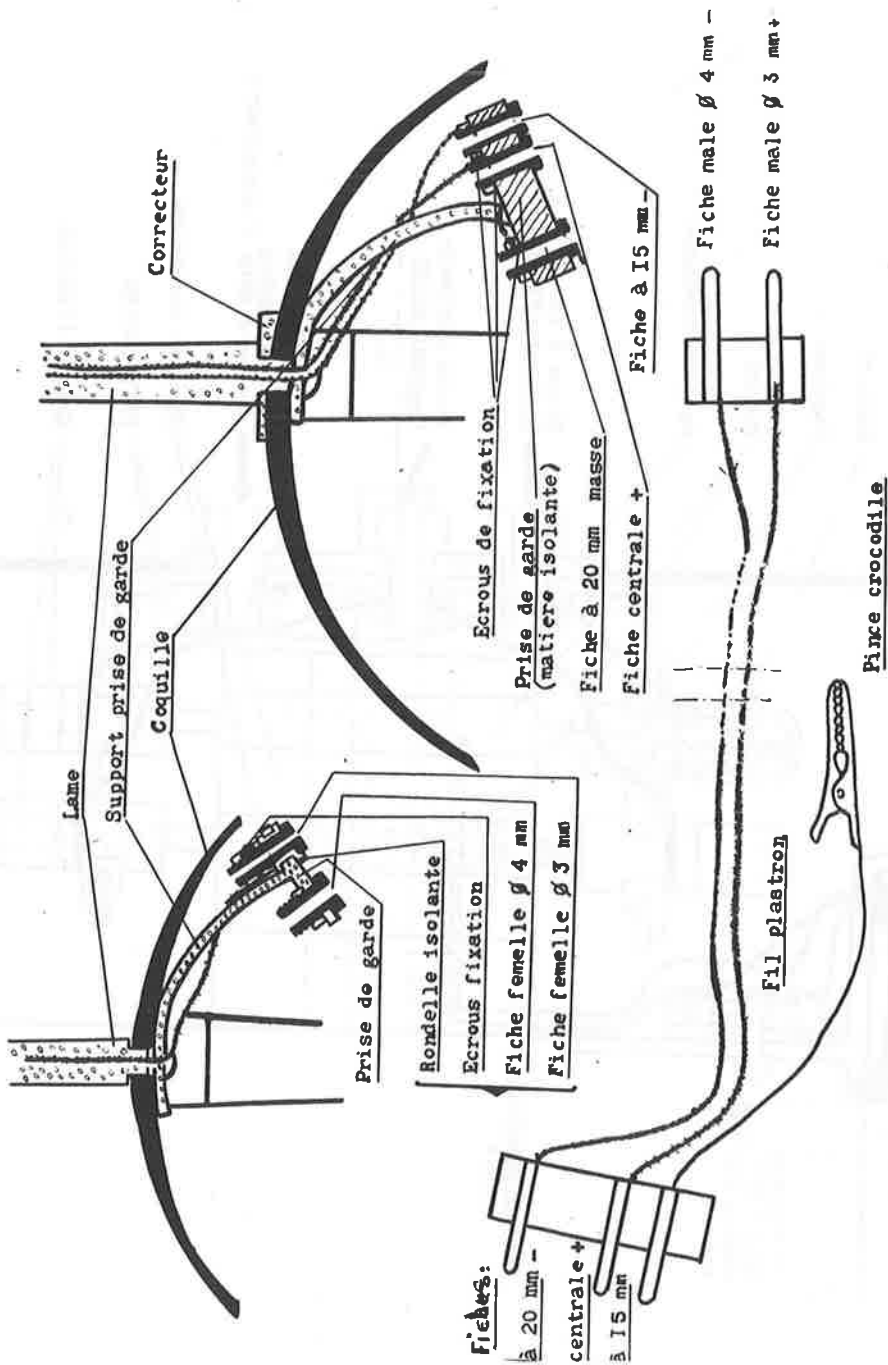
- a) Plot correspondant au deuxième fil de la lame — fil de la lame.
- b) Fiche femelle 15 mm de la prise intérieure de garde.
- c) Fiche mâle et fil correspondant du fil du corps.
- d) Fiche mâle de l'autre extrémité du fil du corps et fiche femelle de 15 mm de la prise femelle du fil de l'enrouleur — fil correspondant de l'enrouleur.
- e) *Type M.* : Fil de l'enrouleur soudé sur la fiche femelle 15 mm de l'enrouleur.
- e') *Type A.* : Fil soudé sur la deuxième piste métallique ou suivant l'enrouleur relié à l'aide d'un fil intermédiaire isolé — piste métallique — charbons — ressorts de charbons — conducteurs isolés reliant les porte-charbons à la fiche femelle 15 mm de l'enrouleur.
- f) Fiches et fil correspondants jusqu'à la fiche 15 mm de l'appareil.

#### 3) Circuit « masse » :

Le courant est apporté par la tête de pointe adverse à son point de contact avec le métal de l'arme à l'instant de la fermeture.

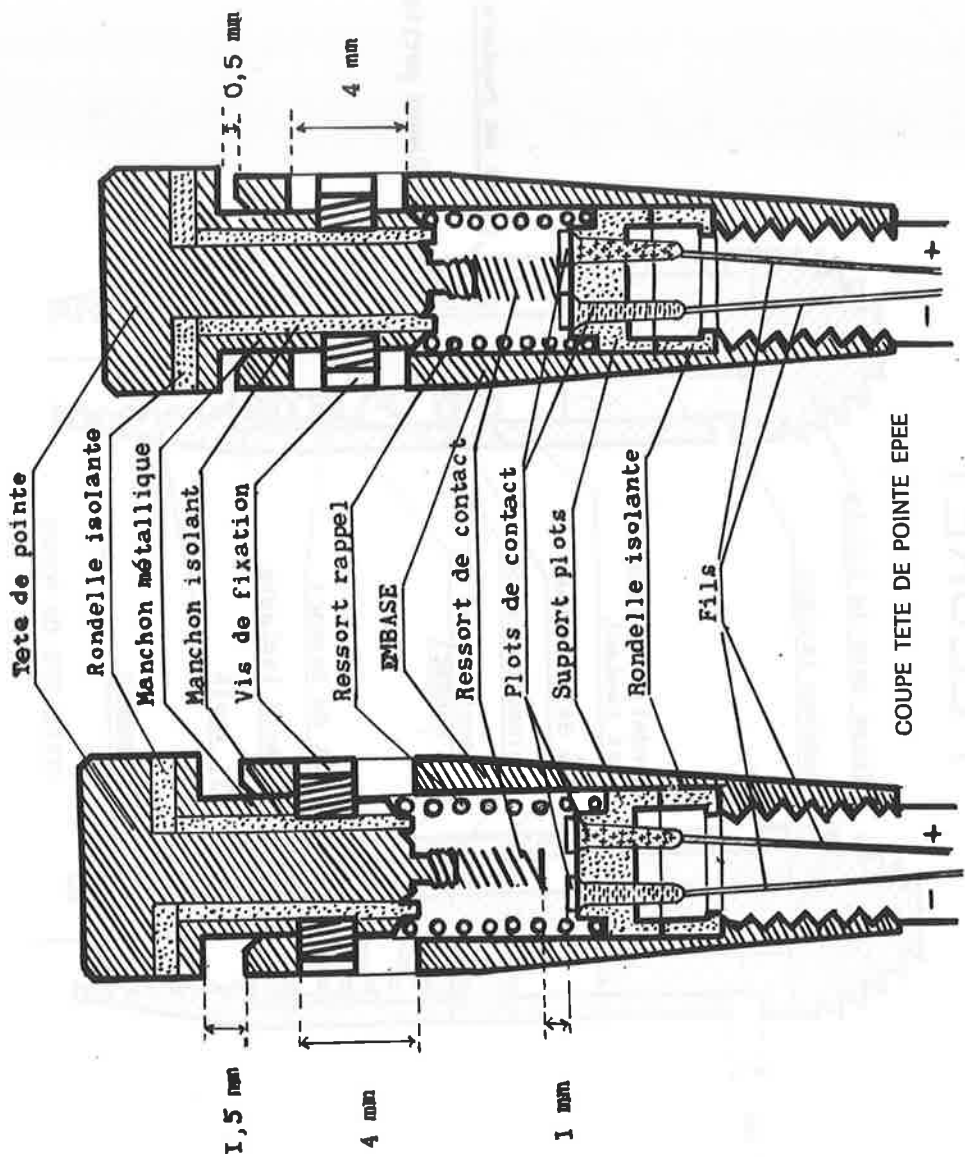




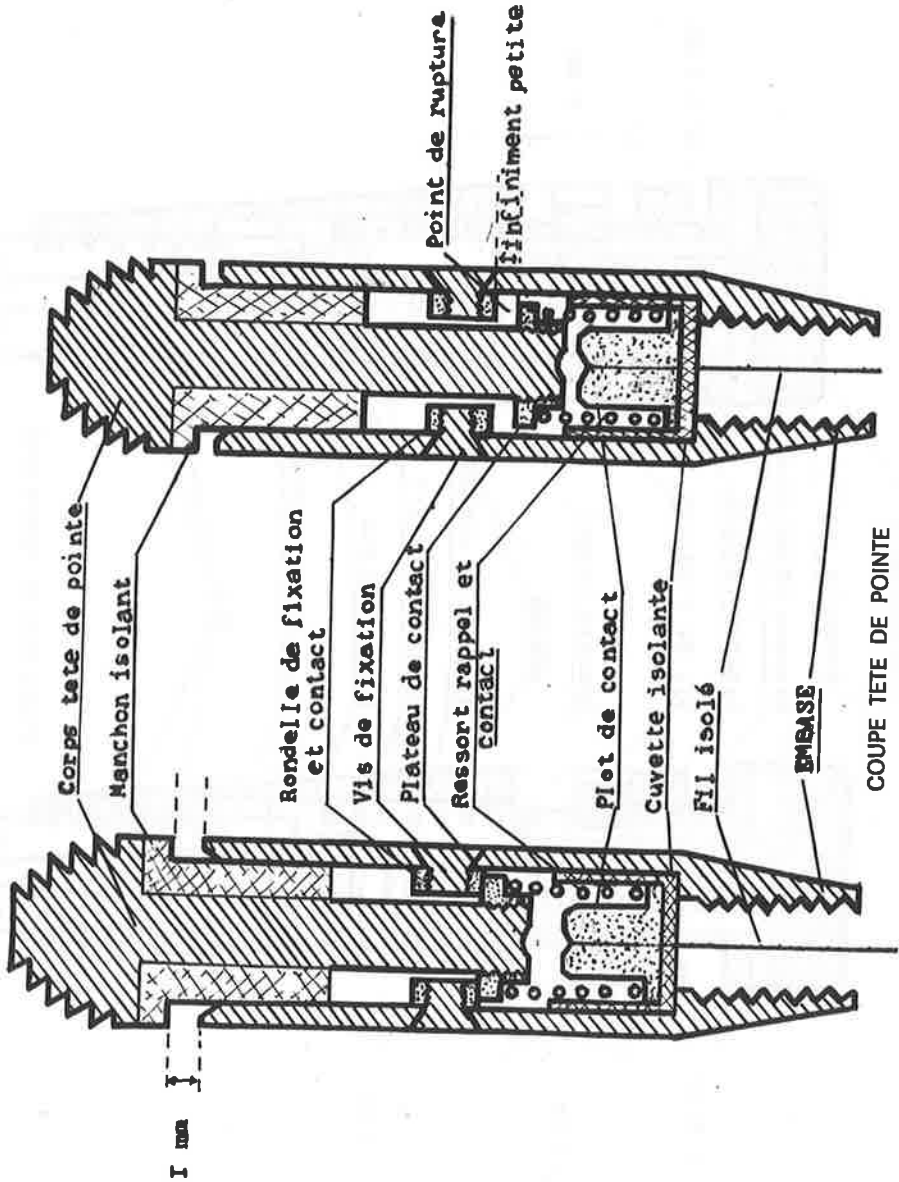


PRISE DE GARDE FLEURET — PRISE DE GARDE EPEE

FIL DE CORPS FLEURET



## FLEURET



- a) Partie métallique de l'épée.
- b) Fiche femelle de 20 mm de la prise intérieure de garde qui est reliée par un conducteur au support métallique de la prise intérieure de garde.
- c) Fiches mâles 20 mm et fil correspondant du fil de corps.
- d) Fiches femelles 20 mm de la prise du fil de l'enrouleur.
- e) *Type M.* : Longueur du fil correspondant de l'enrouleur soudé sur la fiche femelle 20 mm de l'enrouleur.
- e') *Type A.* : Longueur du fil correspondant de l'enrouleur soudé sur une partie métallique de l'enrouleur — courant transmis par la masse métallique de l'enrouleur — fiche femelle 20 mm non isolée de l'enrouleur.
- f) Fiches et fil correspondants 20 mm du fil de connexion jusqu'à l'appareil.

## B) CIRCUITS « FLEURET » (RUPTURE) :

### 1) Circuit « aller » :

- a) Identique au circuit « *Aller* » de l'épée jusqu'à la fiche Cent. mâle de la prise mâle triple du fil de corps.
- b) Fil correspondant du fil de corps.
- c) Fiche mâle de 3 mm de  $\varnothing$  de la prise double du fil de corps.
- d) Fiche femelle isolée de la prise intérieure de garde.
- e) Fil de lame isolé se terminant par un plot métallique de contact.
- f) Ressort de contact (et de rappel) — plateau de contact de la tête de pointe.

### 2) Circuit « retour » ou non-valable :

Ce circuit n'est effectif qu'à l'instant où la tête de pointe s'enfonce dans son embase. L'ordre chronologique est déterminé par les pièces qui ne sont plus traversées par le courant.

- a) Rondelle de contact et de fixation — vis de fixation.
- b) Embase — lame et support de la prise intérieure de garde.
- c) Fiche femelle non isolée de la prise intérieure de garde.
- d) Fiche mâle de 4 mm de  $\varnothing$  de la prise double du fil du corps.
- e) Fil correspondant et fiche mâle 20 mm de l'autre extrémité du fil de corps.
- f) Identique au circuit « *masse* » de l'épée jusqu'à la fiche 20 mm de l'appareil.

### 3) Circuit « plastron » ou valable :

Le courant est apporté par la tête de pointe adverse à son point de contact avec le plastron à l'instant de la rupture.

a) Plastron — pince crocodile du fil de corps.

b) Fil correspondant et fiche mâle 15 mm de la prise triple du fil de corps.

c) Identique au circuit « retour » de l'épée jusqu'à la fiche 15 mm de l'appareil.

### 4) Circuit « masse » :

Le courant est apporté par la tête de pointe adverse à son point de contact avec le métal de l'arme à l'instant de la rupture.

a) Identique au circuit *non valable du fleuret* à partir de la lame.

## DIFFÉRENTS PHÉNOMÈNES ÉLECTRIQUES

Lorsque la tête de pointe rencontre une surface quelconque avec une pression suffisante pour provoquer la fermeture ou la rupture d'un circuit, l'appareil enregistre ou traduit en signaux lumineux et sonores les variations de courant dans les circuits intéressés. (Sur certains types d'appareils la signalisation du circuit « masse » n'est pas visible.)

### EPEE :

1) *Signalisation « touche »* — Fermeture d'un circuit — allumage d'une lampe de couleur côté opposé — impossibilité de fermeture du circuit adverse dans un laps de temps supérieur à  $1/25^e$  de seconde — (les appareils sont réglés entre le :  $1/20^e$  et le  $1/25^e$ ).

2) *Signalisation « coup double »* — fermeture des deux circuits dans un laps de temps inférieur au  $1/25^e$  — allumage des deux lampes de couleur (côté opposé).

3) « *Masse* » — ou touche sur le métal de l'arme ou de la piste métallique — le courant va à l'appareil par le circuit 20 mm adverse et neutralise la signalisation de la « touche ». (Sur certains appareils une lampe témoin de masse s'allume du côté du tireur qui porte la touche sur l'arme ou la piste.)

### FLEURET :

1) *Signalisation « touche non-valable »* — rupture d'un circuit — allumage de la lampe blanche côté opposé — possibilité d'allumage de la lampe couleur (valable) de même côté — impossibilité de rupture d'un quelconque circuit dans un laps de temps supérieur à 2 secondes (les appareils sont tous réglés à 2 secondes).

2) *Signalisation « coup double non-valable »* — rupture des deux circuits dans un laps de temps inférieur à 2 secondes — allumage des deux lampes blanches (côté opposé) — possibilité d'allumage des deux lampes de couleur (valable) dans ce même laps de temps.

3) *Signalisation « touche valable »* — le courant va à l'appareil par le circuit plastron 15 mm adverse et neutralise la signalisation de la rupture — allumage de la lampe de couleur côté opposé — impossibilité instantanée d'allumage de la lampe non-valable de ce même côté — impossibilité de rupture d'un quelconque circuit adverse dans un laps de temps supérieur à 2 secondes.

4) *Signalisation « coup double valable »* — le courant va à l'appareil par les deux circuits plastron 15 mm — allumage des deux lampes de couleur (côté opposé) neutralisation instantanée des deux signalisations non-valable des ruptures.

5) « *Masse* » — ou touche sur le métal de l'arme ou sur la piste métallique — le courant va à l'appareil par le circuit 20 mm adverse et neutralise la signalisation de la rupture.

*Nota :* de l'explication de ces différents phénomènes il ressort qu'une touche non-valable ne peut empêcher la signalisation d'une touche valable immédiate du même côté, par contre la signalisation d'une touche valable empêche la signalisation d'une touche non-valable immédiate du même côté.

## **COURSES (fermeture ou rupture) DES TÊTES DE POINTES**

Les différentes pointes électriques doivent répondre aux normes de fabrication et de fonctionnement données dans le règlement international ; il est donc indispensable de définir les différentes courses.

### **1) Épée :**

#### **1) Course d'allumage :**

La course d'allumage est la distance que doit parcourir la tête de pointe en glissant dans l'embase pour que le ressort de contact vienne en contact avec les 2 plots qui terminent les fils conducteurs de la lame. Elle doit être supérieure à 1 mm.

#### **2) Course supplémentaire :**

La course supplémentaire est la distance que peut encore parcourir la tête de pointe en glissant dans l'embase après la fermeture du circuit pour que son bord inférieur vienne buter contre le bord supérieur de l'embase. Elle doit être inférieure à 5/10<sup>e</sup>.

### **2) Fleuret :**

#### **1) Course de rupture :**

La course de rupture est la distance que doit parcourir la tête de pointe dans l'embase pour que son plateau de contact quitte la rondelle de contact et de fixation. Elle est infiniment petite.

#### **2) Course supplémentaire :**

(Voir épée) mais inférieure à 1 mm.

### VERIFICATIONS DE FONCTIONNEMENT :

Avant d'employer les différents éléments (appareils, enrouleurs, fils) au montage d'une installation de contrôle, il est indispensable de procéder à leur vérification pour s'assurer de leur bon fonctionnement. Pour procéder aux différentes vérifications de bon fonctionnement, le matériel suivant est nécessaire :

— 2 fils simples terminés chacun à leurs extrémités par une fiche simple.

— 1 fil de corps d'épée (fiches triples).

### LE COURANT :

Avant tout branchement s'assurer du voltage de la source de courant utilisé, vérifier que le repère rouge du commutateur de tension placé sur la face postérieure de l'appareil correspond bien à ce voltage. Tourner le commutateur de fonctionnement sur la position « marche », le voltmètre donne le voltage et son aiguille doit osciller entre les deux repères rouges. En cas de surtension, régler par l'intermédiaire du commutateur de tension.

### VERIFICATION DE L'APPAREIL :

#### A) Pour l'épée :

##### 1) Vérifier le circuit « touche » (manuel)

Sur l'une des fiches triples femelles, mettre en contact la fiche centrale et celle placée à 15 mm de celle-ci ; la lampe de couleur du côté opposé doit s'allumer (fig. 1).

Sans réarmer l'appareil, procéder de la même manière sur l'autre fiche triple femelle (dans un temps supérieur à  $1/20^e$  de seconde), la lampe de couleur opposée ne doit pas s'allumer (fig. 2).

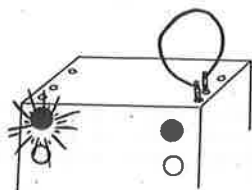


FIG. 1

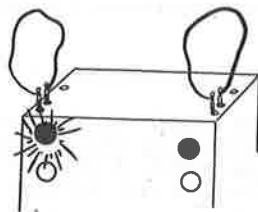


FIG. 2

##### 2) Vérifier le coup double (manuel)

Réuni à l'aide d'un fil de corps les fiches triples de l'appareil (fig. 3) — contacter à l'aide d'un fil simple les fiches Cent. et 15 mm du même côté — les 2 lampes de couleur s'allument simultanément (fig. 4).

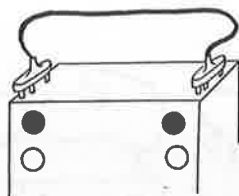


FIG. 3

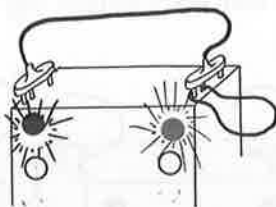


FIG. 4

### 3) Vérifier le circuit « masse » armes (automatique)

Réunir à l'aide d'un fil de corps les fiches Cent. et 15 mm d'un même côté — la lampe de couleur opposée s'allume (fig. 5) — contacter à l'aide d'un autre fil simple la fiche Cent. avec : soit la fiche à 20 mm opposée (fig. 6), soit la fiche à 20 mm du même côté (fig. 7) — la lampe de couleur s'éteint.

*Nota :* Il est possible de vérifier la masse en contactant la fiche à 15 mm et les autres fiches à 20 mm — cette opération correspond à la masse temporaire.

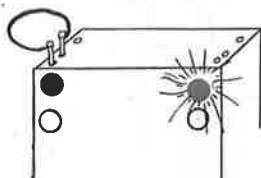


FIG. 5

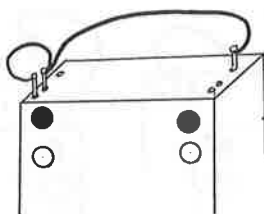


FIG. 6

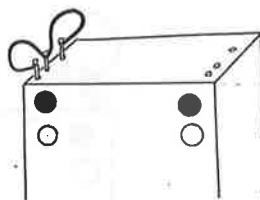


FIG. 7

### 4) Vérifier le circuit masse « piste métallique » (automatique)

Opération identique à la précédente (fig. 8) — contacter de la même façon la fiche femelle de la piste métallique (fig. 9) — la lampe de couleur s'éteint.

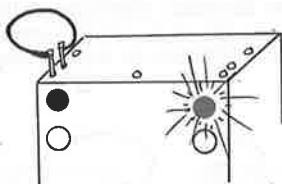


FIG. 8

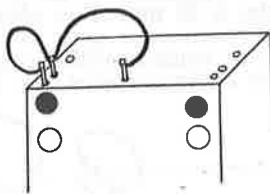


FIG. 9

## B) Pour le fleuret :

### 1) Vérifier le circuit touche non-valable (manuel)

Réunir à l'aide de 2 fils simples les fiches Cent. et 20 mm entre elles et de chaque côté de l'appareil — les 4 lampes sont éteintes (fig. 10) — rompre le contact d'un côté en débranchant la fiche à 20 mm — la lampe blanche opposée s'allume (fig. 11), plus de 2 secondes après débrancher



également la fiche à 20 mm de l'autre côté, la lampe blanche opposée ne doit pas s'allumer (fig. 12).

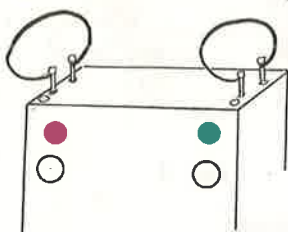


FIG. 10

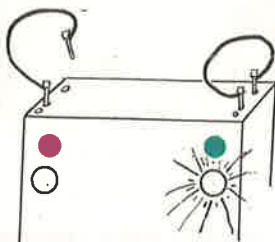


FIG. 11

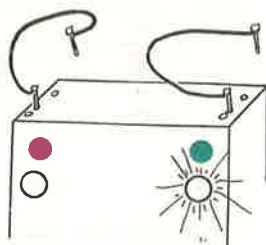


FIG. 12

### 2) Vérifier le coup double non-valable (manuel)

Réunir à l'aide de 2 fils simples les fiches Cent. et 20 mm entre elles et de chaque côté de l'appareil — les 4 lampes sont éteintes (fig. 13) — rompre le contact de chaque côté dans un laps de temps inférieur à 2 secondes en débranchant les 2 fiches à 20 mm — les lampes blanches s'allument (fig. 14).

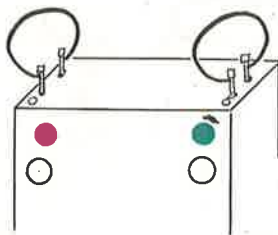


FIG. 13

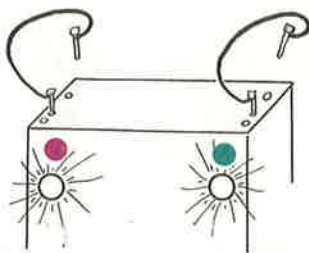


FIG. 14

### 3) Vérifier le circuit touche valable (automatique)

Réunir comme précédemment les 2 fiches Cent. et 20 mm de chaque côté de l'appareil — les 4 lampes sont éteintes (fig. 15) — débrancher la fiche à 20 mm d'un côté — la lampe blanche opposée s'allume (fig. 16) — contacter avec ce fil la fiche à 15 mm côté opposé — la lampe de couleur s'allume du côté où était allumée la lampe blanche qui s'éteint simultanément (fig. 17).

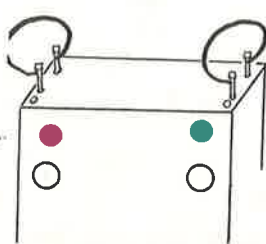


FIG. 15

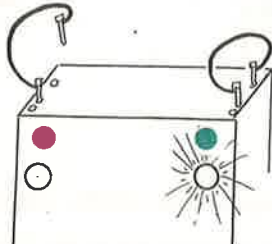


FIG. 16

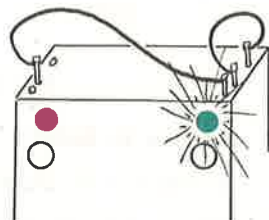


FIG. 17

4) Vérifier le coup double valable (automatique)

Réunir comme précédemment les fiches Cent. et 20 mm de chaque côté de l'appareil (fig. 18) — débrancher les 2 fiches à 20 mm — les 2 lampes blanches s'allument (fig. 19) — contacter avec ces deux fils les deux fiches à 15 mm opposées — simultanément les lampes de couleur s'allument et les lampes blanches s'éteignent (fig. 20).

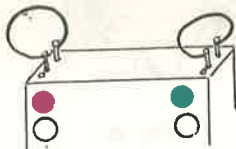


FIG. 18

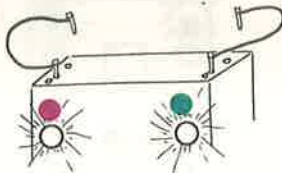


FIG. 19

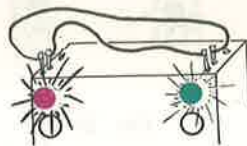


FIG. 20

5) Vérifier le circuit « masse » : arme et piste métallique (automatique)

Réunir comme précédemment les fiches Cent. et 20 mm de chaque côté de l'appareil (fig. 21) — débrancher la fiche à 20 mm — la lampe blanche opposée s'allume (fig. 22) — contacter avec ce fil : soit la fiche à 20 mm opposée (fig. 23), soit la fiche femelle de la piste métallique (fig. 24) — la lampe blanche s'éteint.

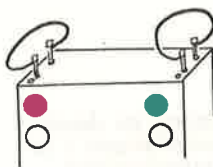


FIG. 21

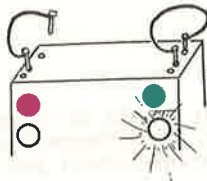


FIG. 22

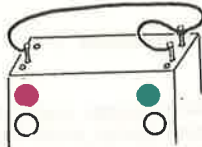


FIG. 23

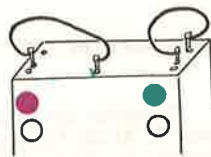


FIG. 24

6) Vérifier l'ordre d'allumage non-valable (manuel)

Réunir comme précédemment les fiches Cent. et 20 mm — les 4 lampes sont éteintes (fig. 25) — débrancher les 2 fiches à 20 mm — les 2 lampes blanches s'allument (fig. 26) — brancher dans un laps de temps inférieur à 2 secondes ces 2 fils dans les fiches à 15 mm côté opposé — les 2 lampes de couleur s'allument également (fig. 27).

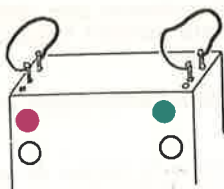


FIG. 25

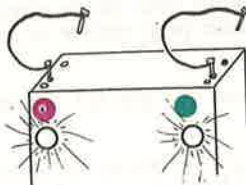


FIG. 26

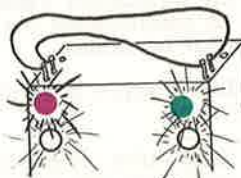


FIG. 27

7) Vérifier l'ordre d'allumage valable — non-valable (manuel)

L'appareil signalant le coup double, les 2 lampes de couleur sont allumées (fig. 28) — mettre l'appareil sur manuel en laissant les contacts du coup double (fig. 29) — débrancher les 2 fiches à 15 mm dans un laps de temps inférieur à 2 secondes — les lampes de couleur ne s'éteignent pas et les lampes blanches ne peuvent s'allumer (fig. 30).

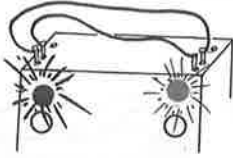


FIG. 28

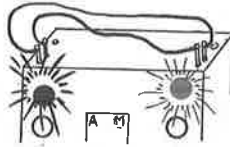


FIG. 29

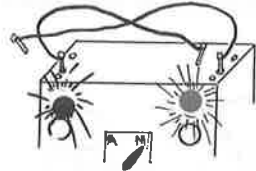


FIG. 30

### VERIFICATION DES FILS DE CONNEXION (Appareil — Enrouleurs) :

L'appareil étant en service « épée » contacter :

- 1) La fiche centrale et la fiche placée à 15 mm de celle-ci, la lampe de couleur du côté opposé s'allume.
- 2) Les 3 fiches entre elles, la lampe du côté opposé ne doit pas s'allumer.

### VERIFICATION DES ENROULEURS :

Procéder de la même façon que pour les fils de connexion, en déroulant le fil de l'enrouleur après avoir mis le réarmement automatique ; la lampe de couleur opposée s'allume continuellement par intermittence.

### LOCALISATION DES PANNES — VERIFICATION DES CIRCUITS :

Lorsqu'un incident de fonctionnement survient, il est indispensable de procéder de façon méthodique afin de localiser la panne pour y remédier ou éventuellement changer le matériel déficient.

*Principes de recherche pour localiser le matériel déficient :*

- 1) La vérification s'effectue du côté où le circuit présente une défaillance en commençant par l'arme pour suivre le circuit jusqu'à l'appareil si cela est nécessaire.
- 2) Interrompre la vérification dès que les phénomènes électriques sont convenables.
- 3) En déduire, en général, que la panne se situe dans la partie du matériel précédant immédiatement la partie qui permet d'obtenir des phénomènes électriques normaux.

Lorsque la panne a été localisée, remplacer la partie du matériel déficient par une semblable en bon état de marche et procéder de nou-

## APPAREILLAGE ELECTRIQUE

veau aux vérifications afin de s'assurer qu'aucune autre partie de l'installation ne présente de défaillances, soit en permanence, soit momentanément.

La parfaite connaissance des circuits et celle des phénomènes électriques provoqués par la fermeture ou la rupture de l'un des circuits permet d'orienter immédiatement les recherches permettant de trouver la ou les causes de tous les phénomènes électriques anormaux.

### CAS ET CAUSES DE PHENOMENES ELECTRIQUES ANORMAUX :

(Soit deux escrimeurs A et B en présence)

A) *EPEE* (aller = Cent. — retour = 15 mm — masse = 20 mm)

- 1) A touché : pas de signalisation.
  - Le circuit aller ou le retour de B ou les deux sont coupés.
  - Le circuit aller, le retour de B ou les deux, en contact au circuit masse.
- 2) A touché dans la coquille : A signalé touché.
  - Le circuit masse de A est coupé.
  - La coquille de A ou l'extrémité de la tête de pointe de B sont isolées.

B) *FLEURET* (aller = Cent. — retour et masse = 20 mm — plastron = 15 mm)

- 1) A touché en surface valable : pas de signalisation.
  - Les circuits aller et retour de B sont en contact.
  - Les circuits plastron et retour ou masse de A sont en contact.
- 2) A touché en surface valable : A signalé touché non-valable.
  - Le circuit plastron de A est coupé.
  - Les circuits aller et retour de B sont inversés.
- 3) A touché en surface valable : A et B sont signalés touchés valable.
  - Les circuits plastron et aller de B sont en contact (suivant le type d'appareil).
- 4) A touché en surface non-valable : pas de signalisation.
  - Les circuits aller et retour de B sont en contact.
- 5) A touché en surface non-valable : A signalé touché valable.
  - Mauvaise isolation de la surface valable de A.
- 6) A touché en surface non-valable : B signalé touché valable.
  - Les circuits plastron et retour de B sont en contact (suivant le type d'appareil).
- 7) A touché sur la coquille : A signalé touché non-valable.
  - La coquille de A ou l'extrémité de la tête de pointe de B sont isolées.
- 8) A n'est pas touché : A signalé touché non-valable en permanence.
  - Le circuit aller ou le retour de B ou les deux circuits sont coupés.

Ces phénomènes électriques sont provoqués par des pannes types. Les différentes pannes de n'importe quelle pièce de l'installation ne peuvent que présenter un ou plusieurs de ces phénomènes anormaux décrits. Le détail des pièces en panne, leurs effets et leurs causes sont traités dans un paragraphe suivant.

### VERIFICATION EN COURS D'UTILISATION :

En cas de défaillance de l'un des circuits, on peut utiliser l'autre pour faciliter la localisation de la panne. On peut également se servir d'objets métalliques tels que : clefs, canifs, lime à ongles, etc.

#### A) *Utilisation de l'épée opposée à un circuit*

Contacter avec la tête de pointe en exerçant une pression suffisante.

- 1) La fiche aller ou Cent. : signalisation de la touche opposée à l'épée.
- 2) La fiche retour ou 15 mm : signalisation du coup double.
- 3) La fiche masse ou 20 mm : pas de signalisation.

Ces trois phénomènes électriques prouvent le bon fonctionnement du circuit testé.

#### B) *Utilisation du fleuret opposé à un circuit*

Il est recommandé de ne se servir du fleuret opposé que pour tester le circuit valable :

— Contacter la tête de pointe (avec une pression suffisante) et la fiche placée à 15 mm de la fiche Centrale : signalisation valable du côté opposé.

#### C) *Emploi d'un objet métallique (clefs, canifs, etc.)*

Permet de tester le circuit non valable en contactant :

— La fiche Centrale et celle placée à 20 mm : pas de signalisation non valable côté opposé.

Ces deux phénomènes électriques prouvent le bon fonctionnement des circuits testés.

# PRINCIPALES DÉFAILLANCES DES DIFFÉRENTES PARTIES D'UNE INSTALLATION

| DESIGNATION | DEFAILLANCES<br>CONSTATEES | CAUSE<br>DES DEFAILLANCES |
|-------------|----------------------------|---------------------------|
|-------------|----------------------------|---------------------------|

## SOURCE DE COURANT

|                                       |   |   |
|---------------------------------------|---|---|
| Courant alternatif ou courant continu | Déclenchement intempestif<br>Coup double enregistré à faux<br>Touche signalée un très court instant | Survolage du courant (supérieur à 14 V. environ)<br>Dévolage du courant (inférieur à 10 V. environ)<br>Dévolage du courant (inférieur à 8 V. environ) |
|---------------------------------------|---|---|

## FIL DE BRANCHEMENT (doublé)

|                     |   |   |
|---------------------|---|---|
| Prises mâles — fils | L'aiguille du voltmètre est à la position 0 | Un ou deux fils sont coupés ou débranchés |
|---------------------|---|---|

## APPAREIL DE CONTROLE

|   |  |  |
|---|--|--|
| Coupe-circuit<br>Commutateur de voltage | L'aiguille du voltmètre reste à 0<br>L'aiguille du voltmètre n'est pas entre les repères rouges (12 V.)<br>Une ou plusieurs lampes ne s'allument pas | Le fusible du coupe-circuit est fondu<br>Le commutateur n'est pas réglé en fonction du courant   |
| Lampes                                  | Mauvais fonctionnement des signalisations  | Elles sont brûlées, dévissées ou les relais de l'appareil ont un contact défectueux<br>Les relais sont isolés, faussés ou l'électro-aimant défectueux. |
| Relais                                  | Sonnerie inaudible   | Vis de réglage trop serrée ou trop bloquée   |
| Vibreur                                 |  |  |

## FILS DE CONNEXION (Appareil enrouleur)

|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
| Fiches triples.<br>Fil | Touche permanente d'un côté<br>Touche non signalée<br>Touche signalée par intermittence<br>Touche non signalée<br>Touche signalée, sur la coquille ou sur la piste | Les deux fils (fiches centrale et à 15 mm) du côté opposé sont dénudés et en contact<br>Les deux fils ou trois fils du côté opposé sont dénudés et en contact. Masse permanente<br>Les deux fils (fiches à 15 et 20 mm) sont dénudés et il y a une masse temporairement au moment de la touche<br>L'un des fils (fiches à 15 mm ou centrale) est coupé<br>Le fil du circuit masse est coupé ou dénudé |
|------------------------|--|---|

## ENROULEURS

|  |       |                                    |  |
|--|-------|------------------------------------|--|
| Fil de rouleur                         | l'en- | Reste dévidé                       |  |
|  |       | Ne se dévide pas suffisamment      | Un ou plusieurs ressorts sont cassés ou le fil est sorti de la bobine et se bloque sur l'axe                     |
|  |       | Manque de force de rappel          | Les ressorts sont trop bandés (plus de 10 à 12 tours)  |
| Charbons contact                       | de    | Touche coquille signalée           | Les ressorts sont insuffisamment bandés (moins de 10 tours)  |
|  |       | Touche signalée par intermittence  | Isolement de l'une des parties métallique qui remplace le fil de masse (couvercle)                               |
| Axe                                    |       | Touche signalée par intermittence  | Les charbons sont usés irrégulièrement ou se bloquent dans leur logement (ressorts)                              |
| Bobine métallique                      |       | Touche signalée par intermittence  | Axe ou piste faussé, les charbons ont un mauvais contact   |
| Fils reliant le couvercle aux charbons |       | Signalisation embrouillée ou nulle | Les fils (fiches centrale et à 15 mm) sont dénudés et viennent en contact avec la partie métallique de la bobine |
|  |       |                                    | Inversion des fils   |

## FILS DE CORPS

Les défaillances sont les mêmes que pour les fils de connexion. — Mêmes causes que pour les fils de connexion

## EPEE

|                                 |  |   |
|---------------------------------|--|---|
| Prise de coquille               | Touche non signalée                          | Les fils (fiches centrales et à 15 mm) sont coupés ou débranchés  |
| Face intérieure de la coquille  | Touche non signalée ou par intermittence     | L'un des fils est dénudé et en contact avec la coquille   |
| Support de la prise de coquille | Touche non signalée ou par intermittence     | L'un des fils est dénudé et en contact avec la coquille.  |
| Face extérieure de la coquille  | Touche signalée sur la coquille              | Il y a masse. La poignée écrase les fils  |
|                                 | Touche signalée sur la coquille              | Support isolé, circuit masse interrompu   |
|                                 |  | Il y a une matière isolante quelconque sur la face extérieure de la coquille ou sur la tête de pointe de l'arme du circuit opposé |
| Lame                            | Mêmes défaillances déjà citées pour les fils | Mêmes causes  |
| Embase                          | Touche non signalée                          |   |
| Tête de pointe, plots           |  | L'un des plots ou les deux sont enfoncés dans l'isolant   |
| Ressort de contact              | Touche non signalée                          | Ressort tassé ou désaxé. Ne vient pas en contact avec les plots   |
|                                 | Touche signalée tardivement                  | Ressort tassé ou trop vissé   |
|                                 | Touche signalée trop tôt                     | Ressort allongé ou dévissé  |
|                                 | Touche non signalée ou par intermittence     | Ressort désaxé en contact avec le ressort de rappel ; il y a masse par intermittence  |
| Vis de fixation                 | Touche non signalée                          | Une vis traverse l'isolant et se trouve en contact avec le manchon de la tête de poi-   |

## FLEURET

Pour localiser les défaillances d'une installation de fleuret électrique, il est indispensable de rappeler le rôle de chacun des circuits :

- 1) *Le fil central* a la même fonction qu'à l'épée, il transporte le courant positif
- 2) *Le fil à 15 mm* ne sert plus au retour du courant mais est relié au plastron et transporte le courant du circuit — touche valable
- 3) *Le fil à 20 mm* a la même fonction qu'à l'épée (masse) et transporte également le courant qui agit par rupture pour le circuit non valable

## SOURCE DE COURANT

|                                       |                           |             |  |
|---------------------------------------|---------------------------|-------------|--|
| Courant alternatif ou courant continu | Déclenchement valable     | intempestif | Survolage du courant (14 V. environ)         |
|                                       | Déclenchement non valable | intempestif | Dévolage du courant (infér. à 11 V. environ) |

## APPAREIL DE CONTROLE

Signale touche non valable lorsqu'il y a touche valable

Dévolage du courant (infér. à 11 V.)

## FILS DE CONNEXION

|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
| Fiches triples ou fils | Lampe N.V. allumée en permanence                       | Fil central ou à 20 mm coupé ou débranché du côté opposé          |
|                        | Lampe V. ne s'allume pas                               | Fil à 15 mm du côté opposé coupé ou débranché                     |
|                        | Lampe N.V. ne s'allume pas                             | Fils central et à 20 mm du côté opposé sont dénudés et en contact |
| Fiches triples ou fils | Lampe V. s'allume du côté du tireur qui touche V ou NV | Fils central et à 15 mm sont dénudés et en contact                |
|                        | Pas de signalisation                                   | Fils à 15 mm et à 20 mm sont en contact                           |

## ENROULEURS

|                                    |  |   |
|------------------------------------|--|---|
| Fil                                | Mêmes défaillances qu'à l'épée                         | Mêmes causes  |
| Fils du bloc porte-charbons        | Signalisation intempestive, embrouillée ou inexistante | Les fils sont inversés, donc mal branchés   |
|                                    | Lampe N.V. allumée en permanence                       | La fiche est isolée ou les parties métalliques de l'enrouleur sont isolées entre elles                        |
| Fiche femelle du couvercle à 20 mm | Lampe N.V. s'allume par intermittence                  | Les charbons sont usés irrégulièrement ou se bloquent dans leur logement. Axe faussé. Coupure du circuit N.V. |
| Charbons - Axe                     | Lampe V. s'allume par intermittence                    | Mêmes causes, le circuit V. se coupe  |
|                                    | Lampe N.V. s'allume irrégulièrement                    | Fil central dénudé touche la masse métallique de l'enrouleur, ferme le circuit central et à 20 mm             |
| Bobine                             | Pas de signalisation                                   | Le fil à 15 mm est dénudé et touche la masse métallique de l'enrouleur  |

## FILS DE CORPS

|                    |   |                             |
|--------------------|---|-----------------------------|
| Fiche triple. Fils | Mêmes défaillances que pour les fils de connexion | Mêmes causes                |
| Pince crocodile.   | Lampe V. ne s'allume pas                          | Pince débranchée, fil coupé |
| Fil                |   |                             |



## ARME (FLEURET)

|                                   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|
| Prise de coquille                 | Lampe N.V. allumée en permanence<br>Lampe N.V. ne s'allume pas  | Fil de la fiche de 3 mm débranché ou cassé<br>Le manchon isolant de la fiche de 3 mm est défectueux, ou le fil est en contact avec une partie métallique de la coquille |
| Support de la prise de coquille   | Lampe N.V. s'allume par intermittence   | Poignée insuffisamment serrée, il se produit des ruptures de courant  |
| Support de la prise de coquille   | Lampe N.V. ne s'allume pas  | Le fil central est écrasé   |
| Face intérieure de la coquille    | Lampe N.V. allumée en permanence  | Mauvais contact entre le support et la face intérieure de la coquille   |
| Face extérieure de la coquille    | Lampe N.V. s'allume par un coup dans la coquille  | Matière isolante sur la face extérieure de la coquille ou de la tête de pointe du côté opposé : le circuit masse est interrompu   |
| Lame                              | Mêmes défaillances que pour les fils central et à 20 mm (la masse métallique de la lame et de l'embase remplace le fil à 20 mm) | Mêmes causes  |
| Plot                              | Lampe N.V. allumée en permanence ou par intermittence   | Fil dessoudé du plot ou le quitte lorsqu'il y a choc  |
| Plateau de contact et de fixation | Course de rupture trop longue<br>Lampe V. ne s'allume pas   | Le plateau est dévissé<br>Le corps de la tête de pointe est complètement dévissé, le courant ne peut plus passer de la tête de pointe au plastron                       |
| Ressort de rappel et de contact   | Lampe N.V. s'allume au choc des lames   | Ressort taré à moins de 500 g, ne peut maintenir le plateau et la rondelle de contact avec une pression suffisante  |
| Vis de fixation                   | Lampe N.V. s'allume au choc des lames   | La vis desserrée joue dans son logement et provoque des ruptures de courant   |

## PLASTRON

|          |   |   |
|----------|---|---|
| Plastron | Provoque un signal N.V. ou N.V. valable<br>Lampe V. ne s'allume pas | Fils conducteurs, constituant le tissu, sont usés et coupés, ne livrent plus passage au courant<br>Une partie métallique de l'arme du tireur est en contact avec le plastron à l'instant de la touche reçue |
|----------|---|---|

## TENUE — MASQUE

|  |  |
|--|--|
| Lampe valable s'allume   | Trop de courant dans le plastron (réglage du voltage) mal isolé du reste de la tenue       |
| Lampe valable, s'allume ou lampes N. N.V. pour un coup en surface N.V. | La transpiration peut jouer le rôle de conducteur entre le plastron, la tenue et le masque |

## CHAPITRE II

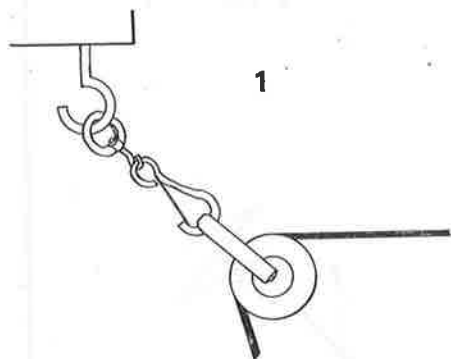
# INSTALLATION ÉLECTRIQUE

Les enrouleurs d'un mécanisme assez compliqué et difficile à réparer peuvent être remplacés avantageusement par une installation fixe dans les salles où elle est réalisable.

Cette installation peu coûteuse et pratique nous a été indiquée par le Lieutenant Rune Ramberg, officier de la Marine suédoise.

### MATERIELS NECESSAIRES :

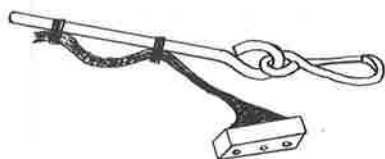
- 1) 4 poulies à gorge d'un diamètre de 6 à 7 cm, dont 2 montés sur émerillon (fig. 1 et 4).
- 2) 1 élastique à brins multiples d'un diamètre de 5 mm et d'une longueur égale à la piste, plus 2 m.
- 3) 2 longueurs de fil électrique triple (on peut utiliser du fil téléphonique) — (voir croquis).
- 4) 2 prises triples femelles — (Prise de coquille ou de fil de corps) — (fig. 2).
- 5) 2 mousquetons pour système d'attache (fig. 2).
- 6) 2 prises triples mâles (prises de fil de corps) (fig. 3).



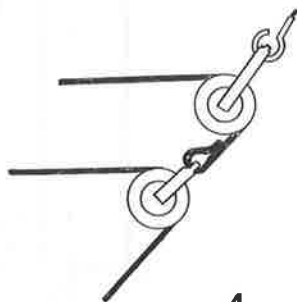
1



3

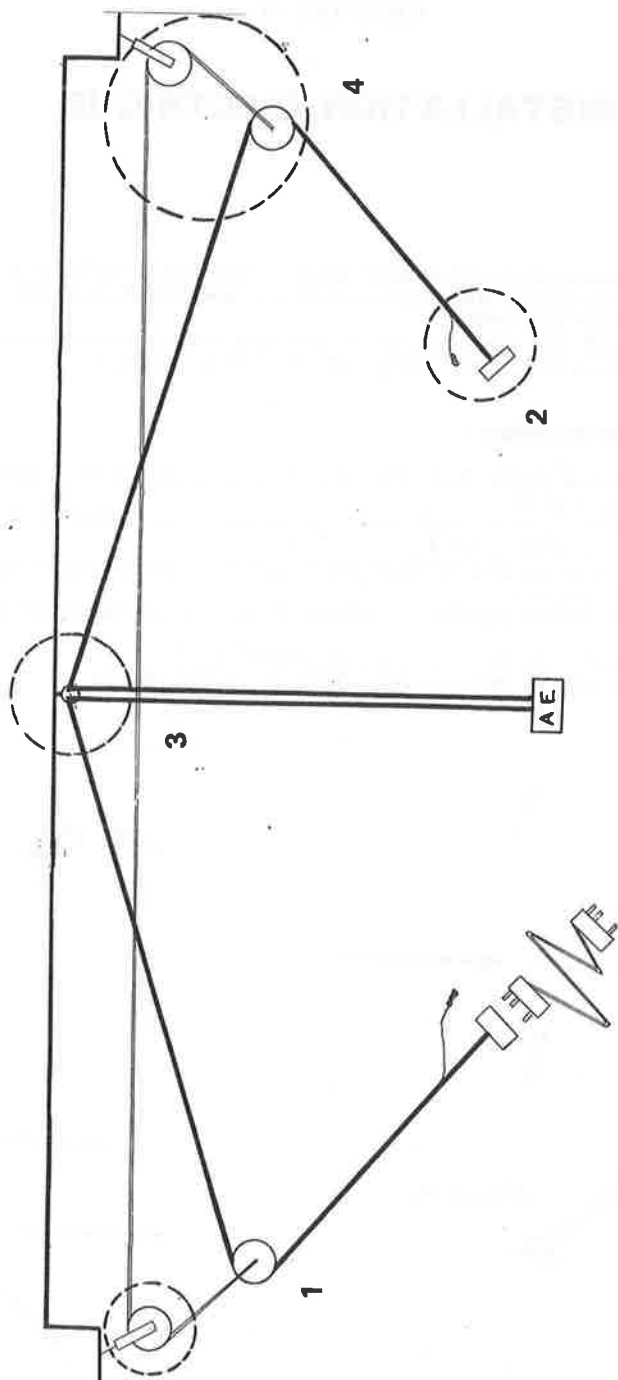


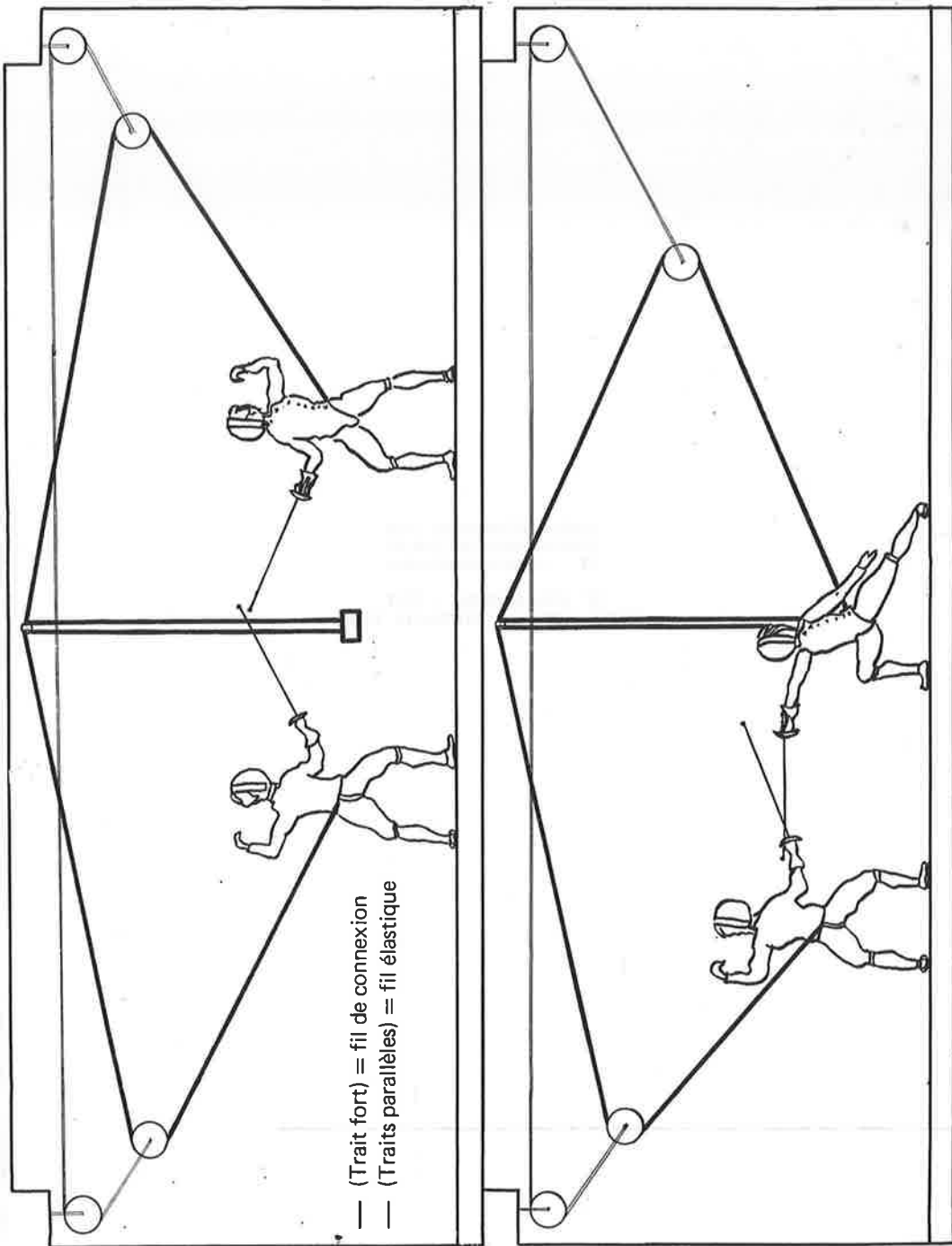
2



4

SCHEMA D'UNE INSTALLATION ELECTRIQUE FIXE





ACHEVÉ D'IMPRIMER PAR  
L'IMPRIMERIE CH. CORLET  
14 - CONDÉ-SUR-NOIREAU

N° d'Imprimeur : 7931  
Dépôt légal : 2<sup>e</sup> trimestre 1970



## **Éditions AMPHORA**

« **AMPHORA SPORTS** » (extrait du catalogue)

Roland HABERSETZER

3<sup>e</sup> dan

### **KARATÉ-DO**

Techniques de base — Assauts — Compétition  
488 pages, 255 photos, 550 croquis

Emile PERIO

### **INTRODUCTION AU PILOTAGE**

3<sup>e</sup> édition

Préface de Jacqueline AURIOL

Ouvrage agréé par le S.F.A.

280 pages, 200 figures dont 60 photos

Gilbert JACQUET

### **VOL A VOILE**

Technique, perfectionnement, performance

Préface de M. MUDRY, Président

de la Fédération Française de Vol à Voile

238 pages, 125 figures, 26 photos

Lucien DEMEILLES

### **ENTRAINEMENT ATHLÉTIQUE**

150 exercices avec poids et haltères

240 pages, 150 figures pleine page

Raymond THOMAS

### **MUSCULATION AU SERVICE DE TOUS LES SPORTS**

Préface de M. DELSOL, Directeur de l'I.N.S.

180 pages, 183 figures

Liste complète sur simple demande