

LA CANNE DE COMBAT



Document de synthèse

Les mouvements de canne française

SOMMAIRE

1/ DEFINITION

2/ LES PRINCIPES ELEMENTAIRES : Les surfaces de touche, les plans des trajectoires de la canne, principes des niveaux d'attaque, principe de l'armé, principe de développement complet du coup.

3/ LES COUPS D'ATTAQUE

4/ LES PARADES ET LES ESQUIVES

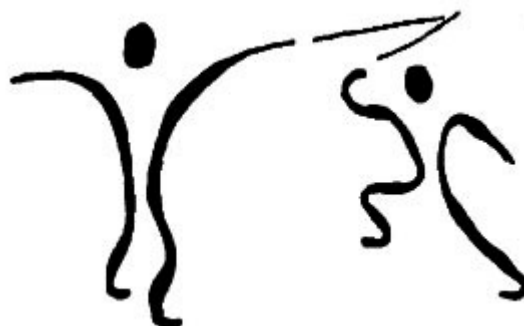
5/ LES DEPLACEMENTS : avancer, reculer, décaler, changer de main.

6/ LES DEPLACEMENTS TOURNANTS : volte sans changement de main, volte avec changement de main.

1/ DEFINITION

- Sans couper ni piquer, la canne de combat utilise des coups horizontaux ou verticaux. Par développement complet du bras les attaques sont préparées (**armées**); le bras et l'arme sont alignés en fin de trajectoire, au moment de l'impact.

- La canne est généralement en châtaignier ou en noisetier et d'une longueur de 95 cm avec un diamètre allant de 15 mm à la poignée et à 10 mm à la pointe. Elle pèse environ 125 grammes.



Auteur: Jean-Marc HENRY

Version 2.0

Edition : 30/04/2009

Editeur : JM HENRY

Dépôt légal : Mai 2009

ISBN 978-2-918568-00-1



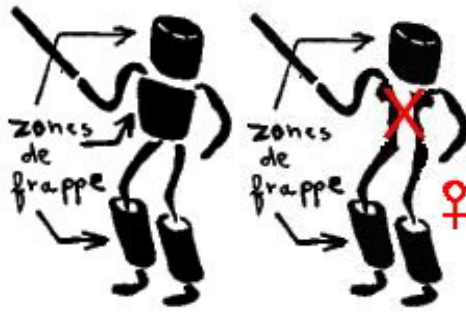
9 782918 568001

2/ LES PRINCIPES ELEMENTAIRES

2.1/ Les surfaces de touche

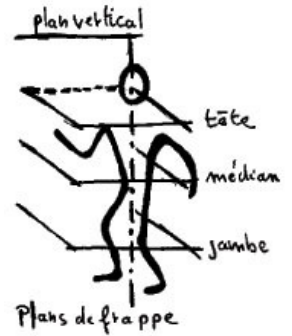
Les seules surfaces de touche (zone de "frappe") autorisées sont :

- la tête (côté et dessus),
- les flancs (entre le tétou et la hanche),
- les jambes (au dessus de la cheville et en dessous du genou).



2.2/ Les plans des trajectoires de la canne

- 1 plan vertical,
- 3 plans horizontaux (tête, médian, jambe).



2.3/ Principe des niveaux d'attaque

Obligation de descendre pour frapper en ligne basse.



Interdiction de descendre et de frapper en tête ou en flanc.

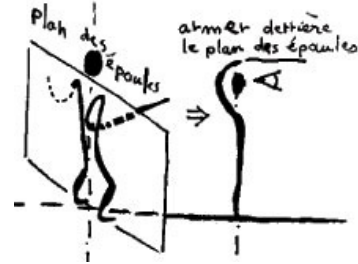
2.5/ Principe de développement complet du coup

- Le bras et l'arme sont alignés en fin de trajectoire, au moment de l'impact.



2.4/ Principe de l'armé

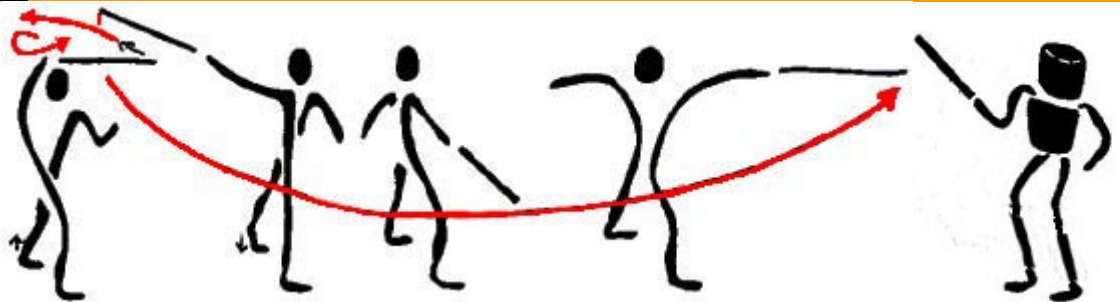
Passer la canne derrière la ligne des épaules



3/ LES COUPS D'ATTAQUE

3.1/ Le Latéral Extérieur (LE)

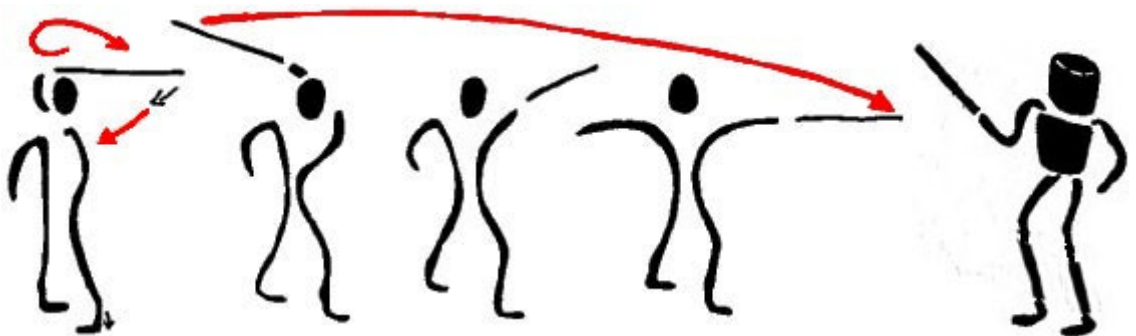
La canne décrit une trajectoire semi-circulaire horizontale par l'extérieur de la garde et au dessus de la tête.



- Le bras armé est tiré en arrière. Le poids du corps est équilibré sur les deux jambes. Les épaules se déplacent latéralement.
- Le bassin est débloqué par un léger pivotement des deux jambes. La main armée est tirée vers l'arrière. Le bras amorce un retour vers l'avant.
- Les épaules, les hanches et les appuis reprennent leur position de départ.

3.2/ Le Latéral Croisé (LC)

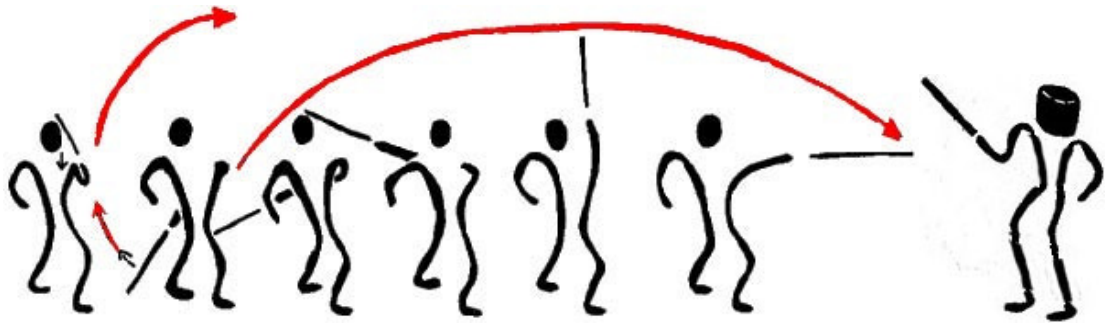
La canne décrit une trajectoire semi-circulaire horizontale par l'intérieur de la garde et au dessus de la tête.



- Le bras armé passe devant la garde et "croise" devant la poitrine. Le poids du corps est équilibré sur les deux jambes. Les épaules se déplacent latéralement.
- Le bras "croise" devant la poitrine, il y a rotation du buste, le bassin est débloqué par la rotation de la jambe avant. Le talon, levé, est orienté vers l'avant (montrer la semelle à l'adversaire). Le bras est tiré au maximum vers l'arrière.
- La jambe d'appui est tendue. La canne tourne dans un plan horizontal au dessus de la tête.
- Par la rotation du poignet, la pointe part vers l'avant. Le bras amorce son retour vers l'avant.

3.3/ Le Croisé Tête (CT)

La canne décrit une trajectoire semi-circulaire verticale de bas en haut par l'intérieur de la garde.



- a) La canne tombe et le bras "croise" en passant devant la poitrine (montrer le coude avant à l'adversaire).
- b) Les épaules se placent latéralement. La canne décrit une trajectoire circulaire du bas vers le haut et d'arrière en avant. Elle passe devant le corps. Le bras est tendu pendant l'exécution du mouvement. La rotation est assurée au niveau de l'épaule.
- c) Un retard de la canne sur le bras permet de passer sans accrocher le sol.

3.4/ Le Brisé (B)

La canne décrit une trajectoire elliptique verticale de bas en haut, en passant par l'arrière et par l'extérieur de la garde.



- a) La canne, prise entre le pouce et l'index, tombe de son propre poids et amorce seule sa rotation; la paume est vers le ciel.
- c) Quand la canne est à la verticale, elle est accélérée par une pression des doigts sur la manchette. Le bras a un mouvement de piston rectiligne arrière/avant/arrière.

3.5/ L'Enlevé (E)

La canne décrit une trajectoire elliptique verticale de haut en bas, en passant par l'arrière et par l'extérieur de la garde.



- a) Le bras est ramené vers l'arrière.
- b) La main est paume vers le ciel. La canne est relâchée et tombe vers l'arrière en amorçant la rotation au creux du pouce et de l'index, en même temps que l'exécution de la fente avant.
- c) Quand la pointe est à la verticale, le bras se détend, la main toujours paume vers le ciel. Le bras, comme pour le brisé, a un mouvement de piston rectiligne arrière/avant/arrière.

N.B. : Le mouvement est aujourd'hui interdit en tête en en flanc.

3.6/ Le Croisé Bas (CB)

La canne décrit une trajectoire circulaire verticale du haut vers le bas, en passant devant le corps.



- a) La canne est lancée à la verticale.
- b) Les épaules se placent latéralement. Le bras, tendu pendant l'exécution du mouvement redescend latéralement en même temps que l'exécution de la fente avant, paume vers le sol.
- c) La canne termine sa course horizontalement latéralement vers les jambes. La rotation est assurée au niveau de l'épaule.

N.B. : Le mouvement est aujourd'hui interdit en tête en en flanc.

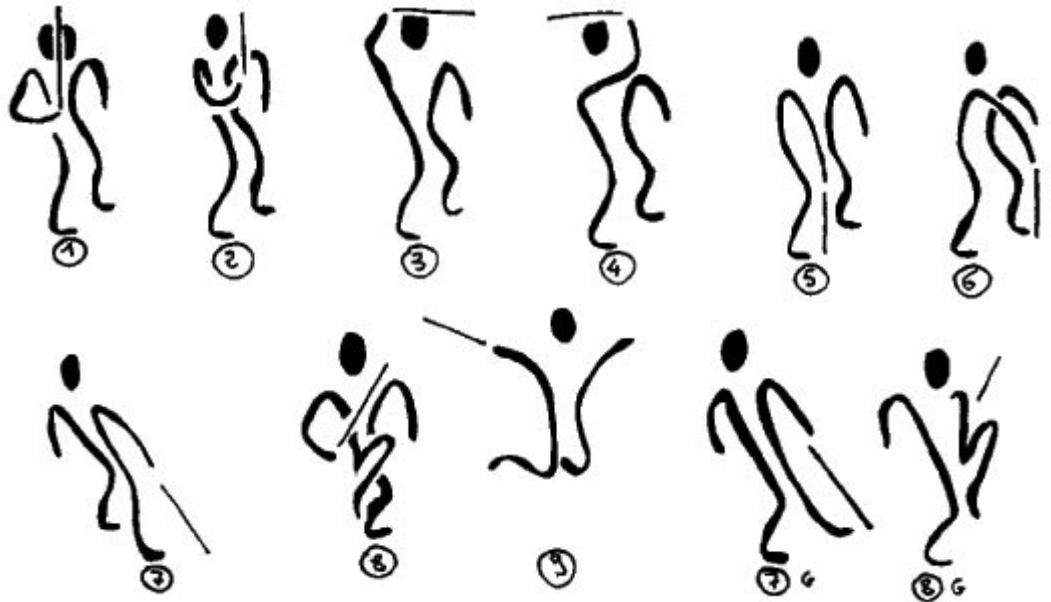
Fente arrière Latéral Croisé (attaque en ligne basse : fente obligatoire)



4/ LES PARADES ET LES ESQUIVES

Objectifs : Parer les coups au plus près du corps ET riposter (principe parade-riposte)

- (1) Parade sur attaque Latérale Croisée,
- (2) Parade sur attaque Latéral Extérieur,
- (3) ou (4) Parades sur attaques Brisé ou Croisé Tête,
- (5) Parade sur attaque en fente Latéral Croisé,
- (6) Parade sur attaque en fente Latéral Extérieur,
- (7) Parade (parade bordelaise) sur attaque latérale ou attaque en tête,
- (8) Esquive sur attaque latérale en fente,
- (9) Saut d'esquive sur attaque latérale en fente.



Principe fondamental :

- Soit **Parade puis riposte**,
- Soit **Esquive puis riposte**

5/ LES DEPLACEMENTS

Objectifs : Modifier l'axe de combat ou modifier la distance au partenaire

5.1/ Avancer

Avancer la jambe arrière puis l'autre jambe vers l'avant (2 pas).



5.2/ Reculer

Reculer la jambe puis l'autre jambe vers l'arrière (2 pas).



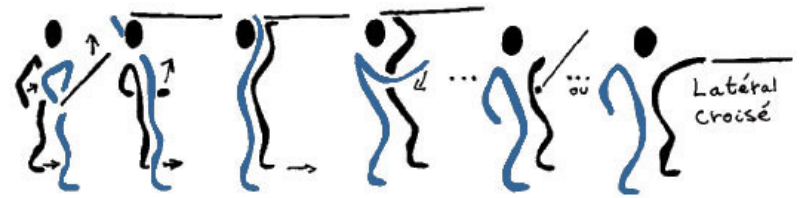
5.3/ Décaler

avancer la jambe avant sur le côté puis l'autre jambe rattrape l'écartement initial entre les 2 jambes.



5.4/ Avancer ou reculer en changeant de main

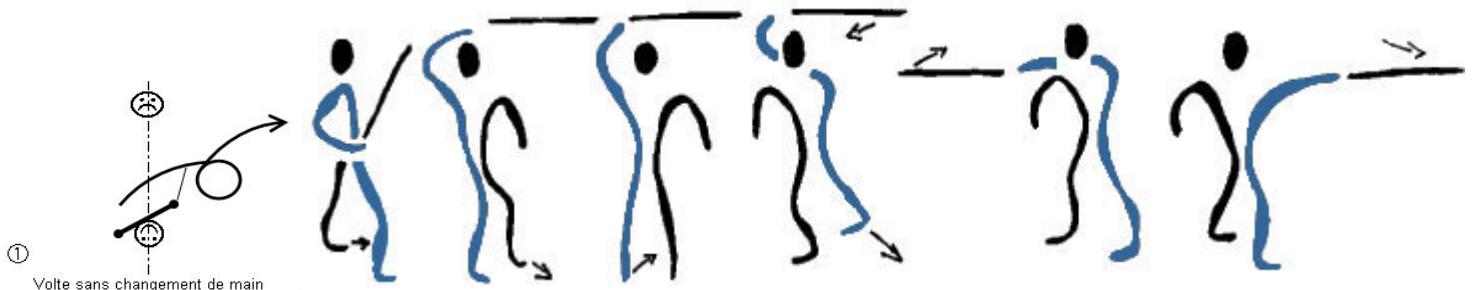
Changement de main élémentaire (et changement de garde).



6/ LES DEPLACEMENTS TOURNANTS : LES VOLTES

Objectif : attaque rapide armée et cachée. La Volte est un déplacement tournant en 3 appuis par engagement du bassin.

6.1/ La volte sans changement de main



6.2/ La volte avec changement de main

