

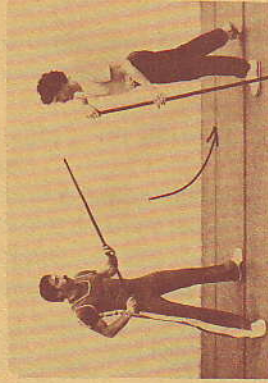
LE BATON

par Jean-Pierre *TOURJET*

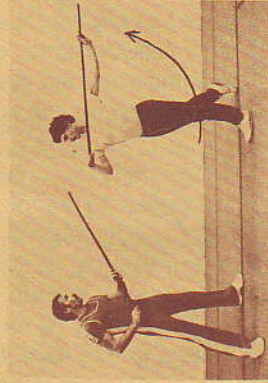
Techniques d'Attaque en ligne haute en piqué en bout

Photos : *Philippe BATAILLE*

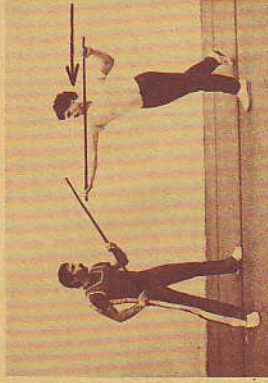
PIQUÉ DU TALON EN FIGURE



Le bâton part vers le bas, et vers l'extérieur comme pour un brisé tête.



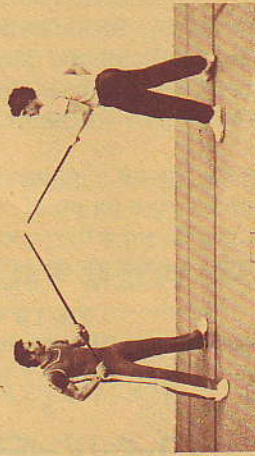
Le bâton remonte jusqu'à l'horizontale, poids du corps sur la jambe avant, bras droit présentant le talon vers l'adversaire.



Poussée du bras arrière dans une trajectoire rectiligne et horizontale, le bras avant étant directeur.



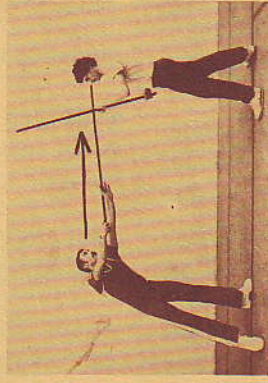
Extension complète du corps pour frapper avec le bout en figure.



PIQUÉ DE LA POINTE EN FIGURE



Le bâton est descendu vers l'intérieur et remonte jusqu'à l'horizontale, buste de profil, poids du corps sur jambe arrière, main gauche présentant la pointe vers l'adversaire.



Poussée du bras arrière dans une trajectoire rectiligne et horizontale, et extension complète du corps, le poids étant sur la jambe avant.



Esquive du buste à gauche ou à droite, et parade chassée latérale à l'opposé de l'esquive (déviation du coup vers l'extérieur).

PARADE

TRÈS IMPORTANT : Toutes les attaques en piqué doivent être rectilignes et frontales, et partir de loin pour être efficaces.
Le bras arrière a un rôle moteur (poussée dynamique).
Le bras avant a un rôle directeur.

LA FEINTE EN CANNE D'ARME :

aspects technico-tactiques

par J.-Pierre TOURTET

La technique de canne étant très simple en soi, puisqu'elle comporte en tout et pour tout six coups de base, les pratiquants, lors de confrontations sportives, sont amenés à rechercher et à utiliser des mouvements complexes pour prendre en défaut le système défensif de l'adversaire. Et plus le niveau technique augmente, plus le tireur se trouve confronté à une défense quasi-hermétique. Il doit donc alors faire preuve de créativité, tout en respectant les critères fondamentaux qui régissent la canne.

Quelles sont donc ces possibilités ?

- augmentation de la vitesse d'exécution,
- sélection et systématisation de certains mouvements,
- combinaisons avec changements de main, avec voltes,
- utilisation des feintes.

Il y a aussi tout l'aspect tactique, lié à l'adaptation de l'adversaire (morphologie, condition physique, incidence psychologique) et qui fera l'objet d'un autre article, car nous tombons alors dans le cas de la préparation spécifique et individualisée de l'athlète.

L'idéal serait donc de travailler, de développer, d'affiner toutes ces composantes, afin de posséder un bagage technico-tactique le plus vaste possible, et par là même de s'adapter, avec le maximum de réussites, aux capacités de l'adversaire.

Voyons aujourd'hui ce que les feintes peuvent nous apporter :

Mais d'abord, qu'entendons nous par feinte ? A priori, c'est une amorce de mouvement qui cherche à mettre dans le vent l'adversaire, et comme elle n'est pas prolongée, elle permettra d'ouvrir la défense adverse pour porter une autre attaque, dans un laps de temps le plus court possible. L'exemple le plus simple qui vient à l'esprit est le "contre-pied", en sports Co : en situation d'opposition un contre un, on essaye de déborder l'adversaire par feinte de corps à droite, puis reprise d'appui et débordement à gauche...

Cet exemple met tout de suite le doigt sur l'essence de la feinte :

IL FAUT QUE LA FEINTE SOIT CONVAINCANTE !

En effet, pour qu'elle soit utilisable dans notre discipline, il faut que l'amorce du mouvement soit réelle, que l'intention soit visible, pour que l'adversaire réponde franchement au signal visuel, et qu'ainsi il se mette à découvert. Donc, déjà, il faut respecter ce principe : une feinte ne peut être efficace que si elle peut leurrer l'adversaire, que si elle est perceptible et convaincante. Cela implique un véritable mouvement d'armé, et non pas quelques moulinets de poignets, en tirant devant ou au-dessus de la tête. D'autant plus que cette prétendue solution de facilité, si elle apparaît plus rapide, risque surtout d'amener un coup non armé, en cas d'opportunité d'attaque.

Chaque coup de canne, vertical ou horizontal, se décompose globalement en deux temps d'exécution :

- un temps d'armé, où la canne prend du recul et de l'amplitude,
- un temps de frappe, où la canne finit sa trajectoire pour atteindre la cible par une extension complète du buste et du bras.

Ainsi la feinte, pour être réelle, doit être le premier temps du mouvement, sans chercher à développer complètement le bras. Par contre, dans le cas d'une ouverture dans la garde adverse, cette feinte peut être transformée en coup de frappe simplement par cette extension, et la touche pourra alors être comptabilisée, sans risquer de se faire sanctionner comme coup irrégulier.

L'apprentissage de la feinte doit se faire :

- en situation d'opposition limitée, avec des consignes restrictives, des variantes, une coopération du partenaire,
- en situation d'opposition réelle, avec concrétisation des acquis.

Trois aspects en ressortent, et qui sont dans l'ordre :

- aspect cognitif : développement des savoir-faire, apprentissage des feintes, utilisation des formes de corps,
- aspect moteur : développement des liaisons, déplacements, changements de rythme,
- aspect tactique : développement des facteurs perceptifs, conduites tactiques, opportunité, adaptation à l'adversaire.

TRAVAIL SUR TROIS COUPS /

- brisé tête / croisé haut / latéral croisé figure,

- brisé tête / feinte de croisé haut / latéral croisé figure,

dans ce premier exercice, l'élève saisit la nuance, acquiert un léger changement de rythme dans son exécution.

D'autres exercices doivent être proposés, avec modification des trajectoires des lignes de frappe etc...

- latéral extérieur figure / feinte latéral croisé figure / latéral extérieur jambe,

- croisé bas / feinte d'enlevé / latéral croisé jambe...

Il faut insister tout de suite sur l'authenticité de la feinte (donc bien armer) :

sur les différents appuis qui permettent de bien armer le coup,

- sur les formes de corps qui peuvent leurrer l'adversaire,

- sur l'importance du changement de rythme (accélération de la liaison par suppression du temps de frappe de la feinte).

TRAVAIL SUR QUATRE PUIS CINQ COUPS ENCHAÎNÉS :

On peut ensuite augmenter la série offensive, en incorporant dans celle-ci, d'abord une, puis deux feintes :

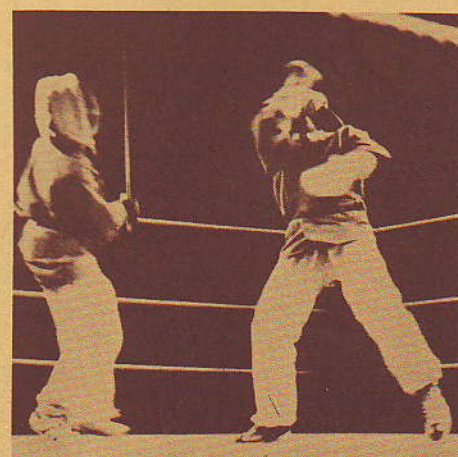
- deux attaques, une feinte, une attaque,

- une feinte, une attaque, une feinte, une attaque,

- une attaque, une feinte, une attaque, une feinte, une attaque,

- une attaque, deux feintes, deux attaques etc...

(suite page 11)



Nous avons abordé dans les n^{os} précédents, la découverte de la Canne d'arme, en utilisant 1 instrument dans chaque main.

Le but recherché était une approche globale et attrayante de la technique traditionnelle, et la sensibilisation effective des mécanismes moteurs propres à la canne en mettant les élèves dans des situations précises. A la limite, on peut considérer ces exercices comme des procédés pédagogiques pour un apprentissage de la gestuelle de la Canne.

Cependant, on peut aller plus loin et envisager l'utilisation de deux cannes à la fois, même en situation d'assaut.

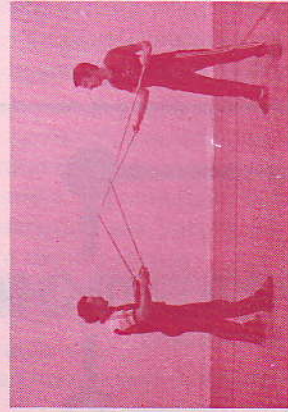
Oh ! Il n'est pas question ici de prôner une nouvelle forme d'escrime, ni de faire sécession en proposant une discipline assimilée, sinon j'aurais proposé le petit ou grand fléau, la fourche ou la massue...

Non, je pense que cette manipulation à deux cannes, si on respecte les principes d'efficacité, et la technique actuelle, peut être un dérivatif attrayant et motivant. Par une pratique contrôlée, on constate très vite de nouveaux acquis :

- meilleure disponibilité des deux mains, tant sur un plan offensif que défensif
- meilleurs appuis à la frappe et mobilité accrue (dans les changements de garde par exemple)
- affinement neuro-musculaire dans le travail "parade-riposte"
- acuité visuelle et perception motrice dédoublées.

Je pense que c'est possible, et surtout pas nocif, d'offrir au cours d'une séance un créneau de travail à deux mains, d'abord sous forme dirigée, ensuite de manière libre... Peut-être que les pratiquants non tentés par la compétition, trouveront à la Canne un attrait nouveau et tout aussi agréable.

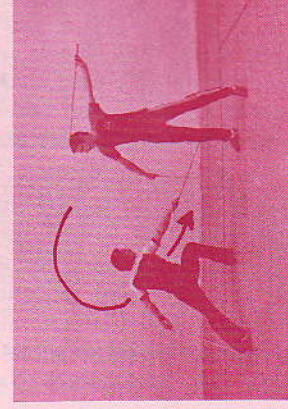
Voici à titre d'exemple une série d'exercices, où les deux mains travaillent alternativement, en attaque et en défense, dans tous les plans de frappe.



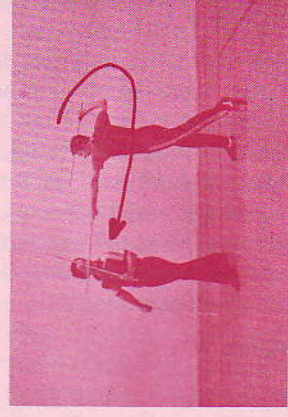
En garde face à face.



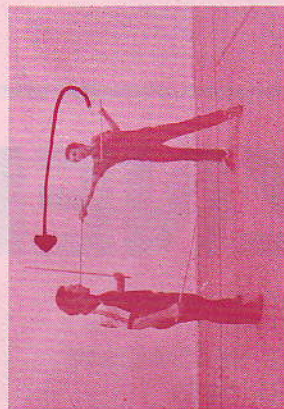
Attente en brisé tête.



Enchaîner de la même main un croisé bas.



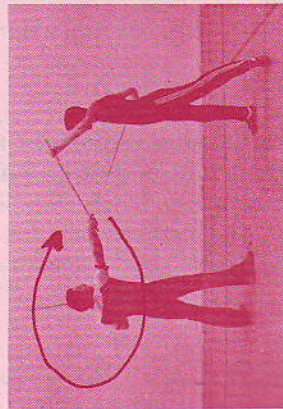
Riposter latéral extérieur figure main gauche.



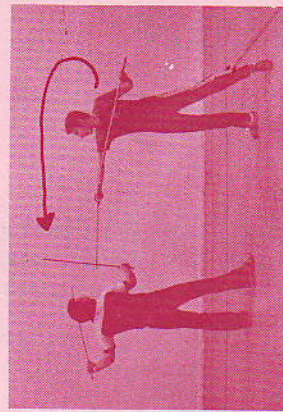
Enchaîner latéral extérieur figure main droite.



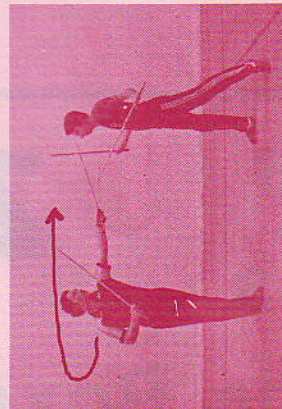
Enchaîner latéral extérieur figure main gauche.



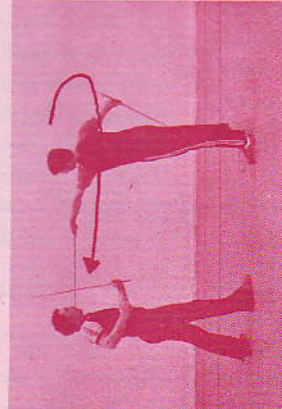
Riposter par un brisé tête main droite.



Riposter par un latéral extérieur.



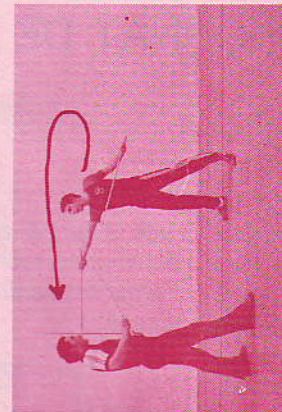
Riposter par un latéral extérieur.



Riposter par un latéral extérieur.



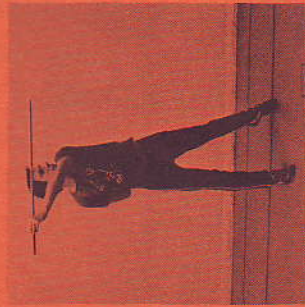
Enchaîner par un latéral croisé jambe.



Enchaîner par un latéral extérieur figure.

Technique CANNE : les Changements de main (trajectoire horizontale)

Ces coups sont expliqués pour des attaques en ligne haute. Elles peuvent également se faire en ligne médiane et basse.
Il suffit alors de casser le buste ou de faire la fente pendant le lancer, en fin de rotation.



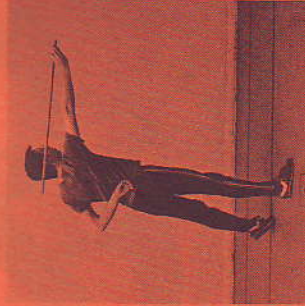
armer un latéral croisé.



la main gauche saisit la canne derrière la main droite.



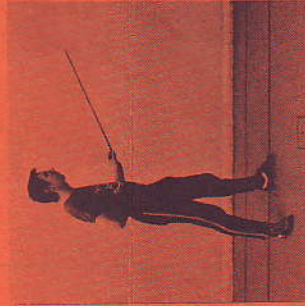
changer de garde en armant le coup en latéral extérieur, on obtient ainsi un vissage très important du buste qui déclenchera la rotation du coup.



la rotation est lancée en latéral extérieur et en garde à gauche.



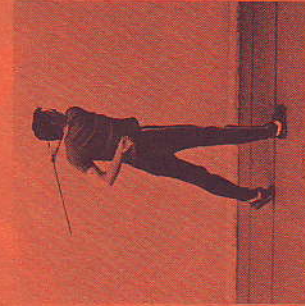
frappe en extension en garde à gauche d'un latéral extérieur.



le tireur est en garde à droite (canne dans la main droite).



armer un latéral extérieur.
la main gauche croise devant la tête devant la tête et va saisir la canne devant la main droite.



changer de garde en avançant, ce qui permet de commencer à dérouler la canne dans un mouvement de latéral croisé.



frappe en extension.
en garde à gauche, d'un latéral croisé.

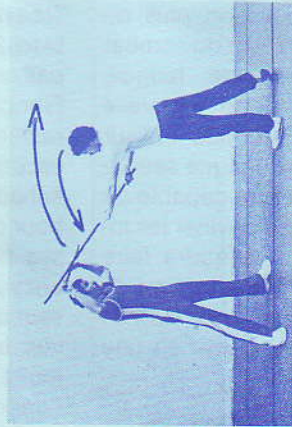
LE BATON

Piqué du talon au corps en figure

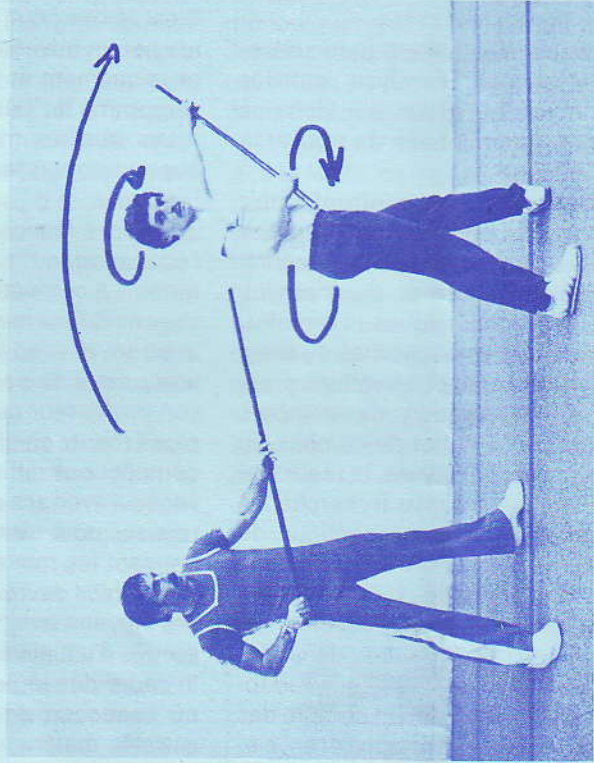
par Jean-Pierre *TOURDET*

avec une volte

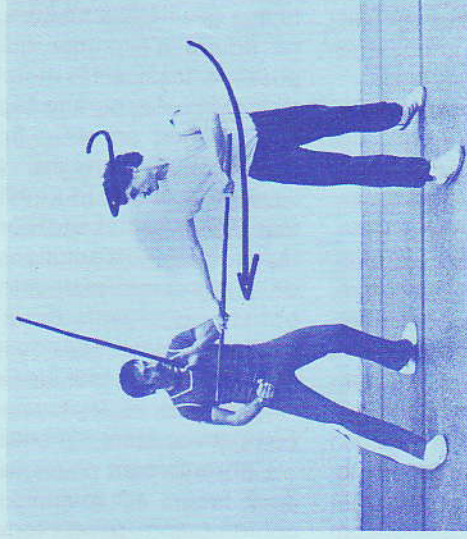
en garde normale.
(jambe gauche en avant)



attaque simple en tête
par un brisé ou un croisé
haut.



le bâton part en croisé bas, en restant le long du corps jusqu'à l'horizontale arrière, pendant que le corps fait une volte vers l'intérieur de la garde, le poids du corps restant sur la jambe gauche.
Très important, la tête lance et accélère la rotation en tournant très tôt.



frappe en piqué au corps avec le talon par une poussée horizontale et frontale, la main gauche glissant vers la pointe, le poids du corps est sur la jambe gauche.



frappé en piqué en figure avec le talon par une poussée oblique vers le haut et frontale, la main gauche glissant vers la pointe.
le poids du corps est sur la jambe gauche.

IMPORTANT : la volte donne une accélération et une puissance dans la frappe par piqué du talon.
la poussée frontale se fait près du corps et se finit par une extension du buste.