

# Le Petit Escrimeur

Journal de l'ASH Escrime

N° 33

Février 2016



## Dans ce numéro :

L'édito du Président	1
La citation du trimestre	1
Escrime artistique	2
L'escrime aux Jeux olympiques modernes : les JO de 1960	3
Recettes	7
Mots croisés	8
Pour les jeunes escrimeurs	9
Histoire du club	9
Escrime et gauchers	11
Escrime et philosophie	12
Code de l'honneur et du duel	13
Conseils de lecture	14
Stage escrime fine	15

**ASH ESCRIME**

joindre la salle  
d'armes :

**01 39 78 61 65**

(aux horaires des cours)

## L'EDITO DU PRESIDENT

### Que du bonheur !

Chers tireurs(-euses),  
chers parents,

Tout d'abord, bravo à nos jeunes pour leurs bons résultats en compétition, notamment Marine, Lillian, Mickaël et Esteban ! Je vous invite à suivre leurs performances sur le site. Au plan national, nous savons déjà que les 4 compétitions par équipe prévues au JO de Rio (épée hommes et dames, fleuret homme et sabre dames) se dérouleront avec des français (-ses). Seule la Russie a aussi 4 équipes qualifiées pour les jeux. Pour les épreuves individuelles, il faut encore attendre un peu pour connaître tous(-tes) les sélectionné (-es). Nous serons tous derrière nos tireuses et nos tireurs l'été prochain avec l'espoir de les

voir effacer le zéro pointé des jeux de Londres !

Cependant, le haut niveau ne doit pas nous faire oublier que l'escrime reste au quotidien un loisir ouvert à toutes et à tous quelles que soit leur âge.

A ce sujet mesdames, escrimeuses ou non, vous êtes conviées à vous intéresser et surtout à vous inscrire ;- ) à notre prochaine animation « escrime fine » qui se déroulera le samedi 2 avril au club en présence d'athlètes de haut niveau. Toutes les infos dans ce numéro !

Et souvenez vous que le club, c'est vous !

Sportivement,

**Eric Palisson**

(Président de l'ASH Escrime)

## LA CITATION DU TRIMESTRE

"L'escrime sportive est nécessaire, mais l'escrime artistique - les belles armes - fera toujours battre mon cœur." (Claude Carliez)

**Claude Carliez** est un maître d'armes spécialisé dans l'escrime artistique et de spectacle et cascadeur français né le 10 janvier 1925 à Nancy et mort le 17 mai 2015. Tous nos souvenirs de films de cape et d'épée !!!!!

Conception, réalisation, maquette :

**Pascal Gaillard**

Ont participé à ce numéro : **Cécile Caron, Eric Palisson, Daniel Tyberghein, Pascal Gaillard**

**Merci de ne pas jeter sur la voie publique**

# ESCRIME ARTISTIQUE

## ESCRIME ARTISTIQUE : PRINCIPAUX ENCHAÎNEMENTS Selon Maître Claude CARLIEZ

### SALUTS D'EPOQUE

#### Salut Louis XIV à une arme: 22 temps

a) Position générale: pied gauche en avant au rassemblement, arme au fourreau, la main non armée sur la hanche.

b) Mouvements:

- 1- amener la main non armée sur l'épaule opposée et décrire un arc de cercle pour un salut au parterre,
- 2- prendre l'arme,
- 3- tirer l'épée vers le ciel,
- 4- effectuer une passe avant (pied droit/pied gauche) puis passe arrière pour revenir au rassemblement,
- 5- mettre l'épée sur l'épaule gauche, puis recule d'un pas en arrière,
- 6- menace droit en marchant,
- 7- parer septime avec un pas de côté (in quartata) riposter pointe ventre,
- 8- parer seconde sur une contre volte (talon du pied arrière levé)
- 9- effectuer une volte en amenant la main gauche sur l'épaule droite, puis tomber en garde en tierce,
- 10- effectuer un double appel de pied "talon-pointe",
- 11- rassembler avec pied gauche devant, arme au ciel,
- 12- effectuer le salut (menton puis terre) et révérence.



#### Salut Louis XIV à deux armes:

a) Position générale: pied gauche en avant au rassemblement, armes au fourreau, la main non armée sur la hanche.

b) Mouvements:

- 1- amener la main non armée sur l'épaule opposée et décrire un arc de cercle pour un salut au parterre,
- 2- prendre l'arme,
- 3- tirer l'épée au ciel et la dague en opposée en passe avant,
- 4- saluer (menton-ciel),
- 5- arme au sol,
- 6-7- passe arrière
- 8-9- effectuer une croix basse latérale, effectuer une croix haute latérale,
- 10- placer la tête devant (regarder droit),
- 11- tomber en garde en arrière rapière en tierce/dague en seconde,
- 12- monter simultanément la dague en quinte et la rapière en septime, changement de garde arrière,
- 13- changer de garde en arrière en mettant la dague en septime et la rapière en quinte,
- 14- prendre seconde Dague/tierce rapière, riposter en pointe de la dague avec une demie volte sur le côté,
- 15- prendre tierce Dague/seconde rapière, tomber en garde,
- 16- armes en tierce basse en marche,
- 17- en garde en avant, rapière en quarte/dague en tierce,
- 18- changer de garde avant, dague en quarte/rapière en tierce,
- 19- rassemblement armes de côté, pied gauche pointé,
- 20- rapière au menton,
- 21- arme en 1/2 cercle au sol, puis révérence.



**Merci de ne pas jeter sur la voie publique**

# L'ESCRIME AUX JEUX OLYMPIQUES MODERNES : LES JO DE 1960

**Les Jeux olympiques d'été de 1960**, jeux de la XVII<sup>e</sup> Olympiade de l'ère moderne, ont été organisés à Rome, en Italie, du 25 août au 11 septembre 1960.

La ville de Rome avait dû renoncer aux Jeux olympiques d'été de 1908 qu'elle avait obtenus car elle était incapable de faire face aux exigences financières. En effet, les fonds destinés aux Jeux furent utilisés pour réparer les dégâts de l'éruption du Vésuve en 1906.

Pour ces premiers jeux en terre italienne, l'organisation et les installations furent à la hauteur de l'événement. Le seul point négatif fut la canicule, qui fit souffrir de nombreux athlètes.

## Élection de la ville hôte

Le Comité international olympique confie l'organisation des Jeux olympiques d'été de 1960 à la ville de Rome au cours de la 50<sup>e</sup> session du 15 juin 1955 à Paris. La capitale italienne devance la ville de Lausanne de 11 voix au troisième tour de scrutin. Les villes de Detroit, Budapest, Bruxelles, Mexico et Tōkyō sont les autres villes finalistes.

Le logo des Jeux olympiques de Rome représente la louve romaine, allaitant Romulus et Rémus, les frères jumeaux fondateurs de la ville de Rome selon la légende. En dessous, est indiqué la date de 1960 en chiffres romains surmontant les anneaux olympiques.

La torche s'inspire de celles des anciens monuments de Rome. Elle porte l'inscription *Giocchi della XVII Olympiade* (jeux de la 17<sup>e</sup> olympiade).

## Sites olympiques

Le comité d'organisation investit 60 milliards de liras pour la construction des sites olympiques. Le village fut situé au nord de Rome, dans une boucle du Tibre, à 10 min seulement en voiture du Colisée. L'aéroport international de Fiumicino fut spécialement édifié pour l'événement.

Certaines épreuves eurent la particularité de se situer dans des sites historiques de Rome. C'est ainsi que les compétitions de lutte se disputèrent dans les ruines de la basilique de Maxence, la gymnastique aux Thermes de Caracalla et l'arrivée du marathon se situa au pied de l'Arc de Constantin.

## Cérémonie d'ouverture



*Défilé des athlètes lors de la cérémonie d'ouverture.*

Cent mille spectateurs assistent à la cérémonie d'ouverture le 25 août 1960. La délégation chilienne défile avec un bandeau noir en raison du récent tremblement de terre ayant touché son pays. Pour la première fois, le porte-drapeau de la délégation américaine est un athlète de couleur, Rafer Johnson.

Le président de la République italienne Giovanni Gronchi arrive à la cérémonie d'ouverture avec six minutes de retard à cause des inévitables embouteillages dans la capitale romaine.

L'athlète italien Giancarlo Peris, dernier porteur de la flamme, allume la vasque olympique.

Après les discours protocolaires, la cérémonie se conclut par des coups de canon, par le son des cloches vaticanes et par l'envolée de milliers de pigeons du stade olympique.

Les Jeux olympiques de Rome rassemblèrent un nombre-record de participants avec plus de 5 000 athlètes venus de 83 pays. Ce chiffre s'explique notamment par le nombre de nouveaux pays africains ayant acquis leur indépendance à la fin des années 50. C'est ainsi que le Maroc, le Soudan, la Tunisie, Saint-Marin, Taïwan (Formose) et la République arabe unie (union politique de l'Égypte et de la Syrie) participent à leurs premiers Jeux. Le Suriname, 84<sup>e</sup> pays, déclara forfait pour la compétition. La Chine communiste, qui est sortie du CIO le 25 août 1958, est absente à Rome à la suite de son différend avec Taïwan qui participe aux jeux sous le nom de Formose. Par ailleurs, comme en 1956, les deux Allemagne sont contraintes par le CIO de former une seule équipe, l'équipe unifiée d'Allemagne. Dans l'équipe sud-africaine, fait polémique l'absence de tout athlète noir : le CIO et Avery Brundage, dûment infor-

més, notamment par l'Association sportive sud-africaine, des discriminations exercées à leur encontre, laissèrent faire et cooptèrent pour faire bonne mesure, comme membre Kényan du CIO, un Blanc.

### Faits marquants












Une particularité concerne le chronométrage qui ne fut pas effectué par des marques de chronomètres, sponsors traditionnels, mais par la Fédération italienne des chronométrateurs avec la présence de 82 chronométrateurs venus d'Italie entière et qui ont relevé et certifié les résultats en athlétisme, natation, cyclisme, aviron, boxe et sports équestres.

Pour la première fois, la télévision couvrit l'ensemble des compétitions : la RAI<sup>5</sup> produisit 106 heures d'émissions, diffusées dans toute l'Europe, en direct intégral et en Eurovision ce qui constituait une première mondiale, une quantité démesurée, étant donné l'existence d'une seule chaîne.

## Escrime aux Jeux olympiques d'été de 1960







8 épreuves ont eu lieu : six chez les hommes (trois individuelles et trois par équipes), deux chez les femmes (fleuret individuel et par équipes) ; la compétition de fleuret par équipes apparaît pour la première fois chez les femmes

### Tableau des médailles

Classement	Pays	 Or	 Argent	 Bronze	Total
1	 Union soviétique	3	2	2	7
2	 Hongrie	2	2	0	4
3	 Italie	2	1	3	6
4	 Allemagne de l'Ouest	1	0	1	2
5	 Royaume-Uni	0	2	0	2
6	 Pologne	0	1	0	1
7	 États-Unis	0	0	1	1
-	 Roumanie	0	0	1	1

## Fleuret







### Fleuret homme

 Or	Viktor Zhdanovich	 Union soviétique
 Argent	Yury Sisikin	 Union soviétique
 Bronze	Albert Axelrod	 États-Unis

### Fleuret femme

 Or	Adelheid Schmid	 Allemagne de l'Ouest
 Argent	Valentina Rastvorova	 Union soviétique
 Bronze	Maria Vicol	 Roumanie

### Fleuret homme par équipe

 Or	Youri Roudov, Mark Midler, German Sveshnikov, Viktor Zhdanovich, Yury Sisikin	 Union soviétique
 Argent	Mario Curletto, Luigi Carpaneda, Edoardo Mangiarotti, Alberto Pellegrino, Aldo Aureggi	 Italie
 Bronze	Tim Gerresheim, Jurgen Brecht, Eberhard Mehl, Jurgen Theuerkauff	 Allemagne de l'Ouest

### Fleuret femme par équipe







 Or	Aleksandra Zabelina, Galina Gorokhova, Valentina Prudskova, Valentina Rastvorova, Tatyana Samusenko-Petrenko, Lyudmila Shishova	 Union soviétique
 Argent	Katalin Juhaszne-Nagy, Magdolna Kovacsne-Nyari, Ildikó Rejtő, Lidia Sakovitsne-Domolky, Gyorgyi Szeke-lyne-Marvalics	 Hongrie
 Bronze	Claudia Pasini, Antonella Ragnolonzi, Welleda Cesari, Irene Camber, Bruna Colombetti	 Italie

## Sabre

### Sabre homme







 Or	Rudolf Karpati	 Hongrie
 Argent	Zoltan Horvath	 Hongrie
 Bronze	Wladimiro Calarese	 Italie

### Sabre homme par équipe

 Or	Rudolf Karpati, Zoltan Horvath, Pal Kovacs, Aladar Gerevich, Gabor Delneky, Tamas Mendelenyi	 Hongrie
 Argent	Wojciech Zablocki, Emil Ochyra, Jerzy Pawlowski, Ryszard Zub, Andrzej Piatkowski, Marian Kuszewski	 Pologne
 Bronze	Mario Ravagnan, Roberto Ferrari, Pier-Luigi Chicca, Giampaolo Calanchini, Wladimiro Calarese	 Italie

## Epée

### Épée homme

 Or	Giuseppe Delfino	 Italie
 Argent	Allan Jay	 Royaume-Uni
 Bronze	Bruno Habarovs	 Union soviétique

**Les Français n'ont rien remporté à cette olympiade !!**



# RECETTES

## CREME BRULEE A LA VANILLE

**Temps de préparation : 15 minutes**  
**Temps de cuisson : 45 minutes**

*Ingrédients (pour 6 personnes) :*

- 6 jaunes d'oeufs
- 120 g de sucre en poudre
- 50 cl de crème liquide
- 15 cl de lait
- 2 gousses de vanille
- 6 cuillères à soupe de cassonade

Préparation de la recette :

Préchauffez le four à thermostat 3 (90°C).

Fendez les gousses de vanille dans la longueur et raclez avec la pointe d'un couteau les petites graines noires de l'intérieur au-dessus d'une jatte. Ajoutez les jaunes d'oeufs et le sucre. Fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporez le lait, puis la crème toujours en fouettant. Répartissez cette préparation dans des petits plats à oeufs. Faites cuire 45 mn au four.

Après refroidissement, mettez-les au réfrigérateur 2 heures. Pour servir, saupoudrez le dessus de chaque crème de cassonade. Laissez caraméliser pendant

**1 mn sous le grill du four.**  
**Servez aussitôt.**

Remarques :

Pour éliminer la mousse en surface, laissez reposer les crèmes pendant 1/2 heure avant de les mettre au four

## CROQUE POMME -CARMEL

**pour 1 pers / 3 pp**

- 1 petite pomme ou 1/2 pomme
- 1C à S de caramel liquide ( au beurre salé pour moi )
- 2 tranches de pain de mie complet sans la croûte

Mettre le caramel sur le pain. Couper la pomme en fine lamelles et mettre sur le caramel. Refermer avec la deuxième tranche et mettre à cuire dans l'appareil à croque pendant 3 min environ, le temps que la pomme cuise.

**Servir chaud ou tiède**

## MOELLEUX AU CITRON

**Pour 6 personnes :**

- 4 œufs
- 130 g de sucre (2/3 tasse)
- 80 g de beurre ou de margarine (6 cuillères à table)
- 120 g de farine (1 tasse)
- 1 sachet de levure chimique (1 cuillère à table de poudre à pâte)
- jus et zeste d'un citron non traité, ou arôme de citron (j'en ai mis 2 + leurs zestes, on est fans chez nous)

Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

Dans une jatte, battez les jaunes avec le sucre et le citron jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le beurre fondu, la farine et la levure. Battez les blancs en neige avec une pincée de sel et incorporez-les délicatement à la préparation. Répartissez la pâte dans un moule carré (20×20 cm) ou un moule à manqué beurré et fariné.

Enfournez environ 20 minutes dans le four préchauffé à 180° (th.6).

**Laissez refroidir le gâteau et saupoudrez-le de sucre glace**



# MOTS CROISES

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I								■		
II							■			
III					■	■				■
IV	■									
V								■		
VI				■						
VII			■						■	
VIII		■								■
IX				■		■		■		
X										

## Horizontalement

I / Plats ibères. Cet été à Rio

II/ Piège qui fait attaquer l'adversaire. Bout de gâteau ;

III/ Montagne allemande. Comme.

IV/ Emotifs.

V/ Tueuses troublées. Avec eux on met Paris en bouteille.

VI/ Roi romain. Parfois difficile le matin.

VII/ Association sportive. Vérifie que le compte est bon.

VIII/ Sont au tennis ce que les assauts ou les matchs sont à l'escrime.

IX/ A son carré. Introduit un choix.

X/ Contente.

## Verticalement

1/ Richesse nationale. Suivies par les limiers.

2/ Devaient être nombreuses pour le bain de Cléopâtre. La sienne

3/ Dans l'Eure. Ancienne Poste.

4/ Sixte ou quarte ou tierce... Fleuve du Nord.

5/ Petit Lieutenant. On l'est par une attaque sur la préparation.

6/ Extrémités de l'atome. Avec Tristan.

7/ Vibrante et désordonnée.

8/ Pour sculpter sa coiffure. Triple mauvaise note.

9/ Ancien pilote de F1 (initiale prénom- nom).

10/ Au cœur du foie. Veille au grain. Union Européenne.

## Solution du numéro précédent

### Solution

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	H	A	L	L	E	B	A	R	D	E
II	E	M	I	E	T	T	E	■	E	N
III	A	P	E	X	■	P	D	G	■	G
IV	U	O	M	■	H	■	E	M	M	A
V	M	U	E	T	T	E	S	■	O	R
VI	E	L	N	E	■	N	■	O	U	D
VII	■	E	T	A	B	L	I	S	S	E
VIII	O	S	■	S	L	A	V	E	S	■
IX	T	■	S	E	O	C	A	S	E	■
X	E	M	A	R	G	E	R	■	S	I

# POUR LES JEUNES ESCRIMEURS

## SOLUTION DU NUMERO PRECEDENT

Quel escrimeur célèbre utilise la célèbre " botte de Nevers " ?

- Lagardère



# HISTOIRE DU CLUB D'HERBLAY

## Saison 1993-1994



**52 escrimeurs au club**

La cotisation est maintenue à 1 000 F pour le premier tireur, 950 F pour le second et 800 F pour le 3<sup>ème</sup> par famille (licence et assurance comprises).

Participation du club au Salon des Associations à Herblay.

Organisation du Championnat du Val d'Oise à l'épée à Herblay le 19 mars : 12 clubs y participent.

## Saison 1994-1995



**43 escrimeurs au club**

Participation du club au 8<sup>ème</sup> challenge de la ville de Gonesse.

Le montant de la subvention de la ville d'Herblay au club s'élève à 30 000 F.

Qualification de l'équipe Junior épée aux Championnats de France à Rennes et sélection d'un minime dans l'équipe première de la Ligue de Versailles aux 3<sup>èmes</sup> Championnats de France à l'épée.

44 tireurs au Tournoi des Chevaliers.

Décès de Jean Pierre RESCHE ancien Président du Club de 1987 à 1992, ainsi que de Jean-

Pierre BILLECOQ, tireur. Stéphane RESCHE, fils de Jean-Pierre, est sélectionné pour les Championnats de France Cadets à Avignon pour représenter la Ligue de Versailles. Il terminera 19<sup>ème</sup>. Stéphane sera également Champion de France UNSS.

Les heures d'entraînement sont élargies : mercredi de 13 heures 20 à 16 heures 30, jeudi de 20 heures à 22 heures et samedi de 14 heures à 18 heures.

## Saison 1995-1996



**36 escrimeurs au club**

### *1995\_ Organisation du Téléthon à Herblay par le Club d'Escrime*

Organisation par le club d'Escrime du Téléthon à Herblay les 8 et 9 décembre 1995, principalement par Alain ARRAULT et Anne BANGRATZ.

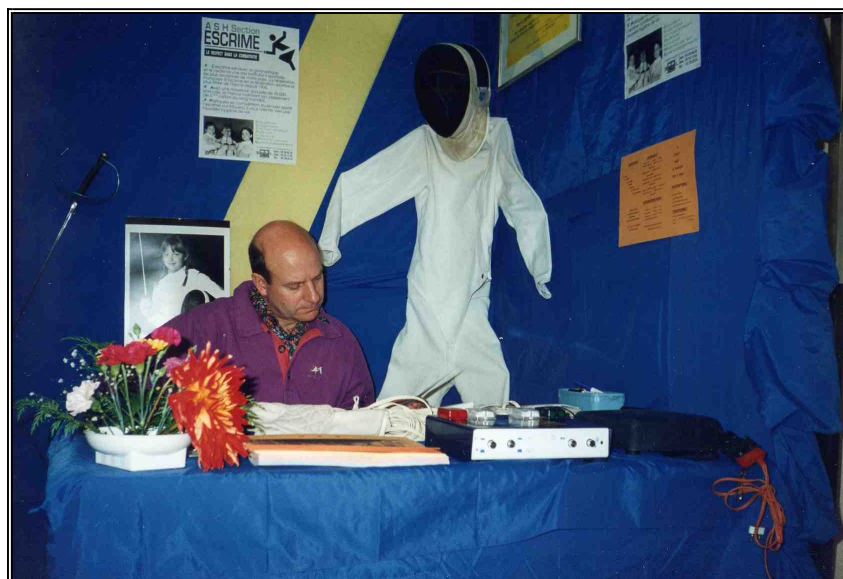
Subvention de la ville au club : 34 000 F.

Baisse des tarifs des cotisations du club d'environ 100 F par catégorie afin d'augmenter les effectifs des licenciés.

Le montant de la cotisation annuelle est fixé de 750 F à 900 F selon la catégorie (soit 114 à 120 €) par an.

Suppression des animations scolaires dans le cadre des CATE (Contrat Aménagement Temps de l'Enfant), ce qui fait perdre un revenu substantiel au maître d'armes.

Jean Pierre RESCHE, ancien président décédé en 1995, est désigné " Président d'honneur " du club.



Salon des associations 1995 : Freddy LAGACHE

[Photo Eric PALISSON]

## Saison 1996-1997



75 escrimeurs

### 1997\_Mise en place des blasons au niveau national

Plusieurs médaillés du club aux Championnats du Val d'Oise.

Mise en place au niveau national des blasons (de couleur jaune, rouge et bleue), qui ont pour but de matérialiser un apprentissage technique, théorique et comportemental des escrimeurs, en-dehors de toute considération de compétition. Le blason et le livret qui l'accompagnera coûteront 10 F.

Le premier passage au blason jaune est fixé au 6 décembre 1997.

Arrivée de Maître Gilles BOURRET comme second maître d'armes.

Subvention de 18 000 F accordée au club par le Conseil Général pour l'achat de matériel collectif. Projet de lancement d'un nouveau journal du club appelé "Touche !", qui restera malheureusement à l'état de projet.

### 1997\_L'épée devient la discipline privilégiée du club

Les nouvelles orientations du club sont définies en bureau avec les maîtres d'armes. Club de fleuret à l'origine, compte tenu de l'évolution du sport, l'épée sera privilégiée. Concernant la pratique de l'épée et du fleuret : les poussins et les pupilles (2<sup>ème</sup> année de pratique) participent normalement aux entraînements des jeunes au fleuret. En première année d'escrime, il n'y a pas de compétitions officielles. Les mêmes poussins et pupilles débutants commencent l'escrime par l'apprentissage du fleuret, le passage à l'épée se faisant plus ou moins tôt, durant les deux années de pupille en fonction de l'acquisition des bases et en concertation avec les maîtres d'armes. Compte tenu des horaires déjà très chargés des maîtres d'armes, il leur est impos-

sible de maintenir les cours de fleuret au-delà des poussins et pupilles.



Tournoi des Chevaliers 1992

(Jérôme SERRANO contre Nadine GILOT)

[Photo Eric PALISSON]

# ESCRIME ET GAUCHERS

## «60% des médaillés d'or sont gauchers»

Guy Azémar, 85 ans, est chercheur en neurosciences et ancien médecin des fédérations française et internationale d'escrime. Il a passé sa vie à étudier les asymétries fonctionnelles, les différences de fonctions des cerveaux droit et gauche, chez les sportifs. Il explique, après quarante ans au bord des pistes, comment elles interviennent chez les escrimeurs.

### Comment vous êtes-vous penché sur cette recherche spécifique ?

En 1965, les championnats du monde d'escrime se déroulaient à Coubertin, tout près de chez moi. Sachant que le nombre de gauchers dans la population générale est de l'ordre de 10%, là, sur les vingt escrimeurs de l'équipe de France, il y avait onze gauchers, soit plus de 50%. Alors j'ai enquêté et établi des statistiques... Dans les compétitions mondiales, j'ai remarqué que les gauchers représentaient 25% des engagés. Et plus on montait vers les finales, plus ce pourcentage augmentait, jusqu'à atteindre 60% parmi les médaillés d'or. Je me suis bientôt rendu compte qu'il y avait aussi une différence en fonction de l'arme.

### Laquelle ?

Les gauchers dominaient surtout dans les armes d'estoc [*épée et fleuret, où l'on touche avec la pointe, ndlr*] et donc où le bras agit comme une projection balistique. Et moins en sabre, arme d'estoc et de taille, où l'on touche de la pointe ou du tranchant. Puis, il y a eu l'électrification du sabre en 2000. Cela a permis de mieux juger les touches de la pointe, qui passaient souvent inaperçues auparavant. Contrairement aux frappes en coup de fouet, bruyantes, celles-ci étaient souvent discrètes, furtives. Et les

arbitres ne les voyaient pas toujours. Cette électrification a permis aux sabreurs de toucher plus souvent de la pointe. Du coup, le nombre de sabreurs gauchers a augmenté.

### Pourquoi les gauchers s'imposent-ils ?

Dans des conditions d'incertitude spatio-temporelle, la main gauche réagit sensiblement plus vite que la droite, tant chez les droitiers que chez les gauchers. D'autres expériences ont permis de comparer les réactions des droitiers et gauchers en tenant compte aussi de leur œil dominant, celui que l'on utilise en général pour viser, mais aussi celui qui réagit en premier et guide l'autre œil pour converger vers une cible. Les résultats ont vite montré que, chez les gauchers, la main gauche répondait plus vite s'ils avaient l'œil droit dominant. De même, pour les droitiers s'ils avaient l'œil gauche dominant. J'ai vu après enquête que la majorité des meilleurs escrimeurs mondiaux avaient cette latéralité œil-main «croisée».

### Comment peut-on expliquer cela ?

Le système nerveux central est asymétrique. L'hémisphère gauche contrôle les mouvements de la main droite, gère le langage et guide le geste de la main dans sa trajectoire de façon continue. L'hémisphère droit, lui, contrôle la main gauche, mais gère aussi la perception de l'espace visuel. Il contribue ainsi à situer la main dans l'espace de façon cohérente, lui permettant parfois d'anticiper la direction dans laquelle elle doit aller.

## Pourquoi il est avantageux d'avoir une latéralité œil-main croisée ?

En situation d'incertitude spatio-temporelle, le signal apporté par l'œil dominant joue un rôle essentiel pour orienter le mouvement de la main. Or, un tel signal aboutit dans l'hémisphère se trouvant du même côté que l'œil dominant. Ainsi, s'il s'agit de l'œil droit, ce signal déclencheur parvient directement à l'hémisphère droit, celui qui contrôle aussi la main gauche. C'est dans le même hémisphère que se combinent repérage visuel de la cible et déclenchement du mouvement. Dans le cas d'une latéralité non croisée, par exemple œil droit-main

droite, il faut alors une coopération des deux hémisphères. La liaison entre le signal visuel et la commande manuelle nécessite alors un transfert d'informations entre les deux hémisphères qui peut coûter 10 à 30 millisecondes. Au plus haut niveau, la plupart des mouvements s'effectuent en moins de 300 millisecondes. Il suffit de disposer d'un avantage de 20 à 30 millisecondes en temps de réaction pour avoir un peu plus de chances de toucher sa cible en premier.

**Dino Di Meo**

Libération, 8 novembre 2010

## PHILOSOPHIE ET ESCRIME

**Alain**, philosophe français 1868-1952

*Lettres au Docteur Mondor*, Paris, Gallimard, 1924 (*in*: Les Arts et les Dieux, Paris, Bibliothèque de la Pléiade, 1958, pp.728-729).

"(...) Je sentis mieux cette réconciliation de l'âme et du corps sur la planche d'escrime que sur les livres, et par l'enseignement d'un vieil Alsacien, sorte de chat maigre, et qui pensait par le bouton de son fleuret.

Par la sévérité de cet homme vif, je connus quelquefois le bonheur de faire et de penser en même temps, de façon qu'il n'y avait point d'écart sensible entre le projet et l'exécution; vouloir toucher et toucher, ce n'était qu'un.

Que cela fût la condition de la der-

nière vitesse, c'est ce que l'expérience montrait bien. Mais la sagesse des maîtres d'escrime portait plus loin encore la leçon; car ils appellent tireurs de moyens ceux qui, par la structure de leur corps, exécutent vite ce qui leur est prescrit ou ce qu'ils ont décidé; mais, par opposition, ils appellent tireurs de jugement, mot admirable, ceux qui conçoivent en exécutant, c'est-à-dire qui pensent par leur corps tout entier. Voilà donc, en cet exemple, le jugement qui coïncide, en toutes ses parties, avec le sentiment. "

# **CODE DE L'HONNEUR ET DU DUEL**

**CODE DE L'HONNEUR ET DU DUEL :  
Après guerre, août 1914  
Georges Breitt  
(bibliothèque nationale)**

## **REGLEMENT DU COMBAT A L'EPEE**

Chaque adversaire a le droit absolu de se servir de l'arme qu'il préfère – arme qui peut être montée à la française ou à l'italienne – pourvu qu'elle soit réglementaire et d'en faire tout usage qui n'est contraire à la nature même de l'épée.

Les lames ne sont ni coupantes, ni colichemardes (1), ni fouettantes.

Elles peuvent être absolument rigides.

Les lames peuvent n'être pas fixées au centre de la coquille à condition que l'excentrement soit inférieur à 35 millimètres.

Quel que soit le genre de monture, la longueur de la poignée ne doit pas dépasser 22 centimètres, pommeau compris, et la longueur totale de l'arme ne doit pas dépasser 110 centimètres. Son poids total est compris entre 470 et 650 grammes.

La coquille a une forme circulaire convexe continue et ne présente ni rebord, ni gouttière, ni aspérité quelconque, sa flèche est comprise entre 30 et 60 millimètres, et son diamètre entre 128 et 132 millimètres.

Il est permis de fixer l'épée à la main par un système quelconque s'adaptant à la poignée.

La martingale n'est toutefois autorisée qu'à la condition qu'elle soit assez courte pour le tireur ne puisse l'utiliser comme point d'appui lui permettant de tenir son arme par le pommeau.

Les extrémités de la martingale ne doivent pas prendre ni former aucune boucle où l'épée adverse puisse s'engager.

D'une façon générale, il est utile pour les témoins de vérifier les épées des adversaires la veille de la rencontre, pour éviter des retards et discussions sur le terrain.

## **GANTS A CRISPIN (2)**

Le gant à crispin est obligatoire pour le bras armé ; il doit être rendu impénétrable et protéger l'avant-bras jusqu'à trois centimètres au-dessous du pli du coude.

Sa surface doit rester suffisamment lisse. Les gants seront examinés de part et d'autre avant la rencontre.

## (1) colichemarde

La lame nommée colichemarde est le nom allemand de l'épée à la franc-toupin. Colichemarde ne désigne pas tant une arme qu'un style de lame. Cependant, les seules colichemardes historiques ayant été des épées de cour, colichemarde désigne par extension ce type d'épée de cour. Bien que d'origine apparemment française, la dénomination semble venir de l'allemand par Graf von Königsmark (bien que la lame lui soit antérieure). Elle se répand en Italie à la suite des invasions de François Ier. C'est une lame avec une forte base qui s'affine brusquement après une certaine distance et se termine avec une pointe en losange (carrelet). C'est une arme hybride, capable d'estoc comme de taille. On peut la comparer avec l'espadaon, autre épée hybride bien que plus massive ou le parang sur lequel courent trois tranchants différents. Ces lames bénéficient en général d'un traitement de qualité par l'armurier qui fera graver et bleuir-dorer la lame. Cette lame semble avoir connu un nouveau succès à l'occasion d'un des films Highlander.

## (2) crispin

Pièce de buffle cousue aux gants d'escrime et destinées à garantir le poignet des coups. " Le temps des gants à **crispin** et des feutres à plumes n'est plus. La destruction la plus massive et la plus horrible, frappant à tort et à travers, telle est, telle sera de plus en plus, la fatalité du combat. "— Victor Margueritte, *Avortement de la S.D.N.*, Flammarion, 1936)

## CONSEILS DE LECTURE

### LOVE LETTERS TO THE DEAD AVA DELLAIRA MICHEL LAFON

Résumé : Une simple rédaction demandée par un prof : écrire à un disparu. Laurel a choisi Kurt Cobain, parce que sa grande soeur May l'adorait.

Et qu'il est mort jeune, comme May. Si elle ne rend jamais son devoir, très vite, le carnet de Laurel se remplit de lettres à Amy Winehouse, Heath Ledger...

A ces confidents inattendus, elle raconte sa première année de lycée, sa famille décomposée, ses nouveaux amis, son premier amour.

Mais avant d'écrire à la seule disparue qui lui tient vraiment à coeur, Laurel devra se confronter au secret qui la tourmente, et faire face à ce qui s'est vraiment passé la nuit où

May est décédée.

**Mon avis : Ce roman pourrait être triste et larmoyant mais au fil des pages c'est une bouffée de fraîcheur.**

**On ne s'ennuie pas. Même les adultes peuvent le lire !**

### NOUS LES MENTEURS LOCKHART GALLIMARD JEUNESSE

Résumé : Une famille belle et distinguée. L'été. Une île privée. Le grand amour. Une ado brisée. Quatre adolescents à l'amitié indéfectible, les Menteurs. Un accident. Un secret. La vérité.

Un drame familial époustouflant où culmine le suspense. Une lecture qui, à peine terminée, donne envie de retourner à la première page pour recommencer...

**Mon avis : Ce roman est tout simplement génial. Il faut vraiment attendre la fin pour savoir. C'est très bien écrit , un véritable coup de coeur !**

Un petit dernier qu'il faut découvrir bien que le sujet traité soit un sombre épisode de l'histoire :

**MAX  
COHEN SCALI  
GALLIMARD (existe en poche)**

*Résumé : 19 avril 1936. Bientôt minuit. Je vais naître dans une minute exactement. Je vais voir le jour le 20 avril. Date anniversaire de notre Führer. Je serai ainsi béni des dieux germaniques et l'on verra en moi le premier-né de la race suprême. La race aryenne. Celle qui désormais régnera en maître sur le monde. Je suis l'enfant du futur. Conçu sans amour. Sans Dieu. Sans Loi. Sans rien d'autre que la force et la rage. Je mordrai au lieu de téter. Je hurlerai au lieu de gazouiller. Je haïrai au lieu d'aimer. Heil Hitler!"*

*Max est le prototype parfait du programme "Lebensborn" initié par Himmler. Des femmes sélectionnées par les nazis mettent au monde de purs représentants*

*de la race aryenne, jeunesse idéale destinée à régénérer l'Allemagne puis l'Europe occupée par le Reich.*

**Mon avis : Sombre sujet traité de manière juste. Au fil des pages, on s'attache à Max... En refermant ce livre, on est mal à l'aise, il avait l'air si différent si gentil mais il ne fallait pas oublier qui devait être Max...**

**Nous les menteurs et Max ont reçu des prix littéraires !**

**Chers ados, laissez pour un court instant les mangas et les BD et plongez-vous dans ses romans qui peuvent vous parler**

## STAGE ESCRIME FINE

**75**  
COMITE DEPARTEMENTAL  
D'ESCRIME

*Escrime Fine 5*

**ZUMBA & SABRE , EPEE**

**SAMEDI 2 AVRIL**

**ZUMBA**  
FITNESS

**15 €/PERS**

**10H30-11H30 ZUMBA**

**REPAS EN COMMUN (COMPRIS)**

**13H30-17H SABRE & EPEE**

VEUILLEZ REMPLIR LA FICHE ET JOINDRE VOTRE REGLEMENT DE PARTICIPATION DE 15 €

AU COMITE DEPARTEMENTAL D'ESCRIME DU VAL D'OISE / ESCRIME FINE 106 RUE DES BUSYS 95600 EAUBONNE

MICHEL : 06.46.79.25.52 OU ATD95MICHEL@SFR.FR

**Avec Honi**

**ile de France**

**VAL D'OISE**

**PREFET DU VAL D'OISE**

**COSEC 55 Rue de l'Orme Macaire 95200 Herblay**

*Inscription obligatoire, places limitées. Jeudi 31 Mars 2016 dernier délai.*



**(Fiche d'inscription à renvoyer par mail)**

NOM DU CLUB SI LICENCIE :

<b>Informations sur la pratiquante</b>			
<i>Nom :</i>		<i>Prénom :</i>	
<i>Adresse :</i>			
<i>Ville :</i>		<i>Code postal :</i>	
<i>Téléphone :</i>		<i>Adresse électronique :</i>	
<i>Souhaitez-vous être informée pour les prochains événements de ce type</i>			
		<b>OUI</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON</b> <input type="checkbox"/>
<i>Trouvez-vous la pratique féminine assez représentée sur le département</i>			
		<b>OUI</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON</b> <input type="checkbox"/>
<i>Avez-vous des idées ou des attentes pour stimuler la pratique féminine sur le département</i>			
		<b>OUI</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON</b> <input type="checkbox"/>
		<i>Si oui, expliquez</i>	

**DIVERS: Explications, Remarques**

--

**P.S: Merci de renvoyer par mail à l'adresse suivante**  
**atd95michel@sfr.fr**