

Le Petit Escrimeur

Le journal d'information de l'A.S.H. Escrime



Sommaire

Histoire	2
Sorties	2
Zoom	3/4
Agenda	4
Lectures	4
Recettes	5
Jeux, trucs	5
Pêle Mêle	6
Solutions	6



L'Edito du Président

Grosses manifs en vue !

Non, il ne s'agit ni de grève ni de politique mais d'évènements importants que le club va organiser ou accueillir dans les mois à venir.

Tout d'abord, nous allons fêter **les 50 ans du club** le samedi 6 octobre prochain au centre de loisirs du Bois des Fontaines. Sur le modèle de ce que nous avons fait pour le 40ème anniversaire avec une grande fête de l'escrime ouverte à toutes et tous, sous forme de parcours ludique, d'initiations à l'escrime, au sabre laser, d'ateliers kermesse, de démos d'escrime ancienne, d'expo photo... et repas festif le soir.

Ensuite, contre toute attente, nous allons recevoir **les championnats du VO les 9 et 10 juin** prochains. Nous n'étions pas sur les rangs cette année mais les circonstances (absence de candidat ou indisponibilité des in-

frastructures) nous ont conduits à nous déclarer pour « sauver » l'épreuve d'une année blanche. La municipalité, que nous remercions de sa réactivité, ayant accepté de mettre le COSEC à notre disposition. Il y aura, en marge de la compétition des stands sur le « sport santé », un atelier sabre laser et probablement d'autres animations...

C'est beaucoup de travail et nous aurons besoin de vous pour donner un coup de main logistique (à l'installation du matériel, à la buvette, à l'accueil+...).

Et n'oubliez pas la sortie au musée Guimet pour l'expo «**Daimyo**» le 14 avril, si la grève sncf ne nous entrave pas trop. La boucle est bouclée !

Eric Palisson,
Président de l'ASH Escrime

Les Confessions d'Aramis

*« Un stylo est bien plus puissant qu'une épée
et tellement plus pratique pour écrire. »*

Marty Feldman,
acteur, artiste, cinéaste et scénariste (Frankenstein junior)
1934-1982



Ne pas jeter sur la voie publique 1

Henry De Saint-Didier (suite)

...Ce qui est certain, c'est que le traité d'Henry de Saint-Didier est novateur sur bien des points, tant dans l'organisation pédagogique, que didactique comme le souligne clairement Sydney Anglo. Il s'agit du premier traité ne s'adressant qu'à l'épée seule, un des premiers à présenter des dégainements, à utiliser des schémas pour décrire le positionnement des pieds, etc.

Publié à Paris en 1573, l'ouvrage de Henry de Saint-Didier a pour titre complet : **Traicté contenant les secrets du premier livre sur l'espée seule, mère de toutes armes, qui sont espée dague, cappe, targue, bouclier, rondelle, l'espée deux mains & deux espées, avec ses pourtraictures, ayans les armes au poing por se def-fendre & offencer à un mesme temps des coups qu'on peut tirer, tant en assillant qu'en deffendent, fort utile & profitable por adextrer la noblesse, & suposts de Mars: redigé par art, ordre & pratique. Composé par Henry de Saint Didier Gentilhomme Prouençal.**

Il est illustré de 69 gravures sur bois, parmi lesquels deux portraits du roi Charles IX et de l'auteur, accompagnés des quatrains suivants :

*« Ton rare esprit nous decœuvre
En ce traité des armes l'exercice,
Mais notre Roy à la vertu propice :
Par la faveur, donne essence à ton œuvre.
En ceste page est compris le pourtrait
De Sainct Didier, Auteur de cest ouvrage,
Qui n'a des armes oublié un seul trait,
Monstrant l'effort de son hardy courage. »*

À une époque où le duel, malgré son interdiction officielle, connaissait en France son âge d'or, le traité de Henry de Saint-Didier eut un certain succès. Il fut suivi au XVII^e siècle de deux autres ouvrages écrits par des maîtres français : **L'épée de combat ou l'usage de la tire des armes** de François Dancie publié à Tulle en 1623, et **Le maistre d'arme liberal** de Charles Besnard, publié en 1653.

Idées de sortie

L'exposition «Daimyo, seigneur de la guerre au Japon»

Le Musée National des Arts Asiatiques Guimet consacre une exposition, en partenariat avec le Palais de Tokyo, aux armures et attributs des Daimyos, ces gouverneurs puissants ayant régné sur le Japon entre le XII^e et le XIX^e siècle. Une collection de biens, dont 33 armures, armes, casques à découvrir du 16 février au 13 mai 2018.

L'exposition débute en février et se poursuit jusqu'à fin mai. Très gentiment, le papa d'Alexis peut faciliter des entrées.

La date de sortie est le 14 avril. Si vous êtes intéressé(e), signalez votre envie de venir ! L'expo est gratuite pour les moins de 25 ans



Les questions de Maître Pascal en prévision de la sortie :

- 1/ Que désigne le mot «DAIMYO» ?
- 2/ A partir de quelle époque ont-ils existé ?
- 3/ A quelle période correspond cette époque en France ?
- 4/ Que portaient-ils pour aller à la guerre ?



et aussi...



Le Parc Koezio, à Cergy (95) - Parc d'attractions indoor de 6000 m² construit autour de la cohésion d'équipe, destiné à tous, sportifs ou non (à partir d'1m40). Adapté aux familles, groupes d'ami(e)s, centres de loisirs, groupes scolaires et entreprises. 2 à 5 personnes par équipe, en combinaison spéciale, affrontent labyrinthes, modules d'obstacles, recherchent des indices, répondent à des quiz et résolvent des énigmes. Moins de monde en semaine!

Théâtre : **Le roman de Renart** à Herblay le 4 mai, **Néandertal, l'expo** au Musée de l'Homme jusqu'au 7 janvier, **L'expo Bic** au Centquatre du 14 avril au 13 mai à Paris. Les 28 & 29 avril : 5^e édition d'Enghien Rétro Nautisme, festival de bateaux à vapeur et de vieux gréements, sur le lac d'Enghien-les-Bains et l'expo Delacroix au Louvre jusqu'au 23 juillet !

L'expérience de l'escrime à l'école

Catherine a fait découvrir l'escrime à ses élèves. Nous lui avons demandé de nous parler de son expérience.



Comme chaque année, je renouvelle un module «escrime» dans le cadre de l'EPS à l'école.

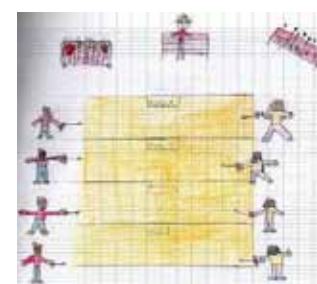
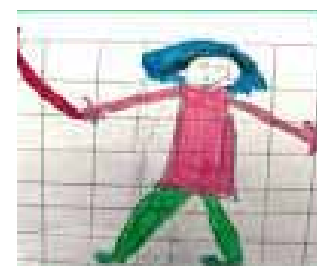
C'est une découverte pour la plupart de mes élèves. Et quelle découverte ! Le respect des règles, l'arbitrage, la rigueur sont des objectifs à atteindre.

Chaque élève y trouve sa place, qu'il soit timide ou très affirmé. Derrière le masque tout disparaît. Les combats alternent avec les ateliers pour affiner la technique.

Le salut collectif en début et fin de séance ponctuent un apprentissage rigoureux. Quelques jeux viennent agrémenter certaines séances.

Le module se termine par un tournoi au sein de la classe avec l'arbitrage fait par les élèves. Ce sont des séances riches et nouvelles qui, pour certains élèves, font naître une réelle envie de poursuivre dans un club !

C'est toujours avec la même envie que je propose ce module chaque année !



Nouvelle Arrivée : Epik et EstoK !

A la rédaction, on aime les initiatives et les idées nouvelles. Armelle nous a proposé la création de deux petits personnages dessinés. On a tous dit «oui». Ils seront les messagers d'informations et de sujets plus particulièrement destinés aux plus jeunes pour attirer leur attention. Un grand bravo à Armelle !



NDLR : Zoom, c'est vous ! N'hésitez pas à intervenir et à proposer un sujet

Agenda

Les prochaines dates !

- Lundi 9 avril : Tournoi des Chevaliers à Colombes
- Vendredi 27 au dimanche 29 Avril : Formation FFE Sabre Laser (Wattignies)
- Dimanche 6 Mai : Escrime Fine à Vauréal (Zumba/épée, fleuret, sabre laser)
- 19 mai : Tournoi des jeunes à Herblay
- 24 mai : Tournoi des Chevaliers à Herblay
- Dimanche 27 Mai : Championnat de sabre Laser (à Voisin-le-Bretonneux 78)
- Samedi 9 et Dimanche 10 Juin : Championnat Départementaux du Val d'Oise (Epée, Fleuret) à Herblay
- 24 juin : Tournoi des jeunes, finales

Le 6 octobre, les 50 ans du Club !

Oyez ! Oyez ! Nos tireurs sont sollicités ! Les joyeuses et bonnes volontés sont requises (9 ateliers prévus) afin d'accueillir tireurs et curieux dans les meilleures conditions. Si vous voulez participer activement à notre journée, signalez-vous auprès de Cécile Caron sur sa boîte mail dédiée : ccaronashescrime@gmail.com.

Merci de votre aide, la journée risque d'être géniale !



Lectures

Quelques lectures conseillées en vue de la visite au musée Guimet.

Entre tradition, art, philosophie et spiritualité... *Art du combat des Samouraïs* de Massaki Hatsumi, *Le sabre Japonais, âme des Samouraïs* de Grégory Irvine et *Hagakuré, le livre secret des Samouraïs* de Jocho Yamamoto



Un pour tous - La jeunesse des Mousquetaires

Nous sommes en 1632. L'auteur, Fabien Dalmasso qui est escrimeur nous fait découvrir la jeunesse des «vrais» mousquetaires dans sa bande dessinée. Nos mousquetaires sont jeunes et vont connaître leurs toutes premières aventures ! Les deux premiers tomes sont sortis, le troisième est prévu pour cette année ! Demandez-le à votre libraire !



Le face à face de JO - Edition Cherche-midi

Cette collection de petits livres jeunesse/sport créée par Astrid Guyart, vice championne de fleuret est illustrée par Olivier Loyen. Suivez **les Incroyables rencontres de Jo avec Brice**. Un ouvrage à la fois ludique et pédagogique destiné aux plus jeunes pour comprendre et apprendre leur discipline favorite !
Prix : 9,90 euros

Gâteau de Pain

1h d'escrime = 350 calories dépensées

- Ingrédients : 300g de pain rassis (de campagne, de seigle, aux céréales, baguette), 1 gousse de vanille, 75 cl de lait, 100g de fruits secs (abricots, caranberries, figues, raisins), 65 g d'amandes et noisettes, 3 oeufs bio ou plein air, 150 g sucre de canne blond, 2 c. à soupe de rhum, beurre pour le moule
- Préparation : Tranchez le pain en morceaux ou mixez-le grossièrement. Puis placez-le dans une saladier. Coupez la gousse de vanille et la gratter puis mettez -la dans le lait à bouillir. Recouvrez le pain avec le lait chaud et laissez-le s'imbiber (30 minutes environ) Ecrasez et mélangez le tout afin d'obtenir une bouillie épaisse. Préchauffez le four à 180° C (th6) Coupez les fruits secs en cubes. Pilez grossièrement les amandes et les noisettes. Battez les œufs en omelette. Ajoutez le sucre, incorporez le tout au mélange pain-lait et remuez. Ajouter le rhum, les fruits secs, les amandes et noisettes. Mélangez. Versez la pâte dans un moule beurré et enfournez pour 45 minutes. Servez tiède ou froid



Trucs et Astuces



Adieu fourmis ! Efficace pour les terrasses, tracer un trait à la craie pour former une barrière naturelle. Les fourmis détestent mettre leurs pattes dans la craie et perdent leurs repères. D'autres barrières naturelles : levure, menthe, maïzena ou encore cannelle. Vinaigre blanc (sur plinthes, murs et fenêtres), citrons moisis (aspect marrons) autour des plantations, marc de café autour des pots de fleurs et plantes. Bonne chasse !

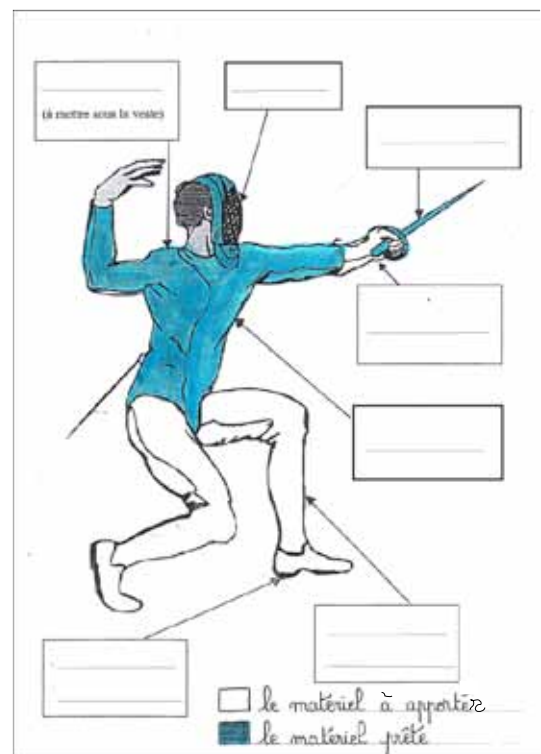
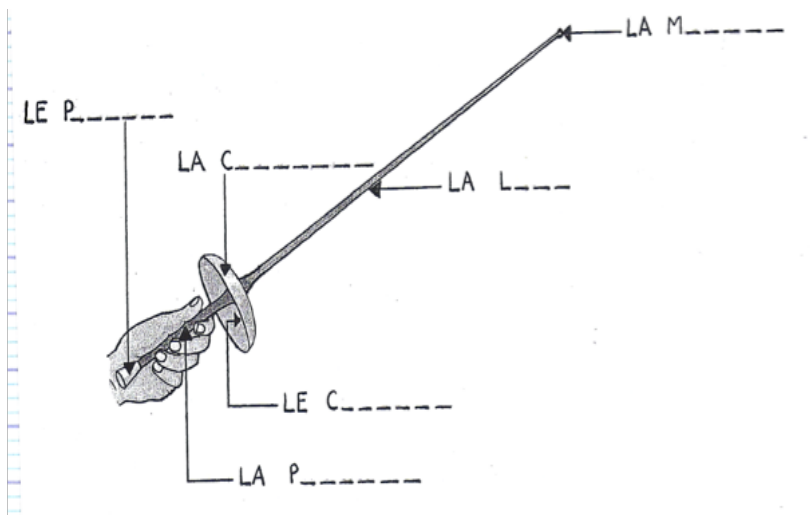
Jeux

Quiz / connaissances escrime

- Qu'appelle-t-on les avancées ?.....
- Qu'est ce qu'un espadon ?
- Pourquoi le fleuret a-t-il été inventé ?
- Quel poids doit repousser le bouton électrique de l'épée ?..... du fleuret ?
- Qu'appelle t'on «phrase d'armes» ?
- A quelle période apparaît l'épée «colichemarde» ?
- Qu'est ce que la soie ?.....



Précise sur les dessins, les mots correspondants





Solutions du numéro précédent

- l'action prioritaire est **l'attaque**
- je fais une fente en **1 seul temps**
- je suis prioritaire **quand mon bras est allongé et/ou suivi d'une fente**
- je fais une retraite en **2 temps**

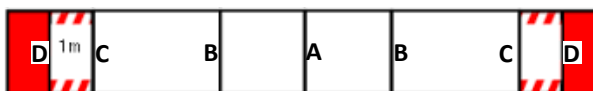
Les trois armes : A/fleuret, B/épée et C/sabre

Surfaces valables :

Au fleuret : buste seul (ni la tête, ni les bras, ni les jambes). A l'épée : tout. Au sabre : tout ce qui se trouve au-dessus de la ceinture, sauf les mains.

RÈGLES DE SÉCURITÉ : mots manquants

- 1) Je dois venir à chaque séance avec mon **matériel**.
a) survêtement b) chaussures de sport propres c) gant
- 2) Je dois aider mes camarades à mettre et à défaire leur **veste**
- 3) Je dois faire attention à la pointe de mon **épée/ fleuret**
- 4) Je dois toujours mettre **mon masque** lorsque j'utilise mon arme
- 5) Dès que le combat s'arrête, je dois mettre la pointe de l'arme en direction **du sol**
- 6) Lorsque je donne mon fleuret, je dois tenir mon arme la **mouche** dans la main



A/ligne centrale B/mise en garde C/avertissement D/fin de piste

Directeur de la Publication : Eric Palisson.

Catherine Thévenot, Cécile Caron, Armelle Toulhoat, Valérie Julien, Pascal Gaillard ont participé à ce numéro.

www.klubasso.fr/ashescrime ou www.escrime-herblay.com