

Le Petit Escrimeur

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



Photos : Eric Palisson

Sommaire

Histoire	2
Sorties	2
Zoom	3
Zoom (suite)	4
Lecture	4
Recettes	5
Trucs, jeux	5
Pêle-mêle	6
Solutions	6



Toute la rédaction salue et remercie notre maître d'armes Pascal Plet qui nous a tant donné. Nous sommes nombreux, venus à l'escrime en voyant le bien que tu avais fait à nos propres enfants. Belle nouvelle vie Maître !

L'Edito du Président

Une page se tourne...

Octobre 1983, c'est la date du premier bulletin de salaire délivré à notre nouveau maître d'armes, Pascal Plet fraîchement arrivé dans ce petit club qui va bientôt prendre le nom d'ASHEscrime.

Recruté par Gérald Erdely le président de l'époque, il succède au maître Gilles Le Fournis. 38 ans plus tard, notre cher maître, à la voix et au rire de stentor tire sa révérence en prenant une retraite bien méritée.

38 années de fidélité à Herblay, d'inventivité professionnelle avec entre autres exemples, la création du tournoi des jeunes (et des Rapières) qui ne laisse aucun enfant sans possibilité de briller dans sa catégorie, du tournoi des Chevaliers de la table Ronde qui mélange ados et adultes débutants ou confirmés

et crée une vraie fraternité d'armes, des kits de réparation du matériel...

Pascal, tu as été un enseignant précieux pour l'escrime, un maître solide et fiable sur lequel on peut compter, avec un cœur énorme que tu caches parfois derrière un air bourru. On ne compte plus les enfants et les ados que tu as pris sous ton aile et contribué à faire grandir par la compétition ou par la responsabilisation. Et tu accompagnes de tes précieux conseils pendant ce mois de septembre charnière, ton jeune remplaçant, le maître Ricardo Dron qui a peu ou prou le même âge que toi lorsque tu es arrivé, à qui nous souhaitons la bienvenue et une aussi belle carrière que la tienne.

MERCI MAÎTRE !

Eric Palisson
Président de l'ASH escrime

« Qui trouve un ami, trouve un trésor ».
proverbe français

Focus sur les armures de plates d'acier (à distinguer des armures souples comme les cottes de maille)

Le vocable «armure» apparaît au XVIII^{ème} siècle. Il désigne l'ensemble des protections de plates recouvrant tout le corps. L'ancien nom utilisé de cet appareillage défensif était celui de harnois. Pour beaucoup, l'armure est attachée au Moyen-âge or le harnois complet recouvrant presque entièrement le corps n'apparaît qu'en toute fin de la période, soit vers 1420.



Armures - Musée de l'Armée (Paris)



Armures de Richelieu (à gauche) et de Louis XIII (à droite) - Musée de l'Armée (Paris)

Le poids des armures

Les armures équipaient la petite et moyenne chevalerie. Leurs poids n'excédaient pas 25 /30 kgs pour s'alléger avec le temps à 15/18 kgs, pour des hommes de 1,65m environ. Pour ce qui est des tournois, des parades ou armures de siège, les poids devenaient conséquents avec 50, 80 voire 90 kgs !

Entre cotte et armure, je choisis...

On pourrait penser que l'armure est plus lourde qu'une cotte de maille. Que nenni ! A poids égal, l'armure est moins pesante, presque auto portée avec des pièces rivetées entre elles qui répartissent le poids uniformément quand la cotte (broigne) de maille pèse surtout sur les épaules et les bras.

Cette répartition optimisée permet une meilleure mobilité et donc un mouvement facilité.

Une deuxième chance

L'armure coûtait chère, donc portée par les plus fortunés. On évitait de tuer son «contenu», au vu de l'équipement car il augurait une bonne rançon en cas de prise !

Les occasions ne manquaient pas...

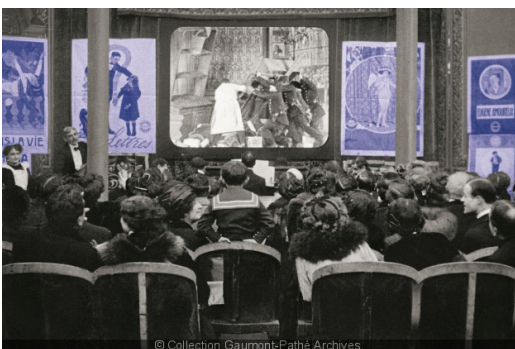
Les armures complètes étaient destinées à l'activité guerrière du chevalier mais également pour les activités de jeux, de joutes ou de tournois grâce à des pièces rapportées qui les transformaient pour l'occasion.

Les armures pour la guerre

Les armures de bataille ont une grande variété de modèles car c'est bien la fonction première de l'équipement. Les armures de siège viennent ensuite avec le développement de l'artillerie qui impose de renforcer les cuirasses et de surépaissir les parties les plus exposées. Les armures de commandement distinguent sur le champ de bataille les grands seigneurs et chefs de guerre. Elles sont parfois luxueuses, symbole du pouvoir, atteignant une telle qualité au XVII^{ème} siècle que l'on peut alors parler d'objet d'art plus que de combat. V.

source : medievert.com

Idées de Sortie



© Collection Gaumont-Pathé Archives

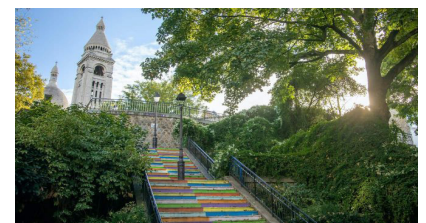
L'exposition *Enfin le cinéma !* est à découvrir du 28 septembre 2021 au 16 janvier 2022.

Le cinéma naît en 1895. Le musée d'Orsay revient à la genèse de cette invention qui a changé l'art et le mode pour toujours.

Le Festival d'Automne à Paris

Une programmation pluridisciplinaire avec arts plastiques, musique, théâtre, danse et cinéma. Près de 50 manifestations, 250 000 spectateurs, de septembre à décembre.

<https://www.festival-automne.com>



La Fête des vendanges

sur les hauteurs de la butte du mercredi 6 au dimanche 10 octobre 2021 avec un programme toujours aussi alléchant entre le parcours du goût, le grand défilé, le pique-nique, des expos et le bal de clôture !



PORTRAIT

Notre nouveau maître d'armes RICARDO DRON

Maître Pascal nous quitte après de bons et loyaux services mais il nous a accompagné vers notre nouveau maître d'armes qui prend ses fonctions dès maintenant. Ce zoom lui est consacré afin de mieux le connaître avant de croiser le fer avec lui !



Photo : Eric Palisson

Bienvenue Ricardo !

Interview par Cécile Caron

A quel âge avez-vous commencé l'escrime ?

J'ai commencé l'escrime à l'âge de 7 ans

Et pourquoi ce sport ?

J'ai découvert l'escrime à l'école entre midi et deux car un cycle de découverte était proposé. C'est l'aspect compétitif de la discipline qui m'a le plus attiré. A la fin du cycle une compétition a été organisée et je l'ai gagné. J'ai tout de suite demandé où je pouvais faire de l'escrime et je n'ai jamais arrêté depuis.

A quel moment avez-vous décidé de devenir maître d'armes ?

Je ne pourrais pas vraiment dire à quel moment j'ai décidé d'être maître d'armes puisque j'ai été impliqué très tôt dans tous les domaines de l'escrime avec l'arbitrage, puis animateur et éducateur.

Je voulais travailler dans le sport donc après

le Bac j'ai hésité entre partir directement sur un DEJEPS pour faire maître d'armes ou partir à l'université. Finalement, j'ai fait les deux. J'ai fait une licence STAPS puis une fois que je l'ai eu, mon DEJEPS.

Quel est votre parcours ?

J'ai commencé l'escrime à Fort de France à la Salle d'armes DURANDAL, puis je suis parti en sport étude. J'ai fait un an en pôle Outre-mer l'année de ma seconde puis je suis parti en classe de première et terminale au pôle France Antilles-Guyane.

Après le Bac je suis entré au Pôle France Jeune à Reims en tant que partenaire d'entraînement et j'ai rejoint le Cercle d'escrime de Chalons en Champagne.

Quelle est votre devise ?

Ouhh, bonne question ! J'aurai bien dit « il n'y a pas de problème, il n'y a que des solutions » qui s'applique dans la vie et surtout en escrime.

Les meilleurs Jeux Olympiques depuis Athènes !



MÉDAILLE D'OR - FLEURET PAR ÉQUIPES - ÉQUIPE MASCULINE

Revanche des fleurettistes sur les Russes, ils reviennent avec l'or. Erwann le Péchoux, Enzo Lefort, Julien Mertine et Maxime Pauty ont mené chaque prise de relais pour un score final de (45-28).



MÉDAILLE D'OR - ÉPÉE EN INDIVIDUEL - HOMMES

C'est « le remplaçant » et benjamin (24 ans) de l'équipe de France qui l'emporte! Romain Cannone bat en finale le numéro 1 mondial et champion du monde en titre, le Hongrois Gergely Siklosi (15-10).



MÉDAILLE D'ARGENT - SABRE PAR ÉQUIPES - ÉQUIPE FÉMININE

Les deux alsaciennes (Charlotte Lembach et Sara Balzer) et les deux Orléanaises (Cécilia Berder et Manon Brunet) s'inclinent devant l'équipe russe après s'être battues jusqu'au dernier assaut (41-45).



MÉDAILLE D'ARGENT - FLEURET PAR ÉQUIPES - ÉQUIPE FÉMININE

L'équipe de France féminine de fleuret (Ysaora Thibus, Pauline Ranvier, Anita Blaze et Astrid Guyart) s'incline devant les Russes (45 à 34) mais a montré une belle détermination devant les italiennes. On connaît Astrid, venue au club, on lui adresse en particulier toutes nos félicitations.



MÉDAILLE DE BRONZE - SABRE EN INDIVIDUEL - FEMMES

Manon Brunet abat littéralement la Russe Olga Nikitina (15-5) en quarts de finale mais s'incline devant une autre russe Sofia Pozdniakova (championne du monde 2018). Une troisième place chèrement gagnée pour surtout ne pas revivre cette quatrième place à Rio à tout juste vingt ans...



MÉDAILLE DE BRONZE - FLEURET PAR ÉQUIPES - ÉQUIPE MASCULINE (PARALYMPIQUES)

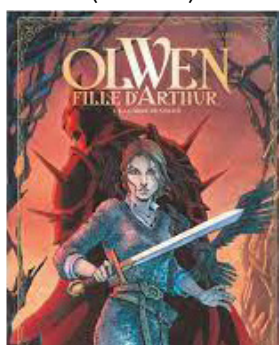
Les fleurettistes français Damien Tokatlian, Maxime Valet et Romain Noble ont décroché la médaille de bronze par équipe après leur victoire face aux Russes.

La montée en puissance des pays asiatiques est à relever. On pense tous à nos épéistes (équipe masculine) sortis en quarts de finale contre le Japon. La Chinoise Sun Yiwen gagne l'or à l'épée en individuel quand le Hongkongais Ka Long Cheung gagne le fleuret. Ils ont tous deux des entraîneurs français, Hugues Obry et Gregory Koenig. Comme quoi, les recettes françaises sont toujours recherchées et la fédération œuvre à garder ses talents... Daurelle, l'entraîneur des sabreuses, pourrait changer de poste. Une bonne chose avant les JO de 2024 ?

Lecture

Olwen, fille d'Arthur La Corne de Vérité

d'O. Legrand et Annabel
Editions Glénat
(Tome II)



Un conte médiéval bien tourné, dans la lignée de ces chansons de geste qui faisaient fureur à l'époque. Olwen a été oubliée longtemps par son père Arthur qui l'a enfin retrouvée mais sera-t-elle l'objet de sa perte sous la pression de Morgane ?

L'âge d'or

de Pedrosa et Moreil
Editions Dupuis
Tomes I et II



L'Âge d'or est un petit chef-d'oeuvre graphique et scénaristique. Un récit qui marie divertissement, conte de fées et fable politique avec une dimension féministe et révolutionnaire assumée.

Cyril Pedrosa s'est inspiré des tapisseries médiévales et des enluminures pour réaliser ce magnifique album. « Je me suis imprégné de toute l'imagerie de la fin du Moyen Âge, juste avant la Renaissance et l'apparition de la perspective, en jouant sur les mises à plat dans l'image de certains éléments et surtout en reprenant les répétitions de personnages dans la même image, un procédé narratif très commun pour l'époque, propre à toute cette communication visuelle destinée à un peuple qui ne sait pas lire, par exemple dans les retables ou les vitraux ».

Les Lames du Cardinal

de Pierre Revel
Edition Braguelonne

Paris 1633. Un roman de Fantasy historique. Bien rythmé, qui répond au genre de cape et d'épée, avec des personnages hauts en couleur que n'aurait pas renié Alexandre Dumas. Une mystérieuse société secrète, une vicomtesse, Richelieu, une unité d'élite ; les Lames, les plus fines du royaume...



Recettes de cuisine

Ingrédients (6 personnes) : 5 ou 6 courgettes de taille moyenne, 1 oeuf, 20 cl de crème fraîche, 150 g de gruyère râpé, 1 noix de beurre pour le moule, sel et poivre. On peut rajouter des pommes de terre, un oignon, de l'ail et de la muscade et faire cuire les légumes dans du lait 15mn avant de les mettre dans le plat) sans d'oeufs, c'est bon avec une viande blanche).



Le gratin de courgettes de Pascal Gaillard

Préparation 15 min - Cuisson 45 min : 1. Lavez les courgettes, les essuyer et les éplucher en laissant des petites bandes de peau, c'est plus esthétique et les couper en rondelles. 2. Faire bouillir de l'eau salée dans une casserole, lorsque l'eau bout, plongez les courgettes pendant 15 minutes. 3. Allumez le four à th.6 (200°C). 4. Égouttez-les courgettes avant de les enfourner. 5. Dans un saladier, mélangez l'œuf, la crème fraîche et une bonne pincée de sel et de poivre selon vos goûts. 6. Ajouter le gruyère râpé sur les courgettes et mélangez le tout. 7. Versez la préparation dans un moule à gratin beurré, ajoutez du gruyère par-dessus et mettez au four pendant 45 min. 8. Servez votre gratin de courgettes simple et savoureux sans plus attendre. Miam !

Astuces : Pour un gratin de courgette light, vous pouvez remplacer le gruyère par du parmesan ou même du fromage de chèvre coupé en cubes, car ces deux fromages sont moins gras. Pour une version plus gourmande, nous vous proposons de faire dorer les rondelles de courgette à l'huile avant de les répartir dans le plat.

Trucs et Astuces

« Avec de vieux cotons on ne fait pas de toile neuve, ni avec de mauvais fer de bonnes épées ».
proverbe turc

« Il vaut mieux être percé d'une épée bien luisante que d'une épée rouillée ».
proverbe français

A BON ENTEDEUR !

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 ! La tenue (les tissus techniques) ; pas d'adoucissant, ni sèche linge, ni eau de Javel. Le masque ; eau et savon. Le gant non électrique, lavage en machine. Gants en cuir ou partiellement, crème hydratante (pour les mains) ou lanoline.

Jeux

Sudoku Senior

5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

Sudoku Junior

	3		1
1		3	2
3		1	
	1		3

Amuse-toi avec les chiffres !

Dans chaque colonne (verticalité), dans chaque ligne (horizontalité), dans chaque carré (4 cases), tu dois obtenir 4 chiffres différents : 1, 2, 3 et 4.

Pêle-mêle



Photos : Eric Palisson

Solutions du numéro précédent

Solution du quizz Légende

- 1 - Le duel était pour les nobles, l'occasion de s'affranchir de l'autorité royale
- 2 - Citation extraite de l'œuvre de Molière, l'Avare
- 3 - Saint Michel et Saint Georges sont les saints cités lors de l'adoubement des chevaliers
- 4/ Charles de Baatz, seigneur d'Artagnan 1611-1643 / Isaac de Porthos 1617-1650 / Armand de Sillègue d'Athos d'Antevielle 1615-1643 / Henri d'Aramis 1620-1674
- 5 - Le saint patron des escrimeurs est Saint Michel
- 6 - Louis XIV
- 7 - La punition «divine» est l'excommunication
- 8 - Le masque d'escrime apparait au XVIIIème siècle sous le règne de Louis XV
- 9 - 1896/10000 duels par an, dans l'armée
- 10 - jamais le drap a été employé pour une tenue d'escrime

Solution Jeux Olympiques

- 1 - 3000 ans (Antiquité)
- 2 - Olympie
- 3 - Grèce
- 4 - Pierre de Coubertin
- 5 - un serment
- 6 - Paris
- 7 - pour célébrer l'unité du peuple grec et rendre hommage à Zeus
- 8 - les anneaux : 5 continents. les couleurs ; l'une d'elle est toujours présente dans le drapeau de toute nation
- 9 - XIXe siècle
- 10 - baron, historien et pédagogue œuvrant pour l'introduction du sport à l'école.
- 11 - 1894 meilleur grâce à l'éducation de la jeunesse par le sport.
- 12 - pour contribuer à l'édification d'un monde pacifique et
- 13 - aux hommes
- 14 - «pl'important, c'est de gagner»
- 15 - Tokyo
- 16 - Japon
- 17 - archipel d'îles
- 18 - Soleil levant
- 19 - rond rouge sur fond blanc
- 20 - Les Samourais
- 21 - Une bande dessinée
- 22 - boules de riz avec poisson
- 23 - le riz
- 24 - sumo

Directeur de la Publication : Eric Palisson
Catherine Thévenot, Cécile Caron, Armelle Toulhoat, Valérie Julien, Maître Pascal Plet,
Maître Ricardo Dron et Pascal Gaillard ont contribué à ce numéro.

www.escrime-herblay.com