

*Honneur aux Armes  
Respect aux Maîtres*

Sabre - troisième degré



*Académie Royale d'Armes de Belgique*

## 3<sup>ème</sup> Degré Académique.

### 1. TOUTES LES ATTAQUES COMPOSEES

#### A. Avec le fer : Exemples

- Bat 4 + Feinte tête ----- Ventre ( sur 5 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte tête ----- Flanc ( sur 5 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Manchette dessus ----- Manchette extérieure ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Manchette dessus ----- Flanc ou épaule ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Manchette dessus ----- Figure droite ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Manchette dessus ----- Tête ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Ventre ----- Flanc ou épaule ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Ventre ----- Figure droite ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 4 + Feinte Ventre ----- tête ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Manchette dessus ----- Manchette extérieure ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Manchette dessus ----- Figure droite ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Manchette dessus ----- Flanc ou épaule ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Manchette dessus ----- Tête ( sur 4 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Ventre ----- Figure droite ( sur 4 de l'adversaire ) \*
- Bat 3 + Feinte Ventre ----- Manchette extérieure ( sur 4 de l'adversaire ) \*
- Bat 3 + Feinte Ventre ----- Flanc ou épaule ( sur 4 de l'adversaire ) \*
- Bat 3 + Feinte Ventre ----- Tête ( sur 4 de l'adversaire ) \*
- Bat 3 + Feinte Tête ----- Ventre ou banderolle ( sur 5 de l'adversaire )
- Bat 3 + Feinte Tête ----- Flanc ( sur 5 de l'adversaire )
- *toutes les Feintes Ventre = Feintes Banderolle*
- Bat 5 sur ligne + Feinte Flanc ----- Tête ( sur 3 de l'adversaire )
- Bat 5 sur ligne + Feinte Flanc ----- Ventre ou banderolle ( sur 3 de l'adversaire )

#### B. Sans le fer : toutes les attaques composées de plus de deux mouvements.

Attention: plus il y a de feintes d'attaques, plus il y a risque de se faire toucher en contre-attaque ou dans la préparation.

*Notes Personnelles:*

## 2. LES CONTRE-ATTAQUES AUX AVANCEES

**La contre-attaque est une action contre-offensive portée durant l'attaque de l'adversaire.**

*Ces actions sont des actions à risque , puisque à tord.*

Il est donc important de faire suivre la contre-attaque par la parade de l'attaque ou une reprise de grande distance évitant ainsi que l'attaque soit portée en surface valable ou à bon temps.

Il est très important de bien différencier les contre-attaques avec les remises et/ou les attaques dans la préparation, cette dernière étant une action offensive prioritaire.

A. Manchette dessous : du tranchant

Sur une erreur de l'adversaire dans son attaque ou sa riposte dirigée vers la tête.

Manchette dessous : du contre-tranchant ( en cavant )

Sur une erreur de l'adversaire dans son attaque ou sa riposte dirigée vers la tête ou le ventre.

B. Manchette Extérieure : du tranchant

Sur une erreur de l'adversaire dans son attaque ou sa riposte dirigée vers le flanc ou figure droite

C. Manchette Dessus : du tranchant

Sur une erreur de l'adversaire dans son attaque ou sa riposte dirigée vers la tête ou le ventre.

## 3. LA LIGNE ET LE COUP DE POINTE

**La ligne est une position prioritaire réalisée par le tireur en position de garde et dont l'arme est tenue, bras allongé, la pointe menaçant en permanence la surface valable de l'adversaire.**

Pour être valable, une attaque, portée sur un adversaire en position de ligne, doit préalablement avoir "pris" le fer adverse; ce sera une attaque au fer.

**Le coup de pointe est une action offensive simple, cette attaque est portée par la pointe.**

Le bras est allongé (ou s'allonge) en direction de la cible,

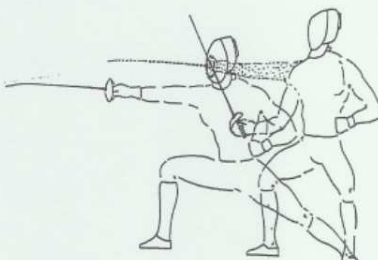
la main en pronation, ongles orientés vers le bas,

l'arme parallèle au sol à hauteur de l'épaule,

pointe en direction de la cible.

L'action peut être combinée aux déplacement de marche ou de fente.

Ce type d'attaque est rare mais se réalise principalement par trompement suite à une première action avec la main en pronation.



Exemples: Parade seconde, Riposte par feinte tierce, Trompé par coup de pointe.

Parade Quinte, Riposte par feinte flanc, Trompé par coup de pointe.

Parade Tierce, Riposte par dégagé coup de pointe.

Attaque composée de feinte tête, feinte flanc, Trompé par coup de pointe.

## 4. LE DEROBEMENT

**Le dérovement est une action contre-offensive qui consiste à soustraire sa lame à la recherche de fer adverse tout en portant la touche.**

## 5. LES PARADES CIRCULAIRES

**Les parades circulaires au sabre sont rares car l'attaquant qui trompe une parade ne reviendra pas du tranchant dans la même ligne (ligne fermée).**

**Elles peuvent cependant s'envisager sur un trompement par coup de pointe.**

Dans le même ordre d'idée, la gestuelle de "contre" pourra être réalisée sur un dérochement.

Il reste également important pour le doigté, la vitesse de main et le contrôle de l'arme de travailler les "contre" ; exemple : au départ de l'engagement.

Les lignes de contre sont : 3 contre de 3, 4 contre de 4, 2 contre de 2 et 5 contre de 5 (ou 1/2 contre).

La 1 contre de 1 est réalisable mais totalement irréaliste.

## 6. LES REPRISES ET LES REDOUBLEMENTS

**La définition officielle de la reprise est une seconde action offensive dans une autre ligne.**

**La définition officielle du redoublement est une seconde action offensive après un retour en garde préalable.**

Cependant dans la terminologie au sabre, il est plus usuel de parler d'une reprise d'attaque quand l'attaquant réalise une seconde action offensive sur une attaque parée ou ne touchant pas mais restée sans suite; dans ce cas l'attaquant reste prioritaire puisqu'il n'y a pas eu de riposte immédiate.

Le terme de redoublement est également employé pour exprimer des touches à répétitions sur la même cible, demandée par l'enseignant, lors d'une leçon au plastron; ces actions n'ont de but que le contrôle de la main et d'éviter des retours en garde d'a priori.

## 7. L'ARBITRAGE EN SALLE

Il est indispensable que les escrimeurs soient à même de comprendre les armes de conventions, d'expliquer aux plus jeunes les phrases d'armes et d'arbitrer avec ou sans assesseurs.

La gestuelle complète doit être connue et appliquée au mieux, les phrases d'armes développées en respect de ces conventions.

## 8. L'ENSEIGNEMENT

Le dictionnaire Larousse donne comme définition :

« Enseigner, c'est faire acquérir la connaissance ou la pratique. »

La réussite de l'enseignement, comme toute action éducative, dépend du dosage, de l'équilibre des différents éléments qui le constituent. La réalisation des objectifs fondamentaux est capitale. Il est bien évident que la maîtrise des déplacements, la sûreté de position et la vitesse de main, la coordination des actions des bras et des jambes sont indispensables.

L'objet des lignes suivantes consiste donc à donner, à l'éducateur manquant encore d'expérience, une sorte d'aide-mémoire à consulter fréquemment, même s'il ne remplace pas les conseils d'un enseignant compétent.

Les remarques suivantes, d'inégales valeurs, varient selon l'expérience de l'animateur, le niveau des élèves et la situation proposée.

Pour devenir un bon enseignant, il n'est pas suffisant de connaître tous ces éléments ; la « manière » de transmettre, la « pédagogie » considérée par certains comme un art, s'avère souvent capitale pour l'assimilation.

**Remarques générales :**

- a) Soins à apporter à la composition de la leçon et à l'alternance des exercices, adaptés à l'âge et au niveau des élèves.
- b) Bien définir l'objectif à atteindre.
- c) Veiller au réalisme, à se rapprocher des conditions réelles de l'assaut :
  - dans le choix de l'exercice (rester simple) ;
  - dans son exécution (réalisme au niveau de toute action offensive).
- d) Indiquer le nom correct de l'action.
- e) Laisser un temps de réflexion entre l'annonce d'une consigne et l'exécution de l'action.
- f) Alternance des exercices de placement, de vitesse avec des exercices de décontraction.
- g) Ne jamais rester sur un exercice sous sa forme d'étude décomposée : terminer par une exécution de l'action à vitesse normale.
- h) Déceler et corriger le défaut majeur et son origine.
- i) Savoir se taire de temps en temps.
- j) Savoir encourager, féliciter, plaisanter.

**Notes Personnelles:**

ACADEMIE ROYALE D'ARMES DE BELGIQUE

**SPECIMEN**

CERTIFICAT  
SABRE

M. ....

élève de .....

a réussi l'examen académique du ..... degré

avec la mention .....

Bruxelles, le .....

Les membres du jury,

L'enseignant,

Le président,

