

Le Petit Escrimeur

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



Sommaire

Histoire	2
Sorties	2
Zoom	3/6
Actus, Agenda	6
Brève, Lecture	6
Recettes	7
Trucs, jeux	7
Pêle Mêle	8
Solutions	8

50 ans, ça se fête !



Pour souffler les bougies, Eric est accompagné du plus jeune d'entre nous. Bon anniversaire !

Photos : Freddy Lagache



illustration Armelle Toulhoat

L'Edito du Président

50 ans, une journée réussie qui laissera de beaux souvenirs !



Photos : Freddy Lagache

Pour les 50 ans du club, tout le comité directeur et bien d'autres bénévoles se sont investis avec un bel enthousiasme dans l'organisation d'une grande fête de l'escrime avec de nombreux ateliers (kermesse, histoire de l'escrime de l'époque romaine à nos jours, exposition photo, initiation au sabre laser, au baby escrime et à l'escrime moderne). Je tiens à les en remercier très chaleureusement. Mr le maire d'Herblay Philippe Rouleau,

accompagné de ses adjoints aux sports M. Lemoine et à la vie associative Mme Largenton, le maire de La Frette M. Maurice Chevigny, son premier adjoint, Monsieur Audebert, Monsieur Claude Tissot son adjoint aux sports, Madame Goldberg, adjointe à la vie associative, Madame la députée du Val d'Oise Cécile Rilhac, la présidente du Comité Départemental d'Escrime du Val d'Oise ainsi que l'ATD Michel Ortiz Sempere et le CTD Gilles Bourret, Hajnalka Kiraly la septuple championne du monde d'épée par équipe, nous ont fait l'honneur de leur présence. Plusieurs anciens dirigeants, enseignants ou tireurs sont aussi passés nous voir. Plus de 200 personnes ont participé aux ateliers en famille, dont un bon tiers d'enfants. Un grand merci à nos amis de Cormeilles qui ont brillamment assuré l'animation médiévale et artistique de la journée mais aussi de la soirée autour de l'excellente tajine qui y fût servie. Un bel exemple de cohésion de club, de bonne humeur et de promotion de notre sport préféré, pour un président comblé!

Eric Palisson
Président de l'ASH escrime



La vie, c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre.

Albert Einstein



Monsieur de la Palisse l'eût dit : «Une botte secrète, pour être efficace, doit rester secrète !»

Extraits : Un escrimeur sourit quand il entend parler de ces attaques mystérieuses dites «bottes secrètes ». Inventions de romanciers populaires d'après lui. Et pourtant, elles existent encore. Une botte secrète n'est pas un coup nouveau. C'est un coup ancien qui, exécuté ou préparé d'une façon nouvelle, surprend l'antagoniste sur lequel il est essayé pour la première fois.

Lorsque, à une époque où personne ne tirait aux avancées, Jules Jacob dit à l'un de ses premiers élèves qui, complètement ignorant de l'art des armes, se battait le lendemain avec un redoutable fleurettiste : «Lardez au bras, tantôt dessus, tantôt dessous, sans cesse, et en vous tenant loin», il lui enseignait une botte secrète. L'adversaire reçut onze centimètres de fer dans l'avant-bras, presque à la mise en garde. Ah ! si le combat avait recommencé, le résultat eût sans doute été différent ! Mais la leçon «in extremis» de Jules Jacob avait eu son effet de surprise. La botte secrète, qui en était bien une, avait réussi.

Surprendre, voilà tout ce qu'on peut demander à un coup exécuté ou préparé d'une façon nouvelle; mais surprendre en duel ou dans un assaut à une touche, c'est beaucoup !

Source : *Bottes secrètes de Joseph-Renaud (J.)*
Traité d'Escrime Moderne - Rouen - 1928

Quelques noms de bottes recensées par le Baron de Ferrières...

La botte florentine, la botte du vilain petit canard, la botte des Jésuites, la botte d'Orseac, la botte de l'école de Saint-Didier (clin d'œil de la rédaction à un précédent article de Pascal Gaillard), le coup de Jarnac, la botte Gasconne, la botte de Ferrières, le bec du Cygne et la botte de Nevers notamment...

Source : bastion.free.fr



Idées de Sortie

Les coups de cœur de Catherine

A vos agendas ! Voici deux belles expositions à voir absolument dans les mois à venir!



Miró

Mon premier coup de cœur est l'exposition consacrée à Miró au Grand Palais à Paris. Du 3 octobre au 4 février prochain « Ceci est la couleur de mes rêves ». Un feu d'artifice de couleurs, une très belle exposition pour découvrir Miró en famille!

Madagascar

Mon second coup de cœur est une exposition qui se déroule au Musée du quai Branly à Paris. Cette exposition sur Madagascar est une réelle invitation au voyage avec la présentation de tous les arts de cette grande île. Bonnes visites à tous, régalez-vous de ces merveilles exposées à Paris.



Meiji, Splendeurs du Japon Impérial au Musée Guimet du 17 octobre au 14 janvier 2019.



ou les différents aspects de la modernisation du Japon et de l'internationalisation de sa production artistique à travers différentes techniques.

<http://www.guimet.fr>

Le 6 octobre 2018 : quelle journée et quel programme !



Alain A. aux manettes !



A la pêche à la ligne
Damien est le meilleur



Notre championne
olympique Epée
Honi Kiraly !



Charles sans les armes, rare !



Le tajine sent bon !



Initiation sabre laser
avec Michel



Violette Auvray



Les expos photos de
Freddy et Alain F.



Honneurs à vous tous !

Une championne du monde, nos maîtres d'armes, des Officiels, Milady, un romain, des DJ de choc, un maître de cérémonie, des «pros» de la gâchette photographique, nos amis fidèles, les anciens, les nouveaux, le bureau, les parents en renfort, du sabre laser, des armures, des combats d'hier et aujourd'hui, des spectacles, des ateliers, des expositions, une buvette, des jeux, un diplôme remis, une tombola... Ah chers amis, quelles formidables énergies !



Sylvie Bourret



Participation
pleine et entière de chacun



Manu accompagnait
les Reines de la piste !



Pascal Gilles
dans les grandes manoeuvres



Combats sanglants



Esgrime artistique



Le staff photo en action



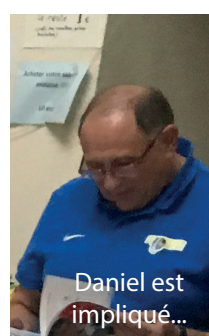
Gérald
ou la précision du geste !



★



Cécile dans
«Milady»



Daniel est
impliqué...



Pascal
aussi !

★





Le Club, présent aux Salons des Associations d'Herblay et de la Frette-sur-Seine, «booste» son image !



Sur les stands, le club affichait son tempérament avec la présence de huit kakemonos. Une communication tonique et visuelle combinant les portraits de Freddy et le graphisme de Christophe. Une charte «boostée» et un livret réactualisé pour l'Anniversaire (conçu à l'origine par

Jeanine Gaillard) accompagnent les moments forts du club. Collaboration réussie! Quant aux tireurs, on notera, en particulier, le sourire de Camille, Jules et Nelyann dont nous connaissons les chefs de tribus également en culottes courtes : Jacques et Freddy!



Sur smartphone ou tablette, en scannant le QrCode, vous aurez accès au contenu complet du livret Anniversaire



Point «ACTUS»

Lancement du Baby escrime, un beau début



Premières sensations

Les cours ont lieu le samedi matin. Nos plus jeunes escrimeurs ont accès à un équipement adapté, casques légers et armes de couleurs en mousse, Damien assure les cours de ce **Baby escrime première édition** qui compte déjà une petite dizaine d'adhérents.

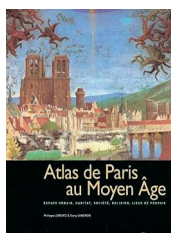
Mise en beauté : VJ



Lecture

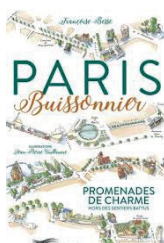
Cécile nous propose

On aime Paris, on déteste Paris mais au fond connaissons-nous Paris ? Visiter cette ville et la regarder autrement c'est tout un programme et à chaque coin de rue l'histoire nous attend ...



Atlas de Paris au Moyen Âge
de P.Lorentz et D.Sandron
Editions Parigramme

Une mine d'or pour les passionnés de cette époque.



Paris Buissonnier
de Françoise Besse
Editions Parigramme

Découvrir Paris autrement, des promenades de charmes et si on sortait des sentiers battus !

Parigramme, l'éditeur parisien qui invite à la découverte d'un Paris riche de son histoire qui se réinvente.

Agenda

Les dates du Tournoi des Chevaliers

Sauf contre-ordre : le 18 octobre à Corneilles-en-Parisis, le 12 novembre à Asnières, Le 13 décembre à Colombes, le 24 janvier à Conflans, le 21 mars à Bois-Colombes, le 15 avril à Colombes, le 16 mai à Herblay. Pensons à prévenir le club qui reçoit, 48 heures à l'avance, pour faciliter son organisation.

Pour notre bien !
Si le certificat médical, est obligatoire, des vaccins à jour, c'est bien aussi...



La signature trop modeste empêche le relais de l'auteur. Avec nos excuses. NDLR

Téléthon au Cosec le 8 décembre

Le club soutient l'action depuis des années.

Brèves : Frédéric part à Villebichot en Côte d'Or et a bien l'intention d'y croiser le sabre. Il sera là-bas notre envoyé spécial et donnera ses premières impressions dans un prochain numéro. Les Bourguignons n'ont qu'à bien se tenir ! Surprise Frédéric ! On a modifié le projet, on te préfère en flibustier.

Bricks aux blettes et champignons... Recette de saison !

Ingrédients : 8 à 10 feuilles de bricks, 750 g de bettes, 3 gousses d'ail, 250 g de champignons frais, 1 branche de thym, 1 œuf, 200 g de brousse de brebis (ou ricotta), 250 ml de bouillon de volaille, 25 g de beurre, 2 c. à soupe de farine, Huile d'olive, ¼ de noix de muscade, Sel et poivre



Préparation : Rincez et éponger les bettes. Séparez les feuilles des tiges. Coupez les tiges en lanières sur le sens de la largeur. Réservez les feuilles. Épluchez les gousses d'ail. Tranchez les champignons. Dans une poêle ; avec un filet d'huile d'olive, faites dorer les côtes de blettes et les champignons. Ajoutez l'ail émincé. Assaisonnez. Effeuillez le thym dans la préparation. Faites cuire à feu doux jusqu'à évaporation des liquides. Pour la sauce, dans une casserole, faites fondre le beurre et ajoutez la farine. Faites cuire la farine quelques minutes en mélangeant constamment. Ajoutez graduellement le bouillon de volaille tiède. Amenez lentement à ébullition tout en mélangeant. Retirez du feu. Ajoutez la brousse puis l'œuf en mélangeant vigoureusement. Assaisonnez et saupoudrez de muscade râpée. Versez sur les côtes de blettes. Mélangez. Réservez. Pour la confection des bricks... Déposez les feuilles de blettes bien à plat sur les feuilles de brick. Répartissez le mélange brousse-blettes au centre des feuilles de brick. Effeuillez le thym. Rabattez les cotés, puis roulez les bricks. Badigeonnez-les d'huile d'olive. Déposez-les sur une plaque de cuisson chemisée d'un papier sulfurisé puis enfournez à 220°C pendant environ 20 minutes dans le bas du four. Servez les bricks bien chauds.



Trucs et Astuces



Protéger ma lame : acheter un manchon en mousse ou un tube plastique (IRO : cf matériel électrique chez marchand de bricolage). Pour éviter la corrosion, toile émeri ou papier de verre. Le club propose aussi des fourreaux à des prix très compétitifs ! **Entretien ma tenue** concernant les tissus techniques, pas d'adoucissant, pas de sèche linge, pas d'eau de Javel. Pour le masque, eau et savon. Pour le gant non électrique, lavage en machine. Pour les gants en cuir ou partiellement, utiliser de la crème hydratante pour les mains ou lanoline.



Jeux

Le salut : s'effectue en 3 temps
Indique le bon ordre :

La coquille vient sous le menton

La pointe du fleuret est dirigée vers le ciel

La pointe du fleuret est tournée vers le sol

Le salut : coche la bonne réponse

	oui	non
Obligatoire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seulement au début de l'assaut ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marque mon respect envers l'adversaire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Reprise des cours, on révise. Valable pour tous !

3 attaques simples

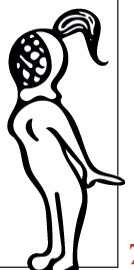
.....

3 moyens de me rapprocher de mon adversaire

.....

3 moyens de m'éloigner de mon adversaire pour éviter de me faire toucher

.....

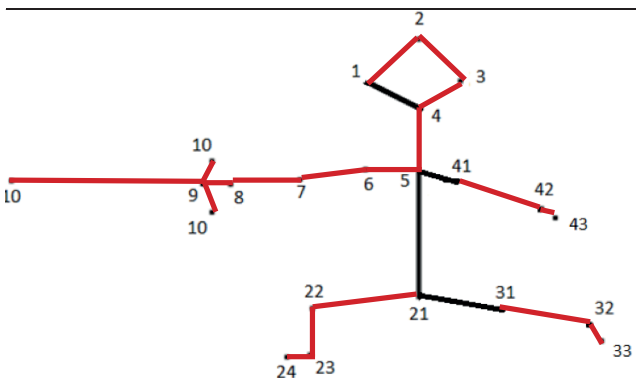


Pêle-mêle «Spécial 50 ans !»



Photos : Freddy Lagache

Solutions du numéro précédent



La position est la fente.

Mots croisés

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1		L		E		A		A		B		M	
2	J	A	R	S		M	A	S	C	U	L	I	N
3		C	E	S	S	A		T	A	T	A	N	E
4	R	E	C	U		S	L	I	P		M	U	G
5		R	O	I						B	E	T	A
6	G	E	L	E								E	T
7			T							S	A	R	I
8	I	D	E	E						V		V	
9		E	S	T		V		R		C	E	P	E
10	C	V		E	X	O	N	E	R	E	R	A	
11		O	B	I		S	E	N	A	T	E	U	R
12	D	R	O	N	E		S	E	N	T		S	I
13		E	N	T	R	E	S		G	E	N	E	S

Ne pas jeter sur la voie publique