

I/ HISTORIQUE



L'escrime existe depuis toujours, ou presque. Dès que l'Homme a su travailler le bois, la pierre, puis le métal, il a fabriqué des armes pour chasser, puis régler ses différends avec ses congénères.

Beaucoup de civilisations ont donc intégré l'apprentissage des armes et l'étude de leur maniement dans leurs principes fondamentaux.

Déjà, 27 siècles avant Jésus Christ, les chinois connaissaient parfaitement l'escrime. Datant de 1190 avant notre ère, un bas-relief du temple de Medinet Abou, en Egypte, construit par Ramsès III, représente une compétition à armes mouchetées, les visages des combattants étant protégés par des masques de cuir.

Grecs, Romains, Celtes, Vikings... tous ont connu l'escrime comme art de guerre.

De nombreuses évolutions ont jalonné l'histoire de notre sport : Les chevaliers en armure, avec leur épée à deux mains et leur écu, les mousquetaires, avec leur dague et leur rapière, puis les duellistes, avec leur épée...

Tous avaient un code moral, réservant l'usage de leur arme aux guerres ou aux entraînements, ainsi qu'aux différents combats d'honneur

Mais l'apparition de l'arme à feu a rendu désuète l'utilisation d'armes blanches, et, peu à peu, cet art est devenu un sport règlementé.

L'escrime moderne est née vers le 16^{ème} siècle, en Espagne, puis fût codifiée par les maîtres d'armes italiens et français.

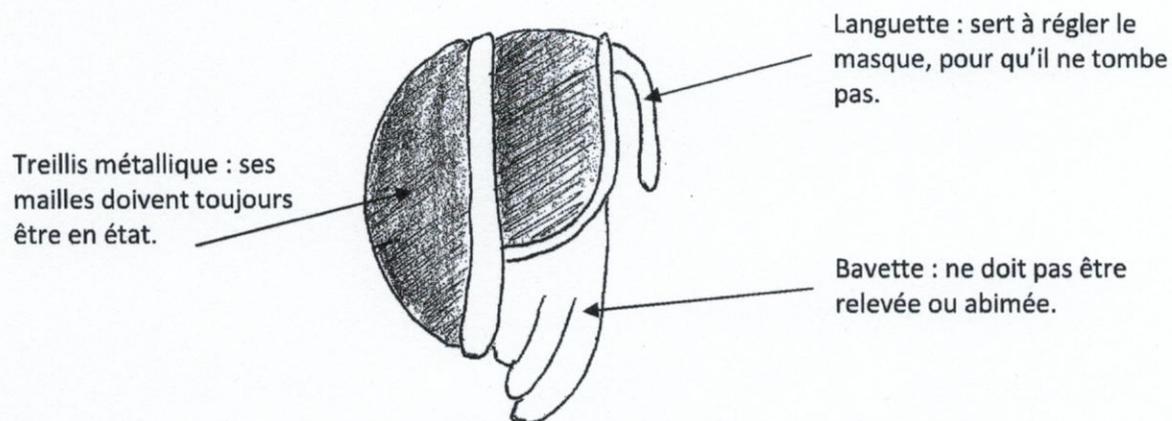
L'escrime est un sport olympique depuis 1896. Le contrôle des touches est devenu peu à peu électrique :

- En 1930 pour l'épée
- En 1955 pour le fleuret
- En 1989 pour le sabre

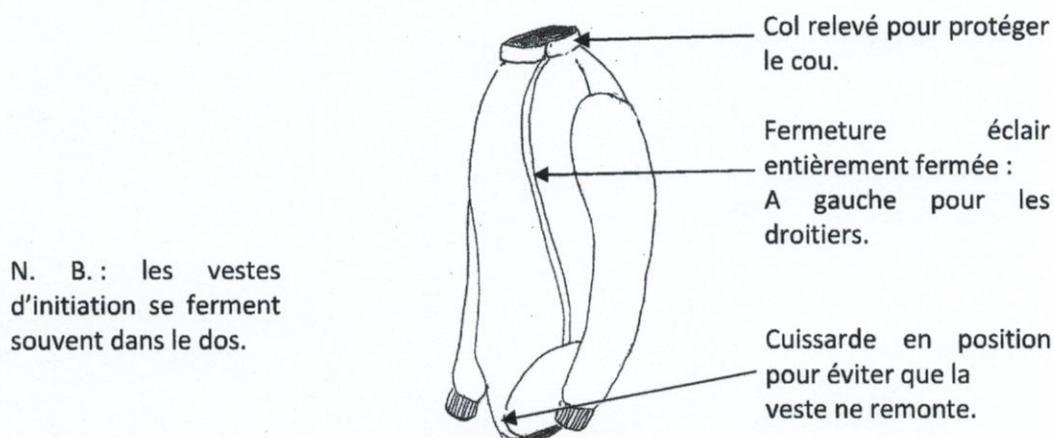
Ce sport est aujourd'hui ouvert à tous, sans distinction de sexe, d'âge, de race ou de classe sociale.

II/ PRESENTATION DU MATERIEL

A/ LE MASQUE :



B/ LA VESTE :



C/ LE GANT :

Pour protéger la main qui tient l'arme.

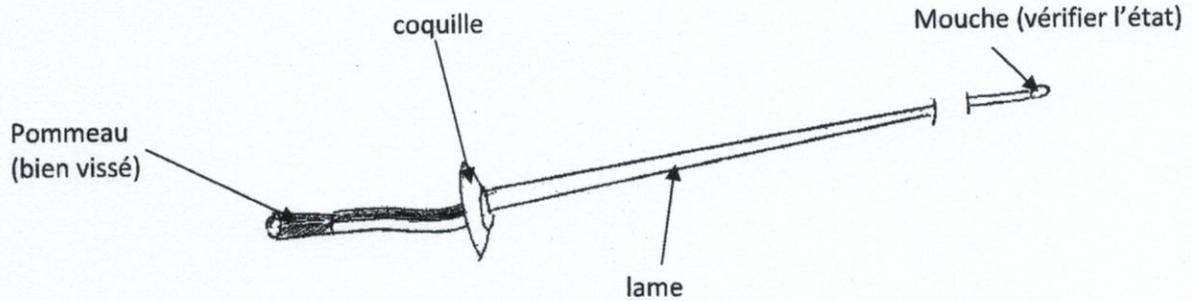
Un gant en laine ou en cuir fin peut convenir pour l'initiation.



ESCRIME A L'ECOLE ELEMENTAIRE

D/ LES ARMES :

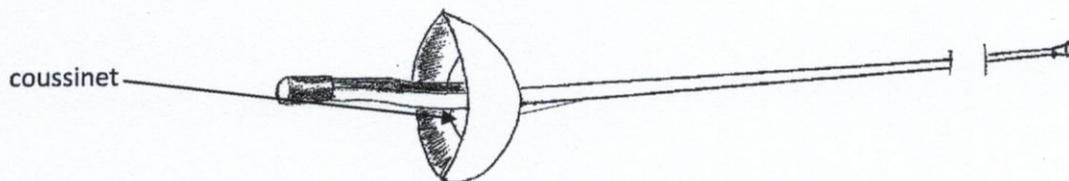
1/ Le fleuret :



Longueur : 1 m 10 maximum

Poids : environ 500 g

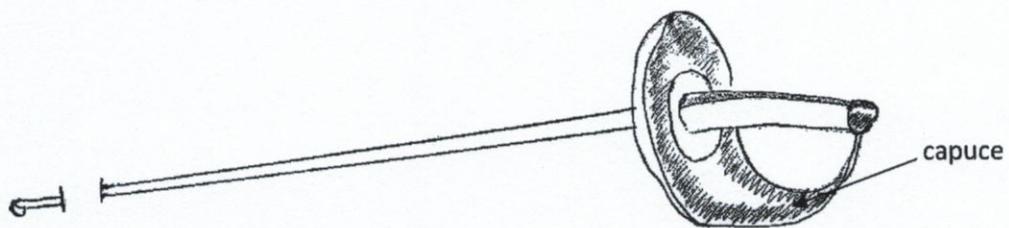
2/ L'épée :



Longueur : 1 m 10 maximum

Poids : environ 750 g

3/ Le sabre :



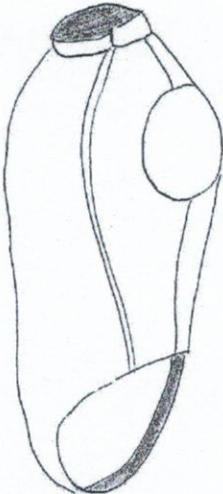
Longueur : 1 m 05 maximum

Poids : environ 500 g

E/ COMPLEMENT :

Se munir d'une paire de chaussures de sport en salle. Certaines initiations se déroulent avec un pantalon d'escrime, d'autres avec un Kit produit par la Fédération Française d'Escrime. Si la deuxième option est retenue, veiller à préférer le pantalon de survêtement au short !

III/ PRINCIPALES REGLES

	EPEE	FLEURET	SABRE
Touche :	Avec la pointe (estoc)	Avec la pointe (estoc)	Avec la pointe et le coté de la lame (taille)
Surface valable :	Tout le corps : 	Le buste: 	Au dessus de la ceinture : 
Règle :	<p>a/ Le premier qui touche marque le point.</p> <p>b/ En cas de touche double (les deux tireurs touchent dans le même 1/25 de seconde), un point chacun.</p>	<p>ARMES CONVENTIONNELLES :</p> <p>Pour marquer un point, il faut toucher tout seul ou avoir la priorité :</p> <p>Priorité à celui qui attaque, puis à celui qui a écarté en dernier l'arme adverse.</p> <p>Une touche non-valable (bras, jambes, masque) arrête le combat et annule toute touche venant immédiatement après.</p>	<p>Il est interdit de croiser les pieds dans les déplacements vers l'avant.</p>

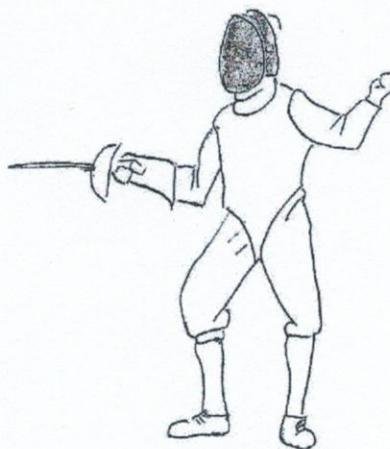
IV/ POSITIONS ET DEPLACEMENTS DE BASE :

A/ La garde :

Position de base de l'escrimeur. De sa qualité dépend la bonne exécution des déplacements.



Au fleuret :



A l'epée :



Au sabre :

- Buste droit.
- Jambes fléchies.
- Corps effacé.
- Les deux talons sur la même ligne, pieds à angle droit.
- Les escrimeurs doivent être protégés du côté de la main armée.

B/ La marche :

Déplacement vers l'avant : on déplace d'abord le pied avant, puis on ramène le pied arrière pour retrouver la position initiale de garde.

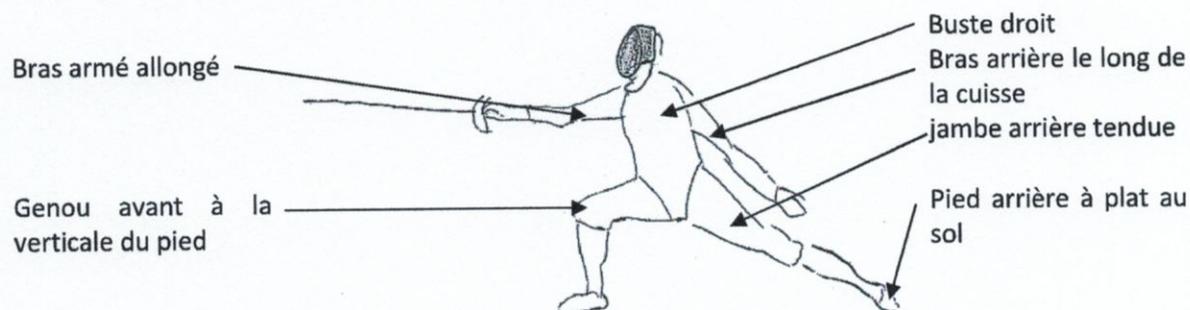
Ne pas traîner les pieds !

C/ La retraite :

Déplacement vers l'arrière : On déplace d'abord le pied arrière, puis on ramène le pied avant pour retrouver la position initiale de garde.

D/ La fente :

Procédé d'attaque : Propulser la jambe avant vers l'avant, en poussant sur la jambe arrière.



E/ Les bonds : (avant et arrière)

Les deux pieds quittent simultanément le sol, et s'y reposent en même temps, en position de garde.

F/ La passe avant : (interdite au sabre)

Le pied arrière se porte devant le pied avant, puis celui-ci avance pour retrouver la position de garde.

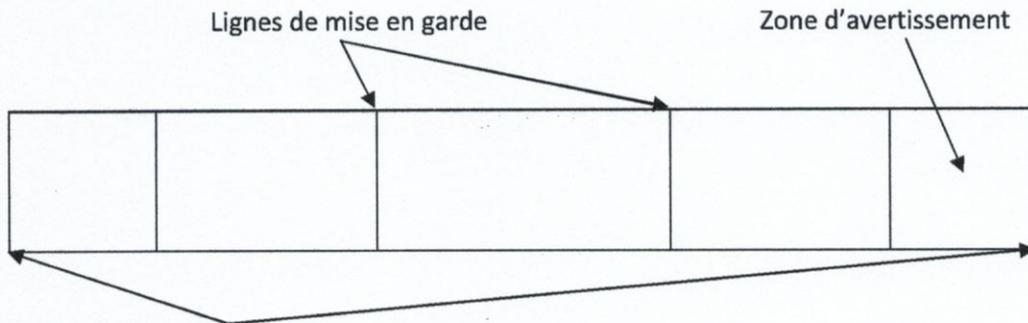
G/ La passe arrière :

Le pied avant se porte derrière le pied arrière, puis celui-ci recule pour retrouver la position de garde.

D'autres déplacements existent, tels la flèche, la balestra...mais ne semblent pas utiles dans un cycle d'initiation.

V/ LE COMBAT :

A/ La piste :



Lignes de fond de piste

Longueur : 14 m

Largeur : 1,5 à 2 m

B/ Début du combat :

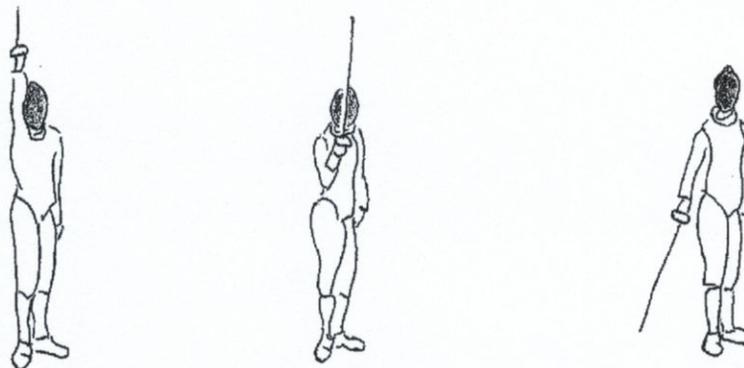
Les deux tireurs se placent de part et d'autre de leur ligne de mise en garde respective.

L'arbitre, situé au niveau de la ligne médiane donne le premier ordre :

« EN GARDE ! »

Les tireurs se saluent, saluent l'arbitre, et se mettent en garde.

- Le salut : marque de respect mutuel, présent dans de nombreux sports de combat : Se fait au début et à la fin des leçons, des matchs...



L'arbitre demande : « ETES-VOUS PRETS ? »

Les tireurs répondent : « PRET ! »

L'arbitre donne le signal du début du combat : « ALLEZ ! »

ESCRIME A L'ECOLE ELEMENTAIRE

Le combat débute :

Les tireurs se déplacent sur la piste, essayant de toucher sans se faire toucher.

Si l'un d'entre eux dépasse des deux pieds sa ligne de fond de piste, il est déclaré touché.

S'il sort latéralement, son adversaire avance d'un mètre sur la piste, lors de la remise en garde.

Dés qu'une touche est portée, ou qu'un incident entrave le bon déroulement de l'assaut, l'arbitre arrête le combat : « HALTE ! »

Si un point est accordé, les tireurs se remettent en garde comme au début de l'assaut.

Sinon, ils restent sur place, à une distance telle que, leur bras armé étant allongé, les deux pointes ne peuvent se toucher.

C/ Fin du combat :

Un assaut se déroule, pour les adultes, lors des premiers tours des compétitions, en 5 touches, et 3 minutes.

On peut adapter cette formule pour les enfants, soit en temps limité (mettre un maximum de touches en 2 minutes), soit en nombre de touches limité (match en trois touches).

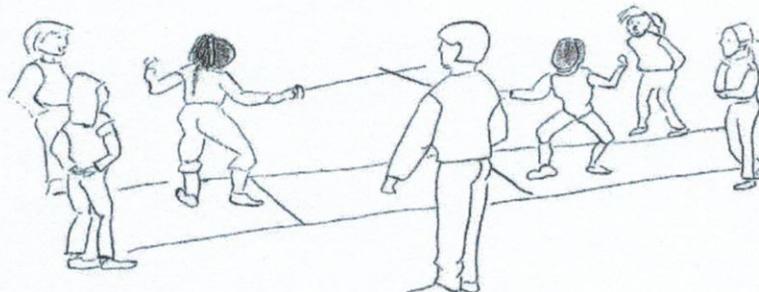
D/ L'arbitre :

Son rôle est de diriger l'assaut :

- Il donne les ordres.
- Il se déplace de façon à toujours avoir la meilleure vision possible des deux escrimeurs.
- Il attribue les points, non sans avoir, auparavant, analysé la phrase d'armes (enchaînement des actions ayant amené la touche), et désigné le tireur ayant la priorité au moment de la touche.

E/ Les assesseurs :

Au nombre de quatre, ils ont pour rôle d'assister l'arbitre.



ESCRIME A L'ECOLE ELEMENTAIRE

Les tireurs étant placés, les assesseurs se postent deux par deux, latéralement, derrière eux.

Dés qu'ils voient une touche arriver sur le tireur placé face à eux, ils en avisent l'arbitre en levant la main.

L'arbitre arrête le combat, analyse la phrase d'armes, et demande à chaque action si celle-ci a touché, aux assesseurs concernés.

Ceux-ci ont quatre réponses possibles :

- OUI : la touche est en surface valable.
- NON : pas de touche.
- NON VALABLE : (au fleuret) touche portée sur le masque, les bras ou les jambes.
- ABSTENTION : ne se prononce pas.

Chaque assesseur a une voix, l'arbitre une et demi. Il fait donc le décompte des voix, et donne sa décision.