



BATON DE L'ECOLE DE JOINVILLE

Sommaire

H.1 PRESENTATION HISTORIQUE DU BATON DE L'ECOLE DE JOINVILLE	page 3
H.1.1. HISTORIQUE	page 3
H.1.2. SOURCES HISTORIQUES - BIBLIOGRAPHIE	page 3
H.1.3. QUELQUES TECHNIQUES ILLUSTREES	page 4
H.2 LES TECHNIQUES DE BASE	page 5
H.2.1 PRESENTATION	page 5
H.2.1.1 Description du bâton.....	page 5
H.2.1.2 Tenue du bâton	page 6
H.2.1.3 Les deux gardes de base.....	page 7
H.2.1.4 Conventions	page 7
H.2.1.4.1 Notion d'intérieur et d'extérieur de la garde	
H.2.1.4.2 Techniques croisées et extérieures	
H.2.1.4.3 Les surfaces de frappe autorisées	
H.2.1.4.4 Principes techniques de base	
H.2.2 LES TECHNIQUES OFFENSIVES	page 10
H.2.2.1 Principes fondamentaux des frappes.....	page 10
H.2.2.2 Choix de la garde et formes pédagogiques simples.....	page 11
H.2.2.3 Attaque en 1 temps en garde normale.....	page 12
H.2.2.3.1 Formes simples	
H.2.2.3.2 Formes plus complexes	
H.2.2.4 Attaques en 2 temps en garde normale	page 18
H.2.2.5 Attaques en garde inverse.....	page 24
H.2.2.5.1 Formes simples en 1 temps	
H.2.2.5.2 Formes plus complexes en 1 temps	
H.2.2.5.3 Attaques en 2 temps	
H.2.2.6 Les moulinets enchaînés.....	page 30
H.2.2.6.1 les moulinets verticaux	
H.2.2.6.2 Les moulinets horizontaux	
H.2.3 -LES PARADES ET ESQUIVES	page 30
H.2.3.1 Règles générales du positionnement	page 31
H.2.3.2 Parties du bâton concernées par la parade	page 31
H.2.3.3 Parades bloquées contre les attaques horizontales et verticales	page 31
H.2.3.4 Parades contre piqués pointe ou talon.....	page 37
H.2.3.5 Parades contre coups en flanc remontants et parades manchettes	page 39
H.2.3.6 Principe de fluidité et de mobilité des mains	page 39
H.2.3.7 Principe des esquives et des esquives-parades	page 39
H.2.3.7.1 Les esquives	
H.2.3.7.2 Les esquives-parades	
H.2.4 -LES DIFFERENTES DISTANCES EN BÂTON DE JOINVILLE	page 40
H.2.4.1 La distance de garde.....	page 40
H.2.4.2 La distance de récupération	page 40
H.2.4.3 Les différentes distances de frappe.....	page 40
H.2.4.4 La distance d'armé	page 40
H.3 ANNEXE AU CAHIER H - BATON DE JOINVILLE (techniques complémentaires et pratiques sportives)	page 43



Liste des figures et tableaux

Tableau 1 :	Repères pour la réalisation d'attaques de base en garde à droite
Figure 1 :	Description du bâton
Figure 2 :	Tenue du bâton mains réunies
Figure 3 :	Les deux gardes de base
Figure 4 :	Intérieur et extérieur de la garde, techniques croisées ou extérieures
Figure 5 :	Zones de touche autorisées
Figure 6 :	Brisé en 1 temps (garde normale)
Figure 7 :	Croisé bas en 1 temps (garde normale)
Figure 8 :	Latéral croisé en 1 temps (garde normale)
Figure 9 :	Piqué pointe médian 1 un temps (garde normale)
Figure 10 :	Exemple de coulissé circulaire croisé en 1 temps (garde normale)
Figure 11 :	Croisé tête en 1 temps (garde normale)
Figure 12 :	Enlevé en 1 temps (garde normale)
Figure 13 :	Croisé tête en 2 temps (garde normale)
Figure 14 :	Enlevé en 2 temps (garde normale)
Figure 15 :	Latéral extérieur en 2 temps (garde normale)
Figure 16 :	Piqué talon médian en 2 temps (garde normale)
Figure 17 :	Exemple de coulissé circulaire extérieur en 2 temps (garde normale)
Figure 18 :	Revers tête en 2 temps (garde normale)
Figure 19 :	Croisé tête en 1 temps (garde inverse)
Figure 20 :	Latéral extérieur en 1 temps (garde inverse)
Figure 21 :	Piqué talon médian et en pied en 1 temps (garde inverse)
Figure 22 :	Latéral croisé en 1 temps (garde inverse)
Figure 23 :	Croisé bas en 2 temps (garde inverse)
Figure 24 :	Position des poignets et réalisation des moulinets
Figure 25 :	Parades mains réunies en tête
Figure 26 :	Parades mains réunies en figure
Figure 27 :	Parades mains réunies en flanc (parade en toit)
Figure 28 :	Parade mains réunies en jambe (parade en opposition)
Figure 29 :	Parade mains écartées en tête
Figure 30 :	Parades mains écartées en figure ou en flanc
Figure 31 :	Parades manchettes
Figure 32 :	Parades contre les piqués
Figure 33 :	Exemple de parades contre les coups remontant en flanc
Figure 34 :	Exemple de garde défensive
Figure 35 :	Exemple de changement de garde offensif

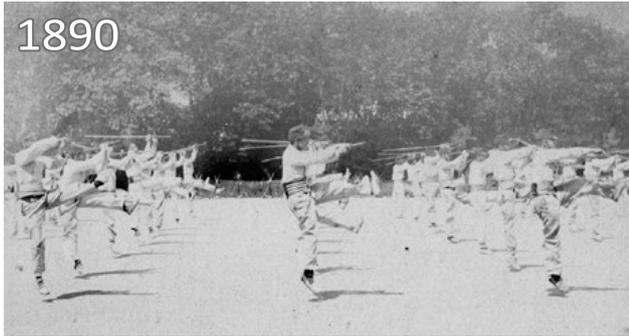
H.1 PRESENTATION HISTORIQUE DU BATON DE L'ECOLE DE JOINVILLE

H.1.1 - HISTORIQUE

Berceau de l'enseignement du bâton français au XIX^{ème} siècle : l'école normale de gymnastique de Joinville le Pont (Source Jean-Louis OLIVIER, ancien DTN du CNCCB).

Au cours de l'histoire, cette prestigieuse école militaire s'appela successivement école normale de gymnastique de Joinville le Pont (1852), puis école normale de gymnastique et d'escrime (1872), enfin école supérieure d'éducation physique (1925). Entre 1852 et 1939, cette école forma les cadres militaires et civils d'éducation physique. Nous pouvons distinguer trois grandes périodes de formation :

La première, de 1852 à 1870, est caractérisée par l'influence de la gymnastique Amorosienne correspondant à une motricité artificielle et analytique.



La deuxième, celle qui nous intéresse au titre de l'enseignement du bâton, s'étend de 1872 à l'avant guerre de 1914. Pendant cette période, la «méthode de Joinville» subit les influences de la gymnastique suédoise (1893), anatomique et rigide, qui implique le travail dans des plans stricts, verticaux et horizontaux.

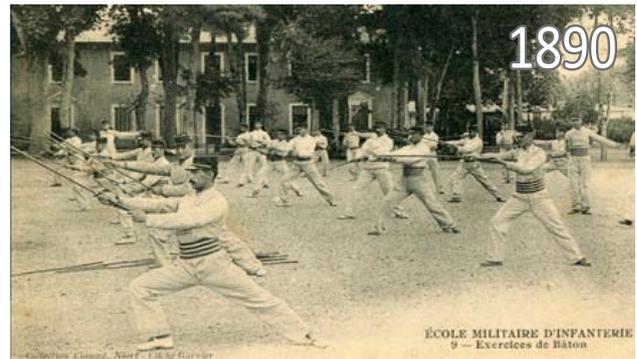
Les apports scientifiques de DEMENY, qui tient un laboratoire de physiologie au sein même de l'école militaire, intègrent les problèmes énergétiques des pratiques et l'analyse du mouvement par la chronophotographie. L'influence et la concurrence des sports anglais (athlétisme, rugby, football), qui se dessinent dès 1898 s'implantent vraiment à partir de 1910.

L'instruction du bâton y est collective, méthode «simultanée», défense sur les «quatre faces» permettant l'acquisition de l'ordre et de l'obéissance. Le bâton de Joinville s'inscrit dans le cadre général d'une gymnastique d'assouplissement et d'application pour discipliner et contrôler un nombre important de soldats.

En 1902, le manuel militaire inclut l'escrime de combat à la baïonnette plus réaliste et qui concurrence les parties d'enseignement de la boxe française, de la canne et du bâton.

Les sociétés de gymnastique civiles effectuent, lors des lendits (1899-1903), des démonstrations collectives de bâton qui respectent les modalités d'exécution propres à l'école de Joinville.

La troisième période, après 1916, se caractérise par le développement de la «méthode française d'éducation physique» (1925-1930), méthode éclectique. Peu à peu l'école militaire, face à l'Université, perd son monopole de la formation des cadres d'éducation physique, perte concrétisée par l'ouverture des IRP (Instituts Régionaux d'Education Physique). L'enseignement du bâton et de la boxe française s'effectue jusqu'en 1925 dans les ENI (Ecoles Normales des Instituteurs). Le bâton devient alors utilitaire (méthode naturelle de HEBERT).



H.1.2. SOURCES HISTORIQUES - BIBLIOGRAPHIQUES

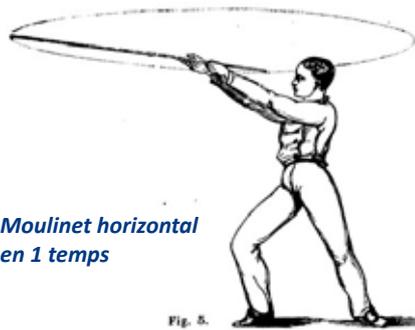
- ◆ 1817..... Brevet de Bâton
- ◆ 1845..... Brevet de Bâton
- ◆ 1875..... Manuel pour l'enseignement de la gymnastique et de l'escrime (Ministère de la Marine et des Colonies)
- ◆ 1878..... Manuel de gymnastique (Ministère de la Guerre)
- ◆ 1886..... Manuel de gymnastique théorique et pédagogique (LE GUENNEC)
- ◆ 1888..... Manuel de gymnastique (Ministère de la Guerre)
- ◆ 1890..... Boxe, Bâton, Canne, Chausson (édition Delarue)
- ◆ 1891..... Manuel d'exercices gymnastiques et de jeux scolaires (Ministère de l'Instruction Publique et de Beaux Arts)
- ◆ 1895..... Manuel d'Infanterie à l'usage des sous-officiers
- ◆ 1897..... Filmographie des Frères Lumière - Exercices du bâton - 27^{ème} Régiment des Chasseurs Alpins (Menton)
- ◆ 1897..... Filmographie des Frères Lumière - Combat au bâton - 99^{ème} Régiment d'Infanterie de Lyon
- ◆ 1899..... Filmographie des Frères Lumière - Les tirailleurs annamites (bâton)-Indochine française (aujourd'hui Vietnam)
- ◆ 1899..... L'art de la boxe française et de la canne (Joseph CHARLEMONT)
- ◆ 1903..... Planche de figurines du dictionnaire Larousse
- ◆ 1904..... Manuel de boxe et de canne (Emile ANDRE)
- ◆ 1890 à 1918 Photographies de militaires maniant le bâton
- ◆ 1928..... Planche de figurines du dictionnaire Larousse
- ◆ 1948 Planche photographique du dictionnaire Larousse

H.1.4 QUELQUES TECHNIQUES ILLUSTREES



Moulinets verticaux

Coup de bout de talon

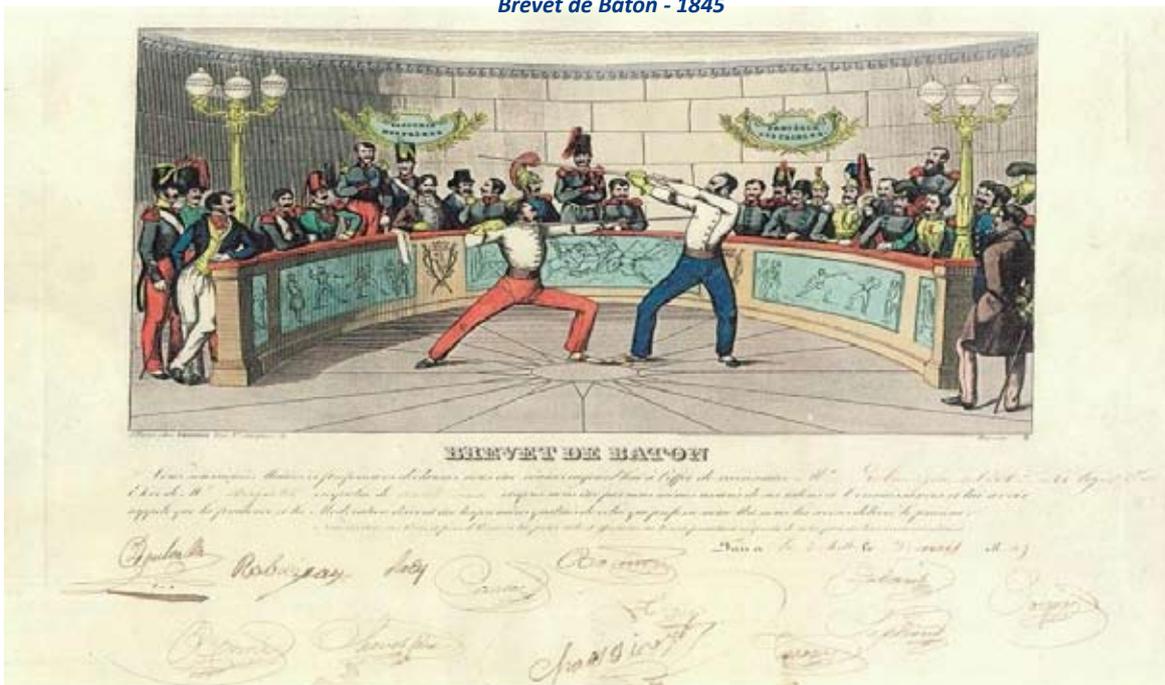


Moulinet horizontal en 1 temps

Fig. 5.

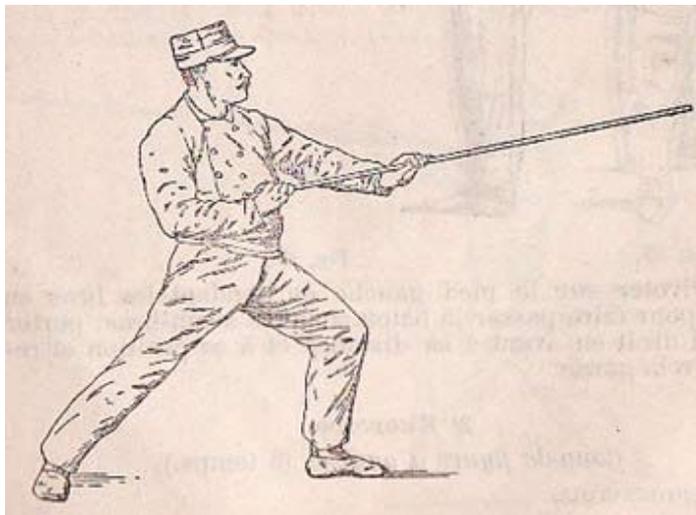


Brevet de Bâton - 1845





Coupe de bout de pointe 1^{er} temps



H.2 TECHNIQUES DE BASE

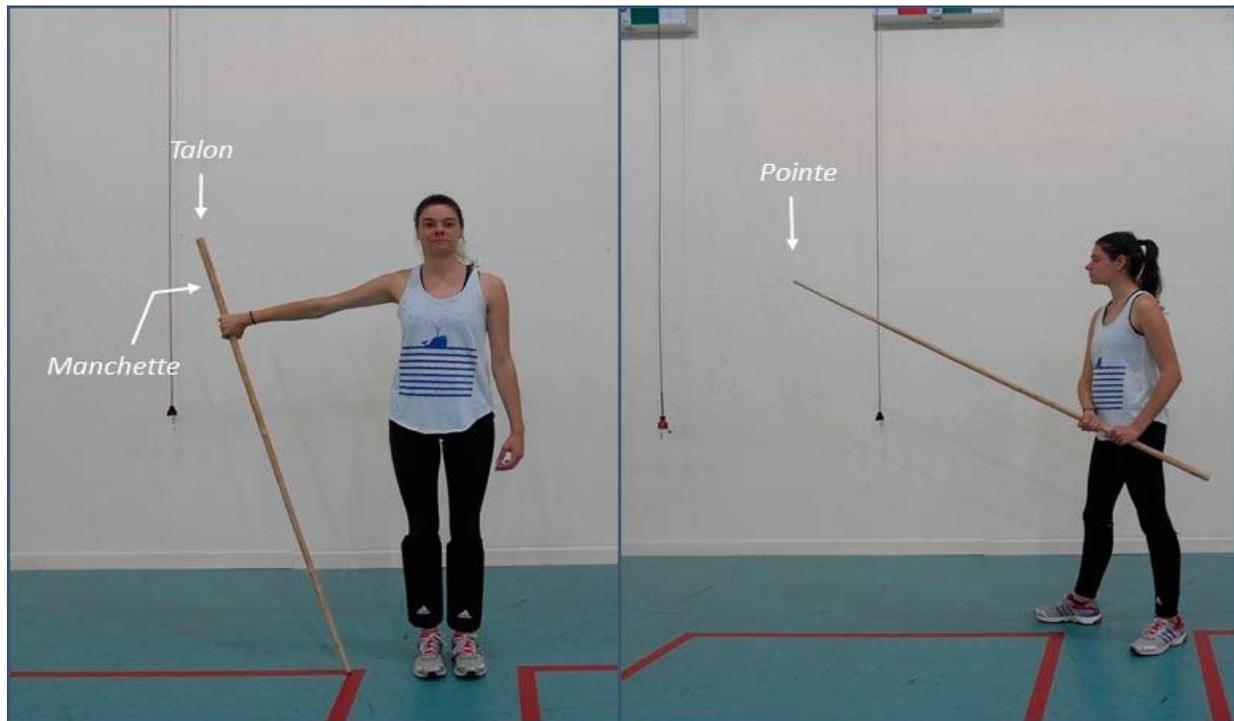
H.2.1 PRESENTATION

Ce document présente les principales techniques de base du bâton long de l'Ecole de Joinville. Les premières traces écrites de ce système de maniement du bâton datent du tout début du XIX^{ème} siècle. Il a connu son apogée à l'époque de L'École normale militaire de gymnastique de Joinville (1852-1939) et a persisté jusqu'à nos jours associé à la Savate boxe française et à la Canne de Combat. Ce document vient en complément des documents fédéraux déjà publiés. Une approche de l'activité plus axée sur une pratique sportive (incluant notamment des formes d'opposition) sera également présentée dans un document intitulé « Techniques complémentaires et pratiques sportives ».

H.2.1.1 Description du bâton

La Figure 1 présente le bâton utilisé ainsi que ses différentes parties. Ses caractéristiques sont les suivantes :

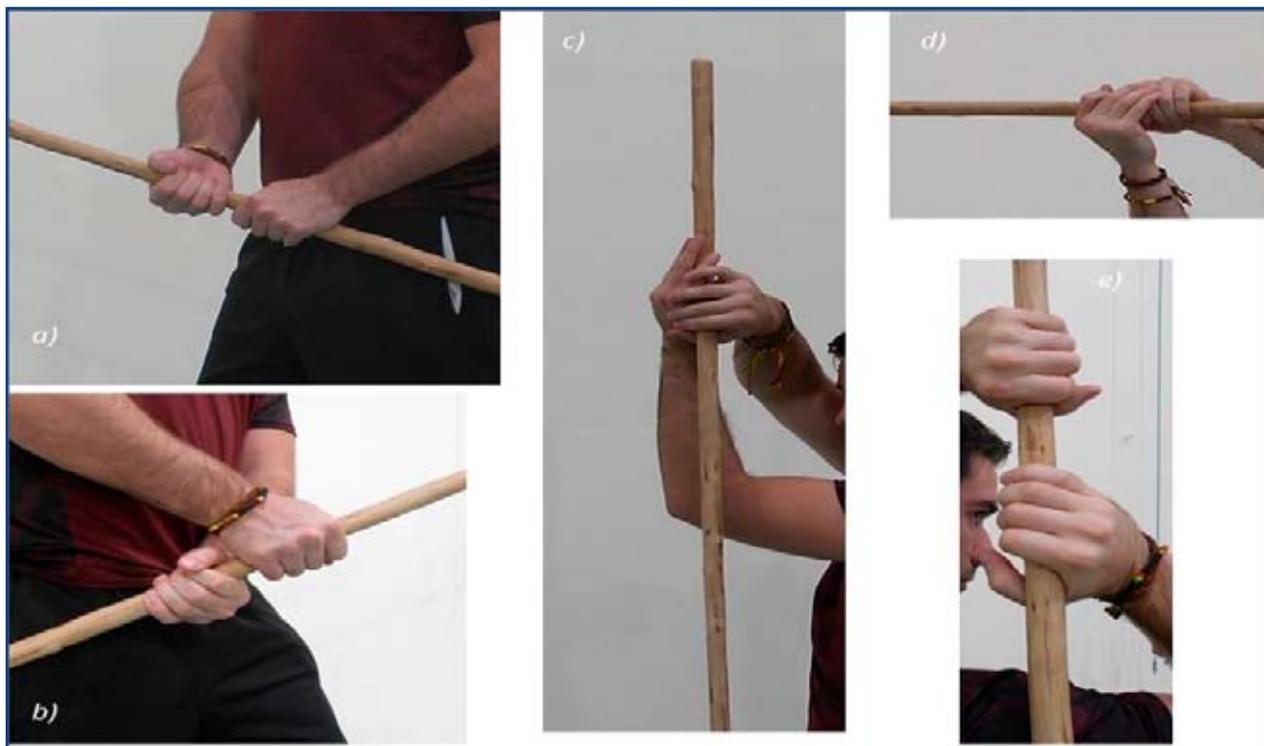
- Essence : châtaignier, noisetier, aulne noir ou orme. Le bâton écorcé est tronconique et garde ses nœuds.
- Dimensions : du sol jusqu'à la pointe du menton ou le haut du front, idéalement jusqu'à la pointe du nez. En moyenne le bâton mesure donc entre 1m60 et 1m70. Il est possible d'utiliser le bâton standard du bâton fédéral de 1m40 mais les sensations et la pratique tactique en seront modifiées.
- Une pointe : constituant le bout fin.
- Un talon : constituant le gros bout, d'un diamètre compris environ entre 2,5 et 3 cm pour un bâton en châtaignier.
- Poids : il ne devra pas être trop lourd afin d'assurer la vélocité des moulinsets et de préserver les épaules. Le poids du bâton est la conséquence de ses dimensions et de la densité du bois utilisé (voir « Dimensions »).
- Une manchette de 25 à 35 cm (mesurée à partir du talon) doit être conservée. Son contrepois permet la rotation fluide des moulinsets.



H.2.1.2 Tenue du bâton

Le bâton est tenu à deux mains (cf. Figure 2). Les mains sont en principe réunies, en garde et au moment des rotations, afin de faciliter la pratique des moulinets et des frappes. Sur certaines parades « mains réunies » elles peuvent s'écarter légèrement pour assurer un meilleur contrôle. Les deux pouces sont dirigés vers l'avant. La main avant (la plus proche de la pointe) constitue la **main directrice** et la main arrière (la plus proche du talon) constitue la **main de soutien**. La préhension du bâton rappelle celle de la pique, de la pioche, ou des armes blanches tenues à deux mains.

Figure 2 : Tenue du bâton mains réunies



Mains réunies en garde normale (a) et en garde inverse (b)

Mains très rapprochées ou emboîtées : moulinet vertical (c) ou horizontal (d) et pour les armés suivis par un développé en forme de moulinet
Mains légèrement écartées pour un meilleur contrôle des parades mains réunies (e)

H.2.1.3 Les deux gardes de base

Dans l'exemple où la main directrice est la main droite les deux gardes de base sont la garde à droite et la garde à droite inverse (cf. Figure 3).

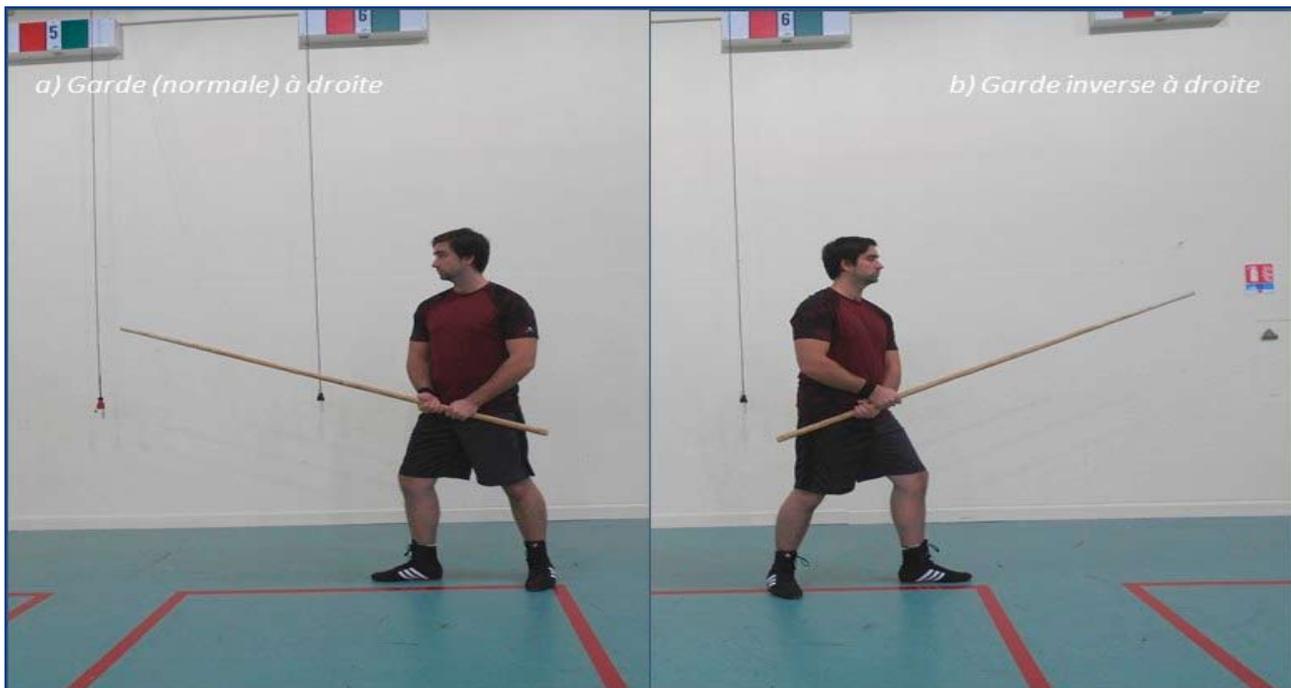
La garde à droite (dite aussi garde à droite normale ou garde à droite conforme) : la main droite placée en avant est directrice, la main gauche située en arrière est de soutien, le pied droit est avancé.

La garde à droite inverse : la main droite placée en avant est directrice, la main gauche située en arrière est de soutien, les poignets sont croisés, le pied gauche est avancé.

Fondamentalement le poids du corps est réparti de façon égale sur les deux appuis pour faciliter la défense : le tireur pourra plus facilement réagir dans toutes les directions.

Il est aisé de déduire de ces explications comment transposer ces gardes à gauche.

Figure 3 : Les deux gardes de base



La pointe du pied avant légèrement vers l'extérieur, le pied arrière orienté à 30 ou 45° vers l'avant, le poids du corps réparti à égalité sur les deux appuis, la jambe avant est à peine fléchie. Les mains au niveau du bassin, la pointe du bâton au niveau médian de l'adversaire, les mains se touchent ou sont écartées de la longueur d'un ou deux doigts.

Important : Les explications qui sont données dans la suite de ce document concernent exclusivement des techniques réalisées à partir de la garde à droite et de la garde à droite inverse. Il suffira de conduire un raisonnement identique pour pratiquer à partir de la **garde à gauche** et la **garde à gauche inverse**.

Les gardes fondamentales présentées ici ne sont pas les seules qui existent. Elles faisaient partie des « gardes d'assaut » historiques. Il existe aussi différentes « gardes d'attaque » ou différentes « gardes d'attente » (ou gardes défensives) dont l'étude peut être très utile pour l'assaut ou la démonstration.

Le passage alternatif de la garde à droite vers la garde à droite inverse, dans un sens puis dans l'autre, peut s'effectuer sur place, en avançant, en reculant, et en tournant (voltes complètes ou autres changements d'axe de combat).

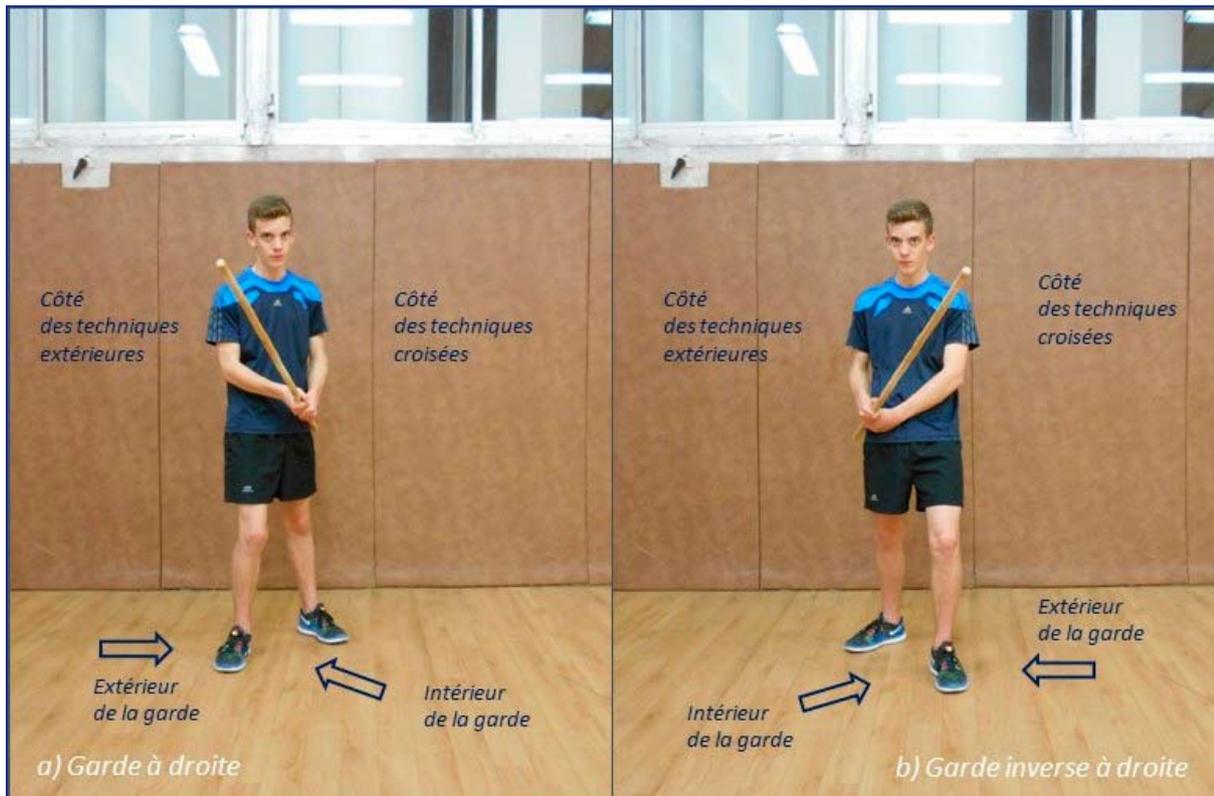
H.2.1.4 Conventions

H.2.1.4.1 : Notion d'intérieur et d'extérieur de la garde

Cette notion est définie uniquement par la position des pieds en faisant abstraction de la prise du bâton (c'est-à-dire sans tenir compte de la main directrice ou du croisement éventuel des poignets). **Le côté extérieur de la garde** correspond au côté externe de la jambe avancée. Par exemple, en garde à droite (jambe droite avancée) le côté extérieur de la garde est le côté droit. **Le côté intérieur de la garde** correspond au côté interne de la jambe avancée.

On aura recours à ces termes pour indiquer la direction dans la réalisation des voltes ou le bon positionnement et la correcte coordination des bras et pieds pour une parade efficace.

Figure 4 : Intérieur et extérieur de la garde, techniques croisées ou extérieures



*Extérieur de la garde = côté extérieur du pied avancé ; Intérieur de la garde = côté intérieur du pied avancé
 Technique extérieure = la main directrice s'écarte du corps pendant l'armé ;
 Technique croisée = la main directrice croise devant la poitrine pendant l'armé.*

H.2.1.4.2 Techniques croisées ou extérieures

On retrouve les termes techniques « **croisées** » ou techniques « **extérieures** » de la canne de combat (cf. Figure 4).

Cette terminologie ne prend pas en compte la position des pieds. Le bâtonniste peut être en garde à droite ou droite inverse mais cela n'a aucune incidence car le point de référence reste la position de la main directrice.

- Quand dans la phase d'armé, la main droite (directrice) croise devant la poitrine, la technique est alors dite « croisée » et le coup est développé sur la gauche du corps.

Exemples de frappes croisées : le croisé tête, le latéral croisé (figure, flanc, jambe), le croisé bas (jambe, flanc), le piqué pointe (en ligne médiane ou en pied), les coulissés circulaires horizontaux ou verticaux armés du côté du côté du piqué pointe (en tête, figure, flanc ou jambe).

- Quand dans la phase d'armé, la main droite (directrice) s'écarte de la poitrine, la technique est alors dite « extérieure » et le coup est développé sur la droite du corps.

Exemples de frappes extérieures : le brisé, le latéral extérieur (figure, flanc, jambe), l'enlevé (jambe, flanc), le piqué talon (en ligne médiane et en pied), le revers tête, les coulissés circulaires armés du côté du piqué talon (en tête, figure, flanc ou jambe).

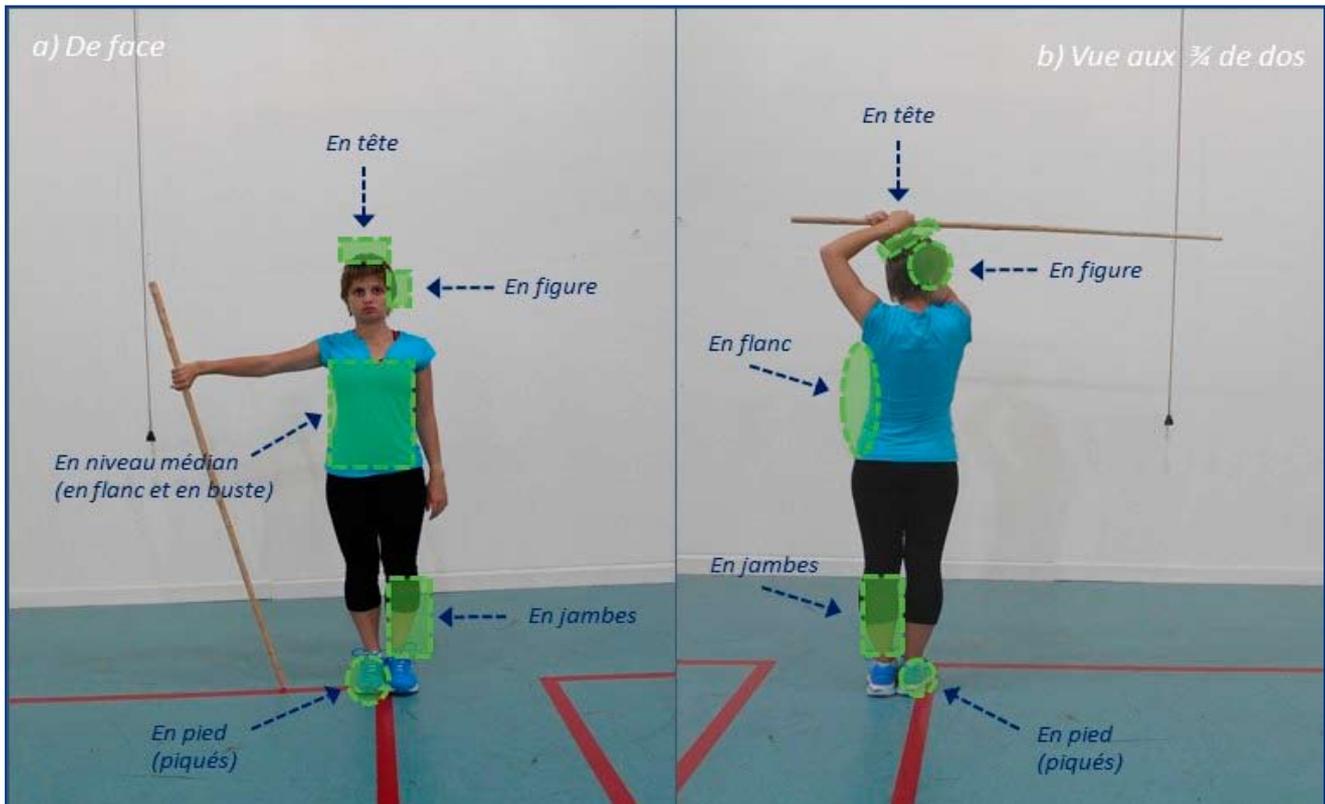
H.2.1.4.3 Les surfaces de frappe autorisées

La codification précise des surfaces de frappe est une notion moderne qui est associée au développement sportif de nos disciplines de canne et de bâton. Le bâton de Joinville (d'origine militaire) possède une longue histoire et par conséquent les zones de frappe ont évolué au fil du temps, à la fois dans leur définition et dans leur nombre.

Nous sommes aujourd'hui dans une pratique sportive qui prévoit la préservation de l'intégrité physique des tireurs. L'enseignement moderne des techniques de base en bâton de Joinville suppose donc de faire un choix en termes de zones de touches autorisées. Il a été choisi, pour faciliter l'enseignement et pour préserver les tireurs, d'être cohérent avec les zones de touches codifiées en bâton fédéral.

Les surfaces de frappe du bâton fédéral sont donc autorisées en bâton de Joinville (cf. Figure 5). Ces surfaces de frappes codifiées sont : en tête, en figure, en niveau médian (en flanc et en buste), en jambe et en pied (piqués).

Figures 5 : Zones de touche autorisées



Pour ne pas alourdir les légendes, les cibles ne sont indiquées que sur un côté du corps. Bien évidemment, les deux côtés du corps comportent une cibles valides.

« En jambes » : du dessus de la malléole jusqu'à la limite inférieure du genou, sur toute la circonférence de la jambe.

« En pied » : toutes les parties du pied en dessous de la cheville.

« En buste » : commence au-dessus du bassin et s'arrête au niveau de la jonction entre la première côte et le sternum.

H.2.1.4.4 Principes techniques de base

Les principes techniques du bâton de l'école de Joinville sont définis d'une manière générale par :

- Des moulinets horizontaux et verticaux analogues à ceux de la canne de combat. Toutefois leur rôle est particulier dans le cas du bâton long car ils permettent d'obtenir des frappes plus rapides que si le bâton partait d'une position arrêtée. Ils permettent aussi l'exécution de techniques défensives spécifiques.
- Des techniques d'attaques, avec une tenue du bâton à deux mains (l'une en supination et l'autre en pronation).
- L'existence d'une phase d'armé préparatoire à la réalisation d'une attaque, d'une phase de développement et d'une phase d'impact (cf. II-1).
- Des techniques travaillées en garde à droite, l'étude de la garde à gauche, des déplacements et de la volte ainsi que l'étude des changements de mains.
- Des éléments technico-tactiques transposables ou similaires à ceux de la canne de combat moderne ou ancienne.
- Des techniques d'attaque ou de défense et des éléments technico-tactiques propres au bâton français (bâton fédéral et bâton de Joinville réunis).
- Un principe tactique d'autoprotection du tireur (ne pas être touché) qui prime sur une prise de risque incontrôlée en attaque.

Plus spécifiquement par :

- Des piqués portés avec la pointe ou le talon du bâton en ligne médiane et en pied.
- Des enlevés médians (enlevés portés en flanc) et des croisés médians (croisé bas porté en flanc).
- Une technique balancée (à une main) avec la manchette du bâton : le revers tête.
- La nécessité de maîtriser 3 distances de frappe : une longue (comme dans le cas du coup de revers), une moyenne (coups portés avec les mains réunies et les bras tendus comme par exemple au cours d'un latéral croisé), et une plus courte, (une des mains reste au contact du buste du tireur comme dans le cas des piqués).
- A la différence de la canne, un travail systématique et équilibré entre la garde et la garde inverse.
- Des techniques complémentaires ainsi que des éléments tactiques spécifiques au bâton de Joinville tirés de son patrimoine historique. De plus, compte tenu de l'origine martiale de la discipline, on vise à préserver la fiabilité des techniques et le réalisme des tactiques employées.
- Concernant la fente il faut simplement préciser qu'elle doit rester adaptée à la hauteur et à la distance de la cible. La longueur du bâton permet d'atteindre plus facilement les jambes de l'adversaire et se pencher exagérément était considéré comme s'exposer inutilement dans la pratique militaire historique. En revanche une légère fente sur des frappes en ligne haute permet d'être stable et évite de trop solliciter les reins (en raison du poids du bâton).



Mais surtout par une manière efficace d'utiliser la manchette dans la réalisation des moulinets. En effet, la saisie du bâton s'opère 25 à 35 centimètres en avant du talon. La longueur de la manchette ainsi dégagée, crée un contrepoids, un ballant qui facilite la réalisation des moulinets horizontaux ou verticaux et accentue la vitesse de rotation.

H.2.2 TECHNIQUES OFFENSIVES

H.2.2.1 Principes fondamentaux des frappes

Le bâton de l'école de Joinville utilise les **mêmes principes fondamentaux** que la canne de combat et le bâton fédéral.

- Les coups d'attaque sont portés par développement complet des bras ou d'un des bras dans certains cas (par exemple les piqués).
- Les coups sont armés par transfert d'appui du poids du corps.
- Les plans d'attaque des moulinets sont fondamentalement horizontaux ou verticaux.
- A l'impact l'alignement bâton-bras est conservé.
- La frappe se réalise avec le quart supérieur du bâton (côté pointe), ou avec le quart inférieur (côté manchette), ou avec le talon, ou la pointe du bâton pour les piqués.

N-B: Lors de sa progression le bâtonniste apprendra à gérer des frappes obliques spécifiques au bâton de Joinville à partir de techniques tirées de la richesse du patrimoine historique de la discipline (voir « Techniques complémentaires et pratiques sportives »).

Attaques de base :

- le **Brisé** qui se porte en tête
- le **Croisé tête** qui est le symétrique du brisé du côté croisé de la frappe.
- l'**Enlevé** en jambe ou en flanc.
- le **Croisé bas** qui se porte en flanc ou jambe.
- le **Latéral extérieur** qui se porte en figure, flanc ou jambe.
- le **Latéral croisé** qui se porte en figure, flanc ou jambe.
- le **Piqué** avec la pointe du bâton qui se porte au niveau médian ou en pied.
- le **Piqué talon** qui est le symétrique du piqué pointe et qui est réalisé avec le talon du bâton du côté extérieur de la frappe. Il se porte au niveau médian et en pied.
- les **Coullissés circulaires horizontaux et verticaux** qui se portent en tête, figure, flanc ou jambe. Ces frappes peuvent être descendantes ou remontantes pour les coullissés verticaux. Les coullissés circulaires donnés avec la manchette (frappe croisée) sont armés comme les piqués pointe (côté croisé de la frappe). Les coullissés armés du côté extérieur de la frappe sont armés comme des piqués talon.
- le **Revers tête** qui possède un armé identique à celui du piqué talon et se développe sur la droite du corps (en garde à droite).

Précisions sur les armés :

Un armé est une action préparatoire qui permet de porter une frappe avec efficacité. L'armé permet, notamment grâce à un transfert préparatoire du poids du corps et grâce à la création d'une tension dans l'ensemble musculo-squelettique du corps, de libérer une frappe possédant à la fois vitesse et force d'impact. La codification précise des armés est une pratique moderne alors que le bâton dit de l'Ecole de Joinville s'est construit sur une longue période, avec des auteurs et des objectifs variés.

Les armés ont toujours été marqués en bâton de Joinville mais ils sont le fruit d'un compromis entre vitesse (armé plus court), possibilité d'impact efficace (armé profond), et esthétique (armé clair et lisible). L'important est donc de respecter l'objectif initial visé par l'armé et le style « Joinville » dans les descriptions actuelles, notamment au niveau du positionnement des mains.

On peut décrire le positionnement des mains lors des armés de la façon suivante :

- **Croisés têtes et brisés** : au moins une des mains du bâtonniste se trouve au-dessus de sa tête si le coup est développé verticalement au-dessus de la tête, ou bien au moins une de ses mains se trouve latéralement au niveau de sa tête si le coup est développé verticalement au-dessus de son épaule.
- **Latéraux croisés et extérieurs, croisés bas et enlevés** : au moins une des mains du bâtonniste recule latéralement au niveau (ou en arrière) de son visage.
- **Piqués pointes, piqués talons, coullissés croisés et extérieurs, revers** : la main avant du bâtonniste est proche de son buste, idéalement une partie de l'avant-bras (le poignet, l'avant-bras ou le coude) du bâtonniste est en contact avec son buste. L'autre main du bâtonniste a coullissé vers l'arrière le long du bâton jusqu'à ce que le bras soit tendu.

Le positionnement des pieds lors de l'armé a son importance et sera précisé plus loin. Toutefois, de façon générale, **en phase d'apprentissage**, le bâtonniste groupe son pied avant sur son pied arrière et réalise un armé pieds groupés. Idéalement les pointes de pied sont orientées du côté de l'armé (sauf pour les brisés et les croisés tête pour lesquels les pieds sont orientés vers l'avant) ce qui facilite un armé profond.

Par exemple lors de l'armé d'un latéral extérieur en garde à droite, les pointes de pied du tireur sont orientées vers la droite, pieds groupés. De même lors de l'armé d'un latéral croisé en garde à droite, les pointes de pied du tireur sont orientées vers la gauche, pieds groupés. Ce regroupement des pieds précède (ou est réalisé simultanément) au positionnement des mains en position d'armé. Les avantages de cet apprentissage d'armé « **pieds groupés** » sont détaillés plus loin mais d'autres formes d'armés peuvent être réalisées, par exemple sans grouper les pieds (mais en respectant le critère d'armé), ou en appui sur une jambe, en se déplaçant...



Le tableau ci-dessous présente des repères de positionnement pour la réalisation des attaques de base.



TABLEAU 1 : Repères pour la réalisation d'attaques de base en garde à droite

Attaques	Plan de la trajectoire	Côté du développement du coup	Position de la manchette ou du talon à la frappe
Croisé Tête	Vertical	Côté gauche du corps	Milieu des avant-bras
Brisé	Vertical	Côté droit du corps	Milieu des avant-bras
Croisé Bras	Vertical	Côté gauche du corps	Extérieur de l'avant-bras droit
Enlevé	Vertical	Côté droit du corps	Extérieur de l'avant-bras gauche
Latéral croisé	Horizontal	Côté gauche du corps	Extérieur de l'avant-bras droit
Latéral extérieur	Horizontal	Côté droit du corps	Extérieur de l'avant-bras gauche
Piqué-pointe	Horizontal ou oblique	Côté gauche du corps	Collée contre la hanche gauche
Piqué-talon	Horizontal ou oblique	Côté droit du corps	Dirigée vers l'avant. Frappe avec le talon, la pointe collée contre la hanche droite.
Couliissés croisés circulaires	Horizontal ou vertical (coup descendant ou remontant)	Côté gauche du corps	Frappe exécutée avec la manchette (frappe croisée), la pointe du bâton collée contre la hanche droite.
Couliissés extérieurs circulaires	Horizontal ou vertical (coup descendant ou remontant)	Côté droit du corps	Frappe exécutée avec le quart supérieur du bâton côté pointe (frappe extérieure) et talon collé à la hanche gauche.
Revers tête	Vertical	Côté droit du corps	Frappe exécutée avec la manchette

Note : Le piqué pointe se termine en garde normale, le piqué talon se termine en garde inverse. Les autres frappes peuvent se terminer dans les deux gardes (avec des distances de frappe qui varient en conséquence).

N-B : D'autres formes d'attaques tirées du patrimoine du bâton français existent, par exemple les « coups de travers », coups par virée etc. (voir « Techniques complémentaires et pratiques sportives »).

Les combinaisons de coup étant très nombreuses, il est impossible de toutes les décrire. On détaillera dans la suite de ce document quelques formes privilégiées qui permettent de comprendre comment réaliser l'ensemble des combinaisons possibles de cibles et de techniques. Enfin les formes décrites ci-dessous sont réalisées « en ligne », c'est-à-dire sans s'écarter de l'axe initial d'attaque pour gagner en clarté dans les explications. Mais souvent les techniques décrites (par exemple les piqués ou les couliissés) gagnent en efficacité tactique lorsqu'elles sont associées à un décalage ou à un débordement réalisé au moment du développement de la frappe ou au moment de son armé.

H.2.2.2 Intérêt du choix de la garde de départ pour une frappe en 1 temps

Il est toujours possible de présenter au débutant une forme d'attaque simple en début d'apprentissage. Pour cela, il suffit de commencer la technique dans une garde qui place la manchette du bâton dans une position qui facilite l'armé.

Ainsi on pourra réaliser de façon simple et directe **à partir d'une garde normale** :

- le brisé,
- les latéraux croisés,
- les croisés bas,
- le piqué pointe,
- les couliissés horizontaux et verticaux armés du côté croisé.

Et on pourra réaliser de façon simple et directe **à partir d'une garde inverse** :

- le croisé tête,
- les latéraux extérieurs,
- les enlevés,
- le piqué talon,
- les couliissés horizontaux et verticaux armés du côté extérieur,
- le revers.

Les formes illustrées ci-dessous tiennent compte de ce principe.

H.2.2.3 Attaques en un temps en garde normale

H.2.2.3.1 Formes simples

Les formes illustrées par des figures sont précisées ci-dessous. Il s'agit des :

- **Brisé** en tête (cf. Figure 6).
- **Croisé bas** en jambe (cf. Figure 7).
- **Latéral croisé** en figure (cf. Figure 8).
- **Piqué** avec la **pointe** du bâton au niveau médian. (cf. Figure 9).
- **Coulissé circulaire armé du côté croisé**, en tête et en flanc (cf. Figure 10).

En apprentissage ces coups sont exécutés et étudiés en 1 temps en statique et à partir de la garde à droite. Le pied arrière (en l'occurrence le gauche) conserve son emplacement, tandis que le pied avant (le droit) est mobile, participant au transfert d'appui du poids du corps. Le pied droit recule donc au niveau du pied arrière pendant la phase d'armé puis revient vers l'avant au moment de la frappe. Le bâtonniste conserve la garde à droite pendant tout le déroulement de la technique. Par la suite le travail en dynamique (en avançant, en se reculant, en se décalant) est abordé et le pied gauche arrière devient alors mobile.

Figure 6 : Brisé en 1 temps (garde normale)



Figure 7 : Croisé bas en 1 temps (garde normale)

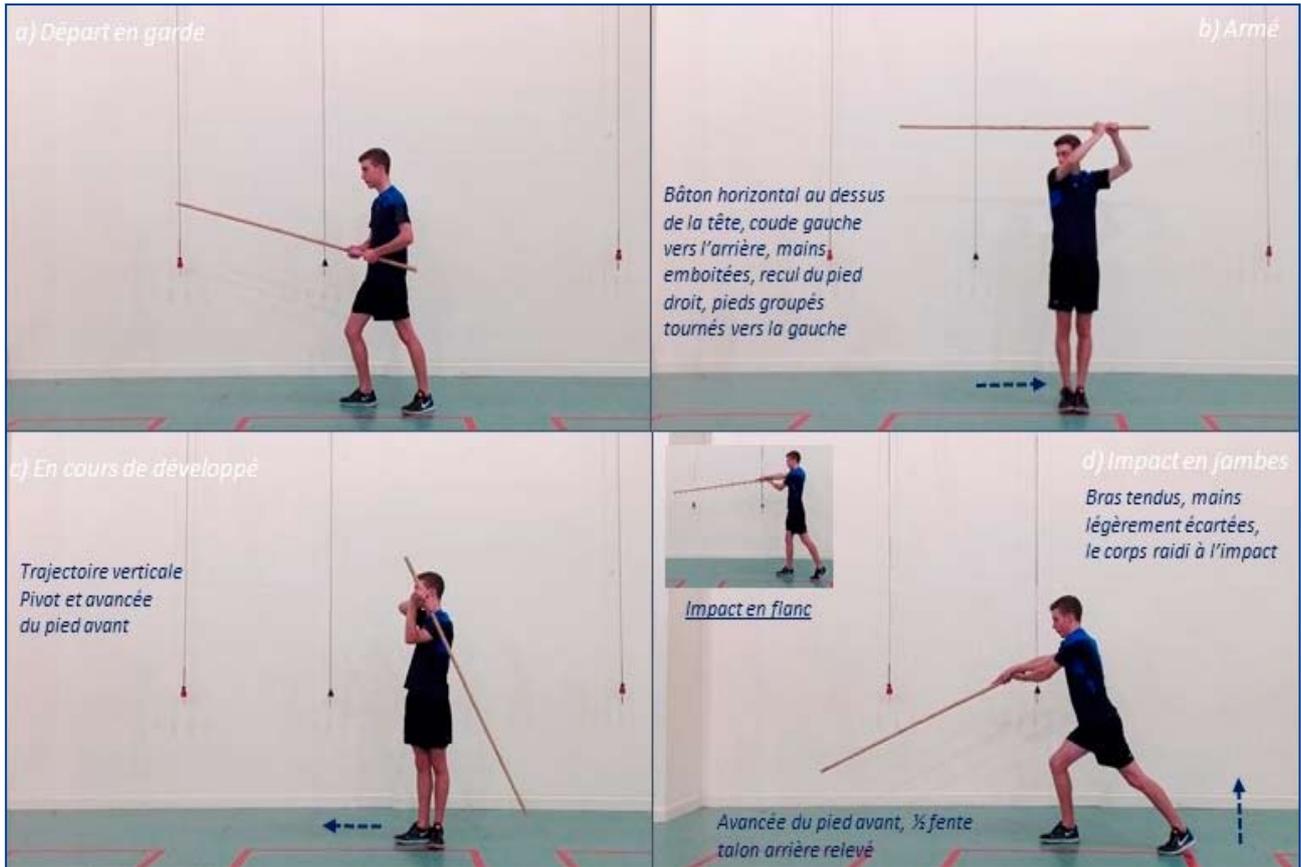


Figure 8 : Latéral croisé en 1 temps (garde normale)

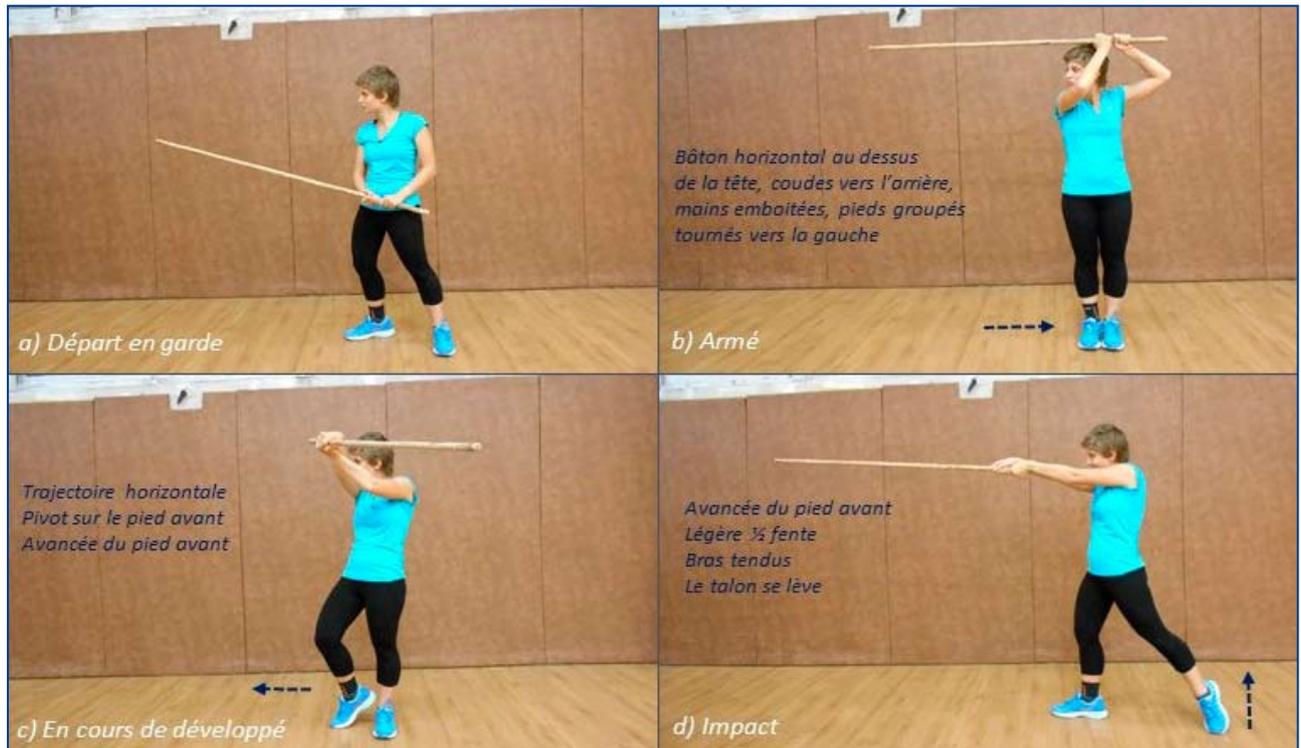


Figure 9 : Piqué pointe médian en 1 temps (garde normale)

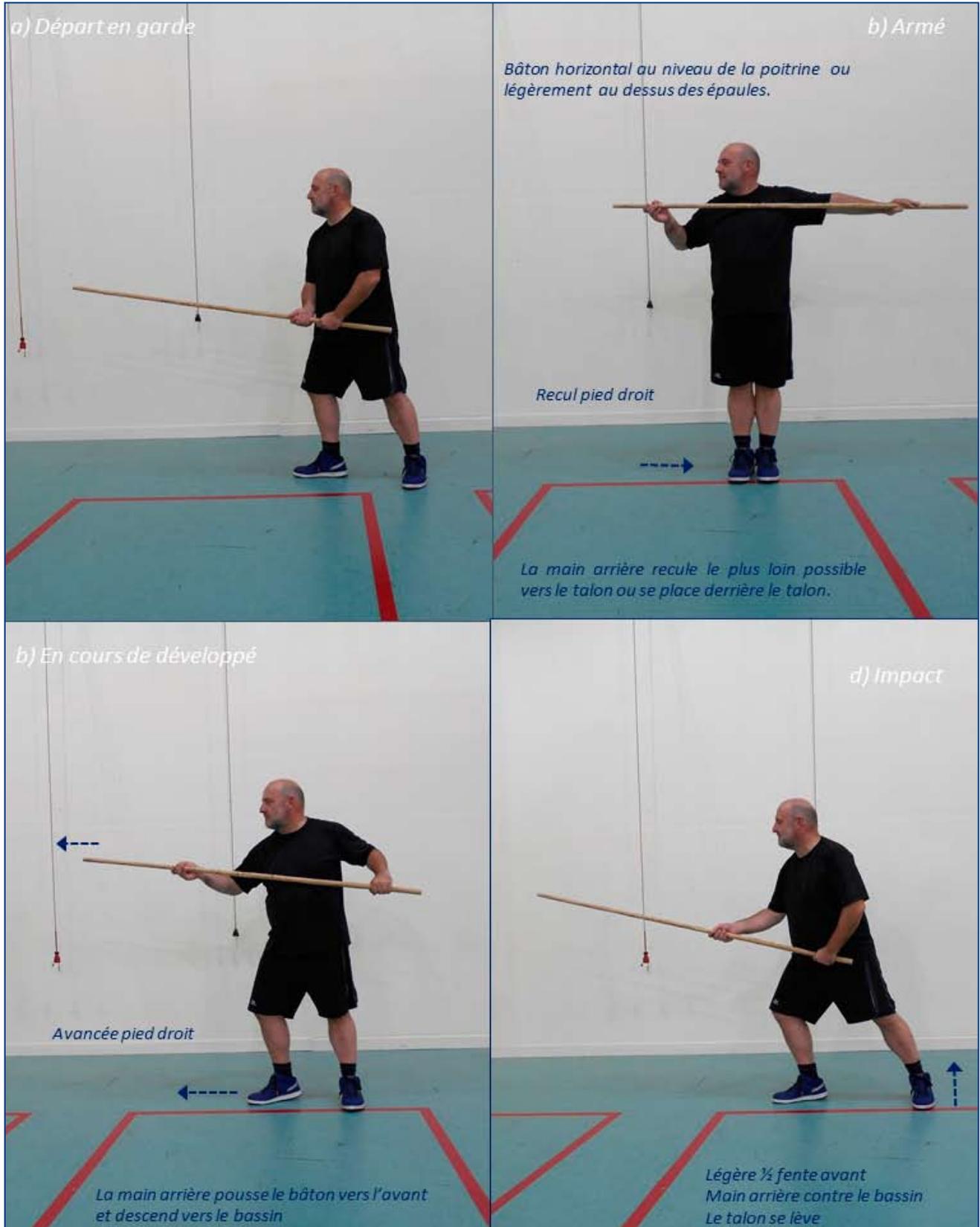
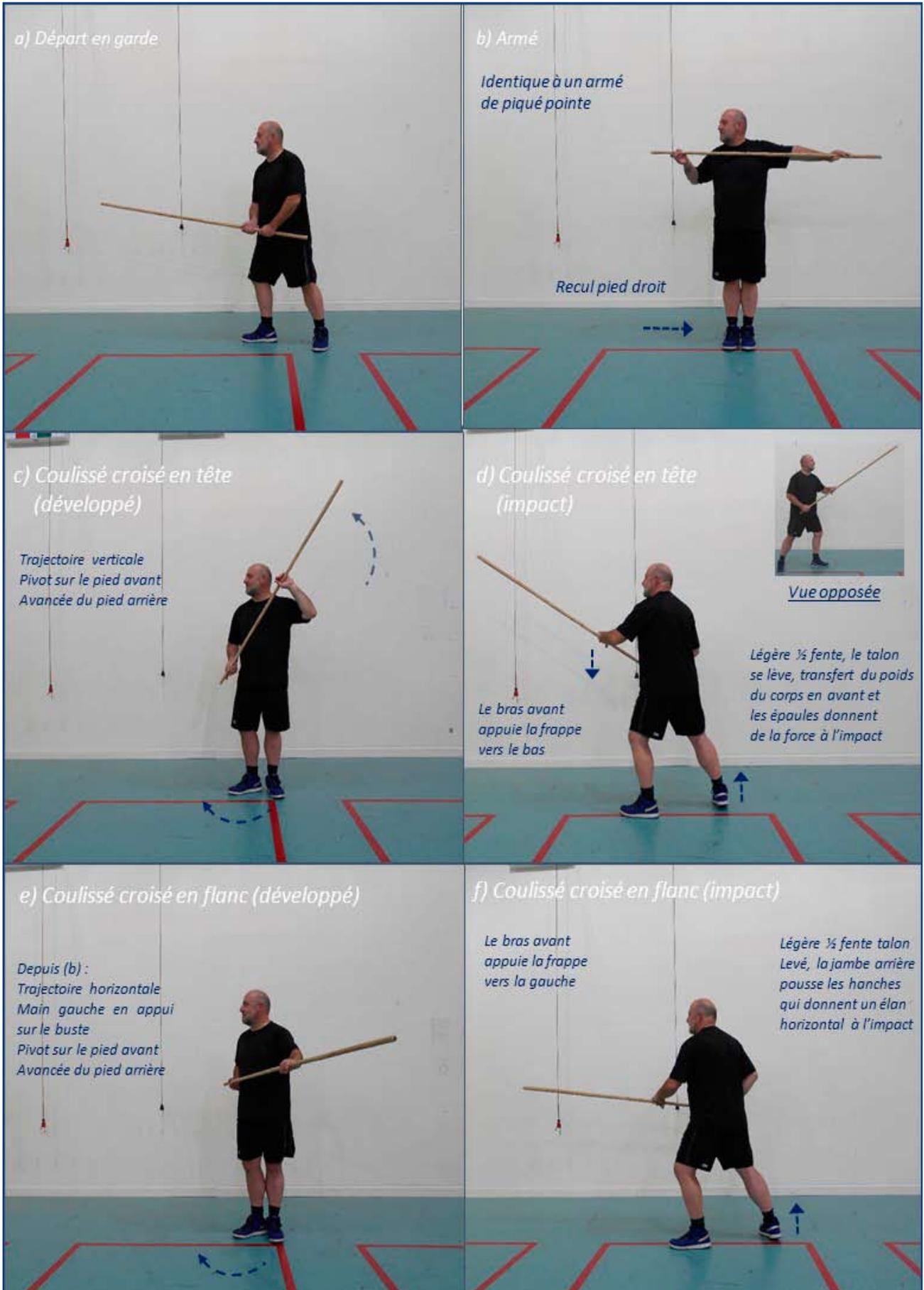


Figure 10 : Exemple de coulissé circulaire croisé en 1 temps (garde normale)



H.2.2.3.2 Formes plus complexes

La réalisation des autres attaques de base en un temps à partir de la garde normale suppose la gestion du passage de la manchette d'un côté à l'autre du corps avant d'armer la frappe. Ces formes nécessitent un peu de maîtrise supplémentaire. C'est pourquoi elles ne sont pas à privilégier en tout début d'apprentissage mais le principe de leur réalisation (qui passe par une phase identique à celle d'un début de parade) est décrit ci-dessous.

Méthode pointe du bâton vers le bas (Croisé tête, Enlevé et Latéral extérieur) :

On prendra comme exemple le croisé tête (cf. Figure 11). Pour réaliser un croisé tête en un temps à partir d'une garde normale :

1. Regrouper ses pieds (par exemple en rapprochant le pied avant vers le pied arrière).
2. Dans le même temps on réalise un croisement des avant-bras à la hauteur des yeux devant soi (bâton pointé vers le bas). Pour cela la manchette quitte la position de garde en pivotant vers le bas et l'avant (les poignets restent au même niveau). Une fois la manchette dirigée à 45 degrés vers l'avant et le bas, le tireur monte ses poignets au niveau du visage tout en continuant le mouvement de rotation de la manchette qui se retrouve dirigée vers le haut lorsque les poignets du tireur sont arrivés à la hauteur de ses yeux. Le bâton est alors tenu verticalement devant le bâtonniste, pointe en bas.
3. Amener le bâton en position d'armé derrière le tireur en passant par le côté croisé. Pour cette dernière manœuvre, le bâton qui reste pointe en bas, pivote sur 180 degrés autour du tireur en passant sur sa gauche.
4. Développer et porter la frappe.

Figure 11 : Croisé tête en 1 temps (garde normale)



Ce principe s'applique aussi à l'enlevé ou aux latéraux extérieurs réalisés en un temps depuis une garde normale. Dans leur cas, une fois les avant-bras croisés devant soi à la hauteur des yeux et la pointe du bâton dirigée vers le bas, il suffit de faire pivoter le corps vers sa droite et de « tirer » la manchette vers le haut à droite en position d'armé, la pointe du bâton viendra naturellement en position d'armé.

Truc et astuces : Le début du mouvement pour amener les avant-bras devant le tireur à la hauteur de ses yeux est le même que celui qu'on réalise au début d'une parade par-dessus l'épaule gauche (parade en toit côté croisé). Ou encore ce mouvement est identique à l'amorçage d'une parade extérieure en jambe avec la pointe du bâton (parade extérieure en opposition). Pour cette raison on aura profit à travailler ces cas une fois que le pratiquant connaîtra quelques parades de base. A noter que le mouvement entier doit être réalisé sans à-coup, et si possible en accélérant jusqu'à l'armé, pour donner au bâton la vitesse nécessaire à une bonne frappe. Pour cela les transferts de poids de corps qui ont lieu au moment des rotations des hanches (phases 2 et 3) doivent être marqués.

Méthode pointe du bâton vers le haut (Enlevé, Latéral extérieur, Piqué talon, Coulissés armés du côté extérieur et Revers) :

Il s'agit d'une autre méthode pour réaliser l'Enlevé et d'autres techniques armées du côté extérieur en un temps depuis une garde normale. On prendra comme exemple l'Enlevé en flanc (cf. Figure 12). Pour réaliser un Enlevé directement à partir d'une garde normale, il est possible de :

1. Rapprocher le pied avant du pied arrière.
2. Dans le même temps, amener ses poignets à la hauteur du bassin devant soi (bâton pointé verticalement vers le haut).
3. Amener le bâton en position d'armé d'enlevé (du côté extérieur). Pour cela, une fois les poignets du tireur devant lui à la hauteur de son bassin et la pointe du bâton dirigée vers le haut, il suffit de faire pivoter le corps (et ses pointes de pied) vers la droite et de « tirer » la manchette vers le haut à droite en position d'armé, la pointe du bâton viendra naturellement en position d'armé.
4. Développer et porter la frappe.

Figure 12 : Enlevé en un temps (garde normale)





Ce principe de réalisation s'applique aussi aux latéraux extérieurs armés depuis une garde normale.

Cette méthode, avec une petite variante, s'applique aux piqués talon, aux coulissés armés du côté extérieur ou aux revers. Une fois la phase 2 terminée, on va atteindre la position d'armé en faisant tomber la pointe du bâton vers l'arrière et sa droite, tout en pivotant vers la droite. Il ne reste qu'à amener les mains en position d'armé. Pour toutes ces techniques l'armé est similaire à celui du piqué talon.

Trucs et astuces : Le début du mouvement au niveau des bras est le même que celui qu'on réaliserait pour initier une parade mains jointes pointe en haut à partir d'une garde normale. A noter que le mouvement entier doit être réalisé sans à-coup (et si possible en accélérant) pour donner au bâton la vitesse nécessaire à une bonne frappe. Pour cela, les transferts de poids de corps qui ont lieu au moment des rotations des hanches (phases 2 et 3) doivent être marqués.

H.2.2.4 Formes simples en 2 temps et en garde normale

Dans la phase d'apprentissage (cf. Figures 13 à 18) ces coups sont exécutés en 2 temps sous une forme dynamique à partir de la garde à droite. Le principe est de réaliser un moulinet vertical du côté opposé à la frappe finale avant de porter la véritable frappe. L'intérêt du moulinet initial est de **préparer le passage du bâton du bon côté du corps pour la frappe finale.**

Dans le cas du croisé tête, **le premier moulinet sera un moulinet vertical descendant côté extérieur.** En effet (avec un départ en garde normale à droite), lorsque la pointe du bâton tombe vers le bas au début du premier moulinet, le tireur recule son pied avant vers le pied arrière pour faciliter le passage de la pointe du bâton vers son côté droit. Le bâton termine alors du côté droit le moulinet en forme de brisé. Lorsque la pointe du bâton retombe vers l'avant en fin de moulinet, le tireur fait passer la pointe du bâton (dirigée vers le bas) vers son côté gauche et il ne lui reste plus qu'à armer un croisé tête.

Garder les pieds groupés pendant la phase des moulinets est la forme la plus simple à réaliser pour un débutant mais le tireur peut aussi replacer ses appuis en position initiale pendant le brisé avant de ramener en arrière son pied avant lors du passage du bâton de la droite vers la gauche.

Pour toutes les autres frappes (enlevé, latéral extérieur, piqué talon, coulissés circulaires extérieurs, revers), **le premier moulinet sera un moulinet remontant côté croisé.** Avec un départ en garde à droite les pieds du tireur restent immobiles pendant ce premier moulinet. Lorsque le bâton a décrit une rotation de 360 degrés et remonte du côté gauche du tireur, sa manchette va passer de l'autre côté du corps. Pour cela, le pied avant du bâtonniste se regroupe sur son pied arrière pour faciliter le passage de la manchette du bâton vers la droite. Ce regroupement participe aussi à la réalisation de l'armé qui est réalisé pieds groupés.

Cette forme est la plus simple à réaliser en apprentissage mais lors du premier moulinet, le tireur peut réaliser un regroupement supplémentaire de ses appuis pendant le premier demi-moulinet, puis replacer son pied en position initiale avant de grouper son pied avant vers le pied arrière pour faire passer la manchette de son bâton vers la droite.

On détaillera le cas de formes simples à réaliser en garde normale et les formes illustrées par des figures sont précisées ci-dessous. Il s'agit des :

- **Croisé tête** en tête (cf. Figure 13).
- **Enlevé** en jambe (cf. Figure 14).
- **Latéral extérieur** en figure (cf. Figure 15).
- **Piqué** avec le **talon** du bâton au niveau médian (cf. Figure 16).
- **Coulissé circulaire** extérieur en flanc (cf. Figure 17).
- **Revers** en tête (cf. Figure 18).

Figure 13 : Croisé tête en 2 temps (garde normale)



Figure 14 : Enlevé en 2 temps (garde normale)

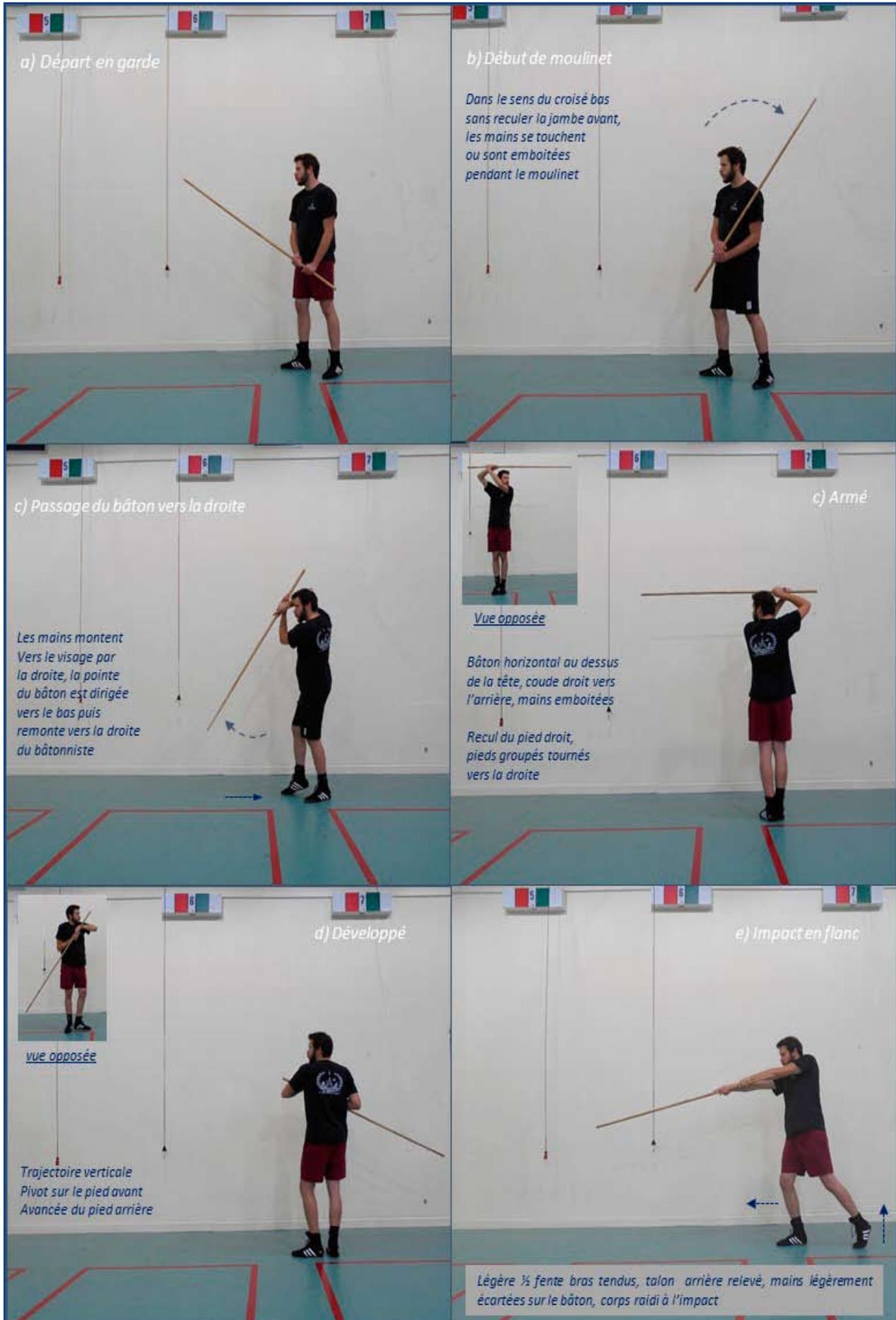


Figure 15 : Latéral extérieur en 2 temps (garde normale)



Figure 16 : Piqué talon médian en 2 temps (garde normale)

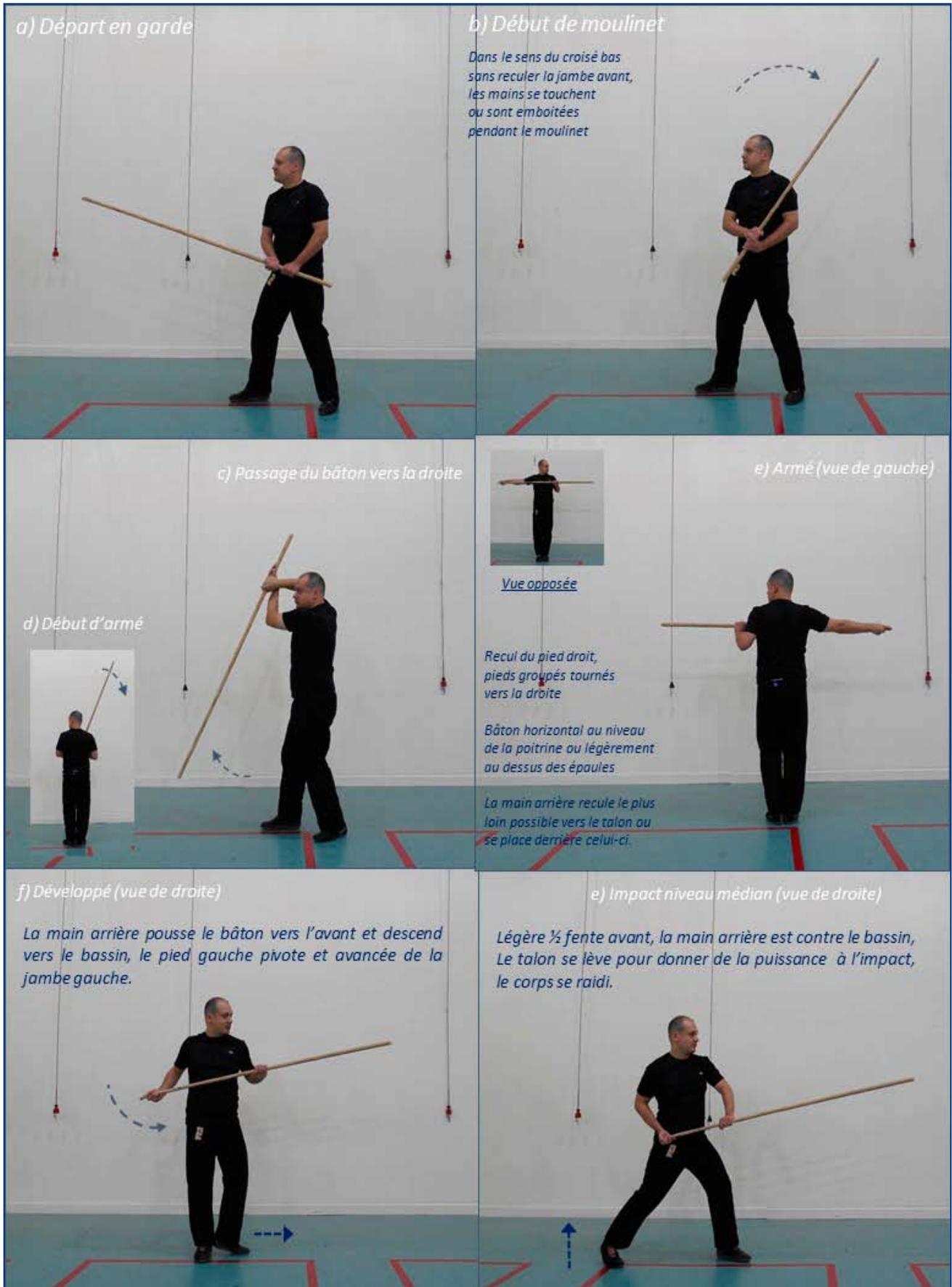


Figure 17 : Exemple de coulé circulaire extérieur en 2 temps (garde normale)

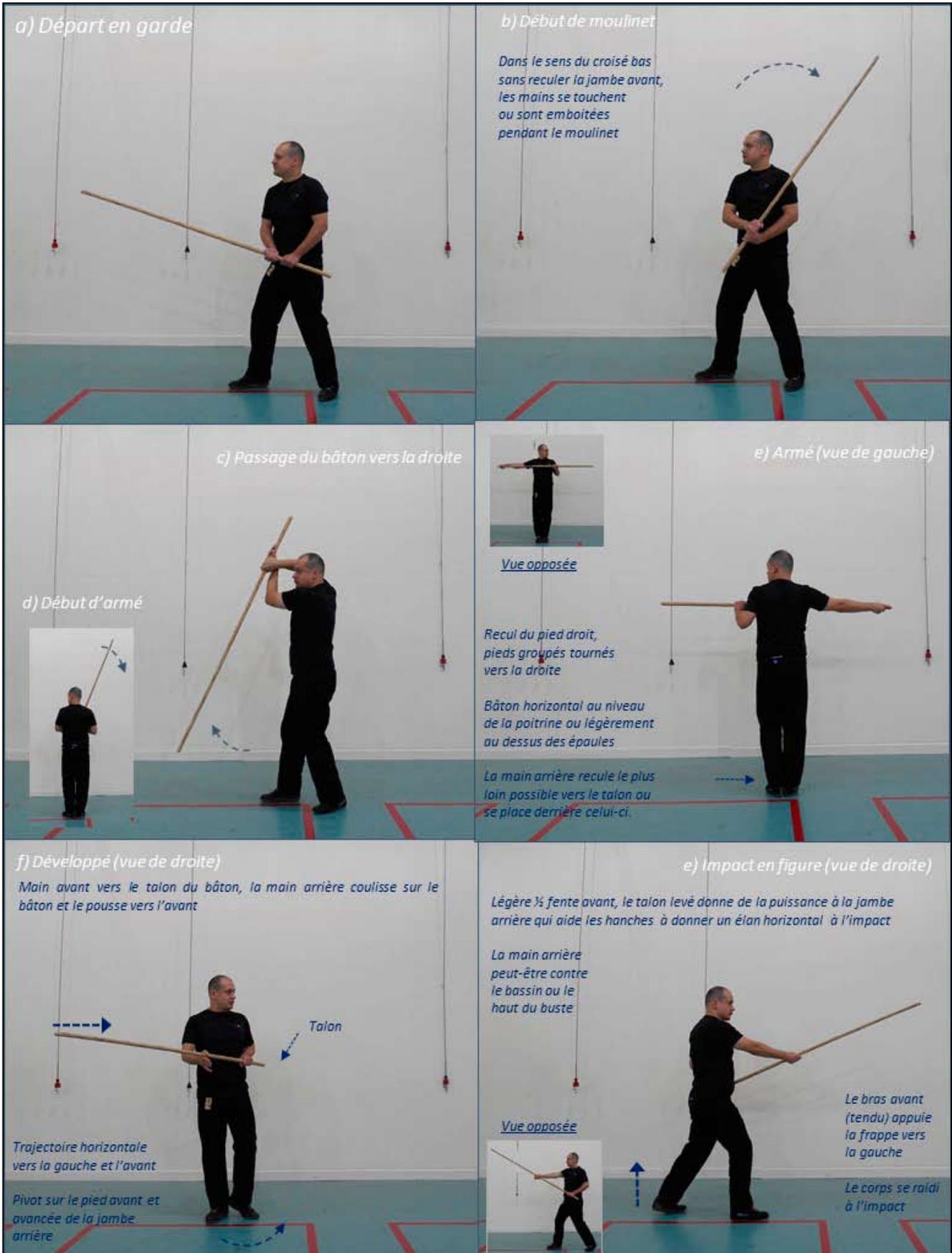
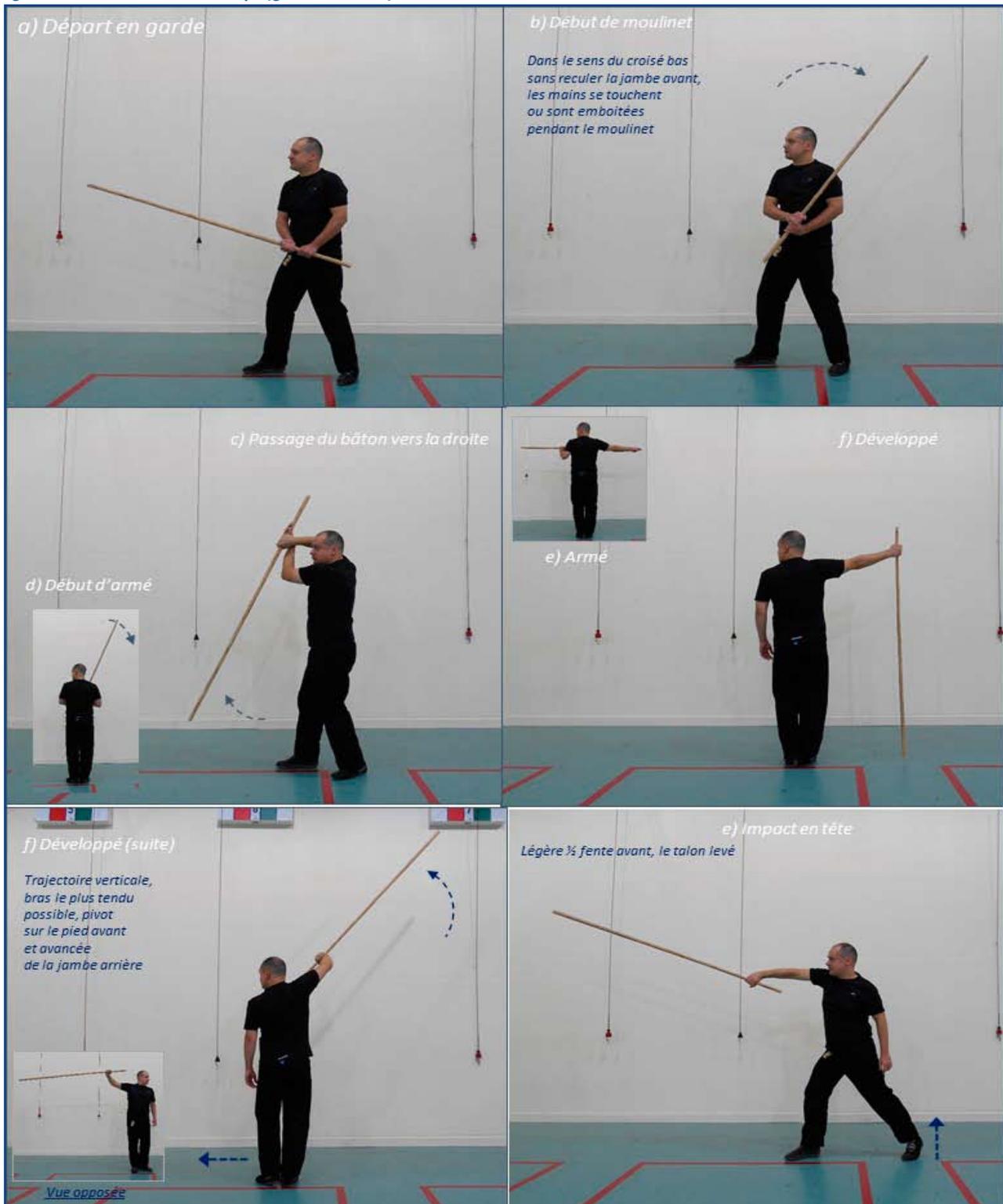


Figure 18 : Revers tête en 2 temps (garde normale)



H.2.2.5 Attaques en garde inverse à droite

Les coups portés à partir d'une garde à droite inverse se déduisent facilement des explications déjà fournies. La liste des attaques de base en garde inverse à droite est identique à celle de la garde à droite normale.

H.2.2.5.1 Formes simples en 1 temps

On pourra (sur l'exemple de la garde à droite), privilégier pédagogiquement en apprentissage en garde à droite inverse les formes simples en 1 temps dont la liste a été présentée au H.2.2.2.

Certains exemples type sont illustrés par des figures qui représentent le cas de chacune des grandes familles d'armé. Il s'agit des :

- **Croisé tête** (cf. Figure 19),
- **Latéral** extérieur en jambe (cf. Figure 20),
- **Piqué** avec le talon du bâton en pied (cf. Figure 21).

Les figures 19 à 21 présentent ces exemples de frappe simple en 1 temps en garde inverse à droite.

Figure 19 : Croisé tête en 1 temps (garde inverse)



Figure 20 : Latéral extérieur en 1 temps (garde inverse)

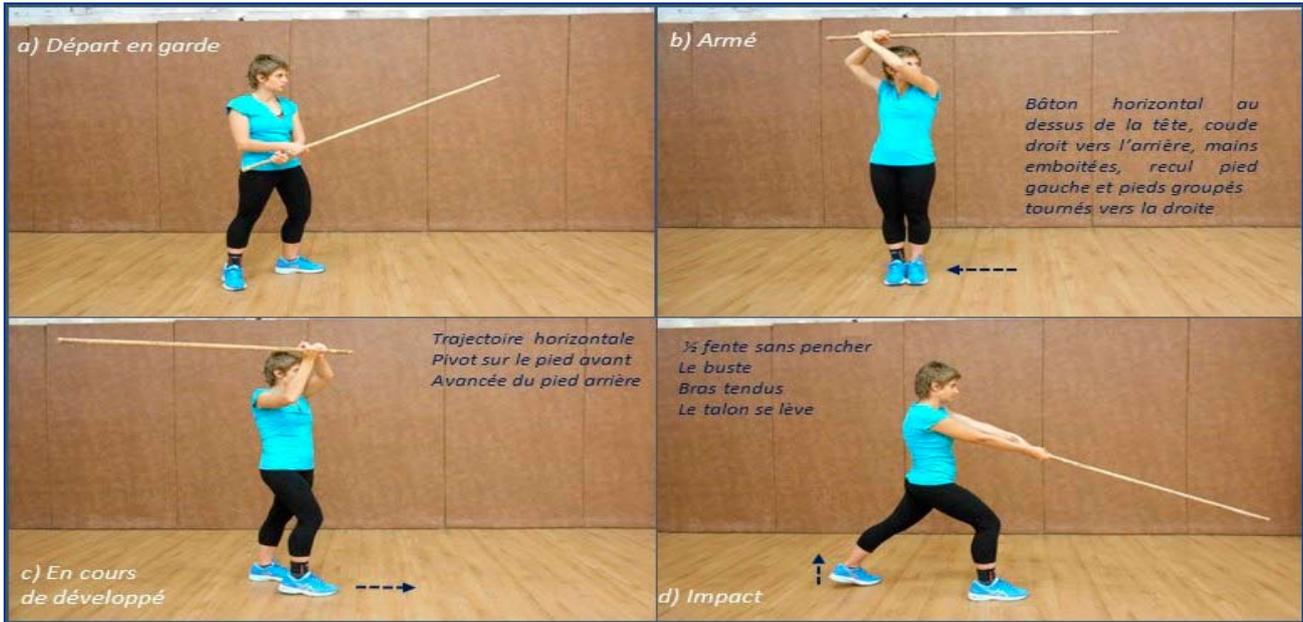
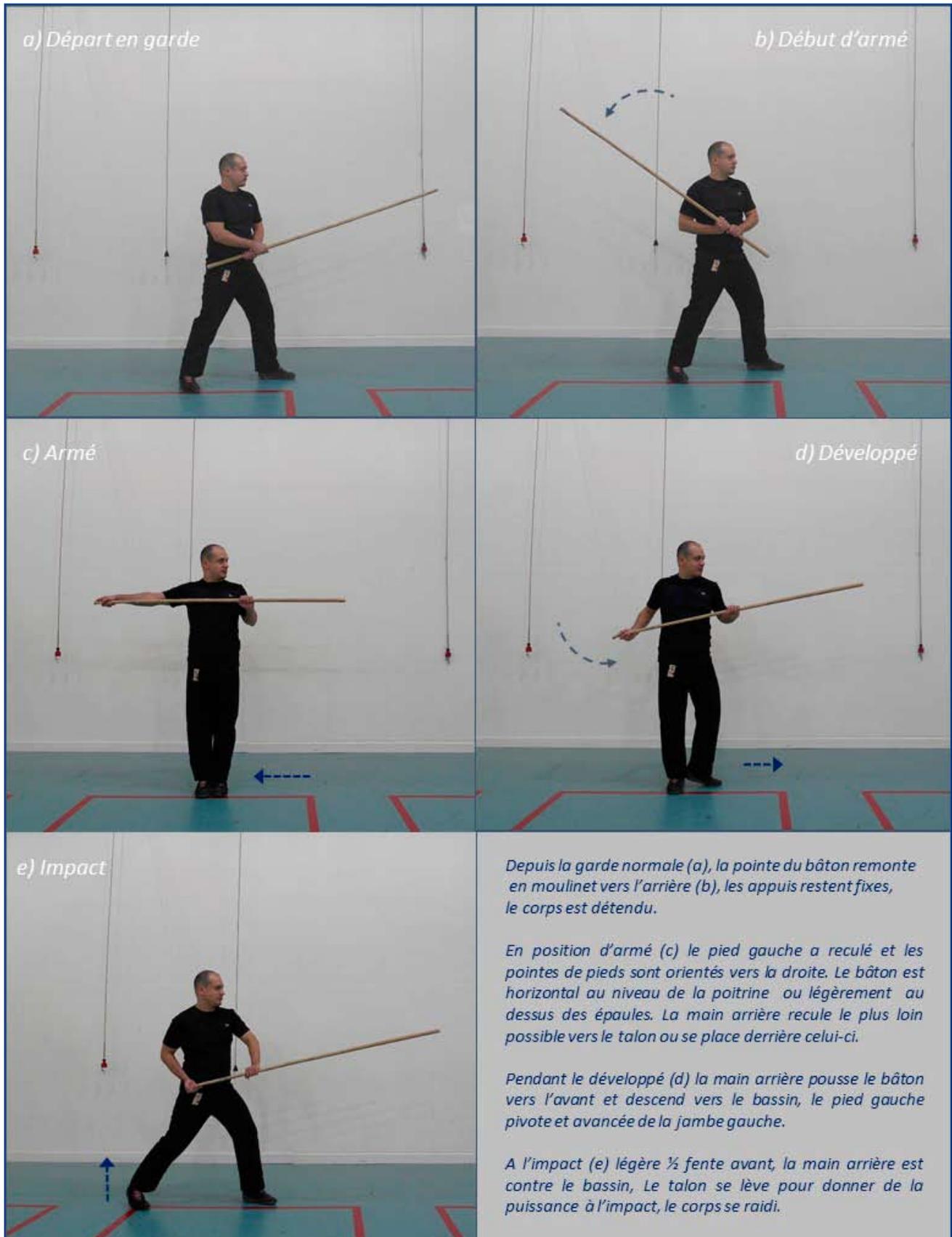


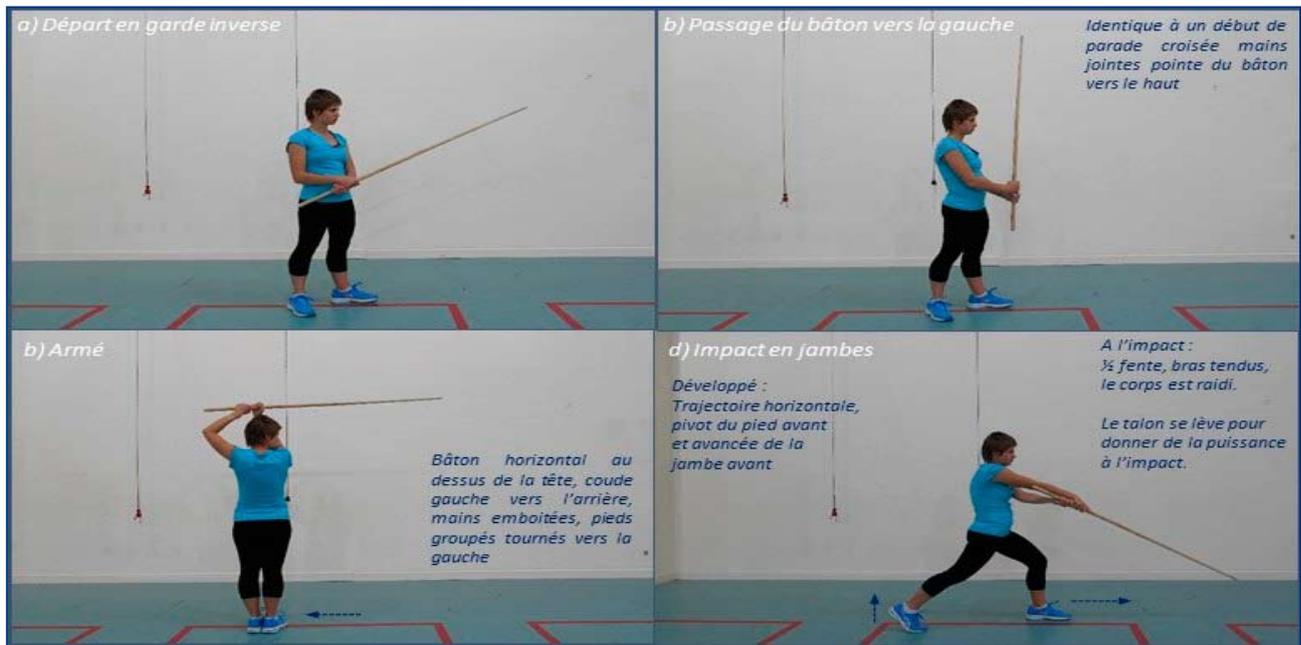
Figure 21 : Piqué talon médian et en pied en 1 temps (garde inverse)



H.2.2.5.2 Formes plus complexes en 1 temps

On pourra (sur l'exemple de la garde à droite), employer la méthode décrite au chapitre H.2.2.3.2 pour réaliser les autres attaques de base en 1 temps depuis la garde inverse, c'est-à-dire le brisé, les latéraux croisés, les croisés bas, les piqués pointe ou les coulissés armés du côté croisé. La méthode « pointe vers le haut » est la seule adaptée pour ces cas. La Figure 22 donne l'exemple du latéral croisé en jambe.

Figure 22 : Latéral croisé en 1 temps (garde inverse)



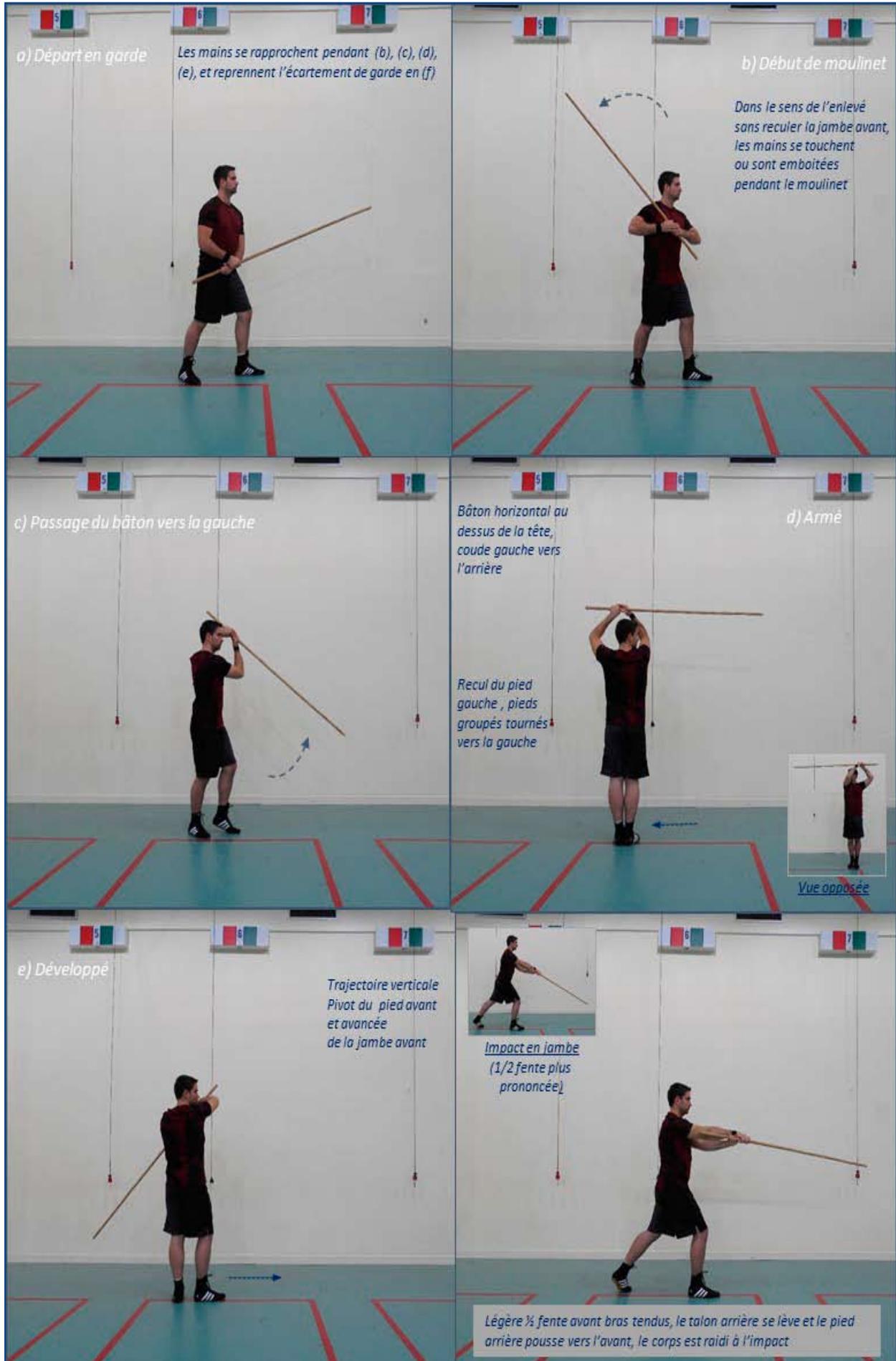
H.2.2.5.3 Formes simples en 2 temps

On pourra aussi (sur l'exemple de la garde à droite) privilégier pédagogiquement en apprentissage les formes simples suivantes en "2 temps" pour la garde à droite inverse. Il s'agit des brisés, croisés bas, piqués pointe, latéraux croisés, coulissés circulaires (horizontaux ou verticaux) armés du côté croisé et frappés avec la manchette.

Dans le cas du brisé, **le premier moulinet sera un moulinet vertical descendant côté croisé**. Pour toutes les autres frappes **le premier moulinet sera un moulinet remontant côté extérieur**.

La Figure 23 donne l'exemple du croisé bas en flanc.

Figure 23 : Croisé bas en 2 temps (garde inverse)



H.2.2.6 Les moulinets enchaînés

Il faut noter que la pratique des moulinets enchaînés est caractéristique du bâton de Joinville et permet, en gardant le bâton en mouvement, de lui donner de la vitesse. De plus, les moulinets permettent de conserver une incertitude vis-à-vis de la frappe finale qui sera réalisée. Enfin, la pratique des moulinets en déplacement et en changeant de direction est la première étape qui permettra au bâtonniste de travailler ensuite contre plusieurs partenaires ou qui lui permettra d'aborder certaines formes de moulinets défensifs (notamment la pratique de la « rose couverte »).

Techniques de base : les mains sont **réunies du côté de la manchette du bâton**. Au cours de sa progression le bâtonniste pourra utiliser des moulinets avec les mains placées au milieu du bâton (voire avec une seule main placée près du centre d'inertie du bâton), voire avec les mains réunies du côté de la pointe du bâton. L'intérêt de ces autres moulinets est notamment de s'intégrer facilement aux techniques de changement de main.

H.2.2.6.1 les moulinets verticaux

Il s'agit d'enchaîner de part et d'autre du corps, sur la droite et sur la gauche :

- soit une succession de 2 coups : analogues aux **brisés** et **croisés tête**.
- soit une succession de 2 coups : analogues aux **enlevés** et **croisés bas**.

L'apprentissage se fait d'abord en statique à partir de la garde à droite, puis à partir de la garde à droite inverse.

L'accent est mis sur la fluidité, qui résulte d'une bonne saisie du bâton (les mains doivent rester réunies et se placent au point d'équilibre lors des moulinets), au relâchement des épaules et à la bonne orientation de la manchette.

Par la suite il faudra s'entraîner en déplacement c'est-à-dire en avançant, en reculant, mais aussi en tournant (changement d'axe dans toutes les directions).

Trucs et astuces : La position des poignets est importante pour réaliser des moulinets qui restent dans un plan vertical ou horizontal. Pour des moulinets verticaux, les poignets sont placés en avant du front et à sa hauteur (cf. Figure 24). Plus les poignets descendent et moins les moulinets sont verticaux.

Figure 24 : Position des poignets et réalisation des moulinets



Dans tous les cas (a et b) : les mains sont réunies (voire emboîtées) pour constituer un centre de rotation précis.

Moulinets horizontaux (a) : bien dégager l'épaule arrière et monter l'avant-bras arrière en pointant le coude, armer les moulinets horizontaux par transferts des appuis du poids du corps, les poignets sont placés un peu en avant du front et au-dessus de la tête.

Moulinets verticaux remontants ou descendants (b) : les poignets sont placés en avant du front et à sa hauteur, plus les poignets descendent et moins les moulinets sont verticaux.

N-B: Le salut au bâton reprend celui de la canne. A partir d'une position pieds joints avec la pointe du bâton au sol (bâton tenu à une main sur le côté droit du tireur), on salue en réalisant un enlevé suivi d'un croisé bas. Le bâton termine sa course pointé vers le haut avec un angle d'environ 45 degrés vis-à-vis du plan horizontal.

H.2.2.6.2 les moulinets horizontaux

Il s'agit d'enchaîner au-dessus de la tête :

- soit une succession de **latéraux extérieurs** figure.
- soit une succession de **latéraux croisés** figure.

Les recommandations de progression sont les mêmes que pour l'enchaînement des moulinets verticaux (travail en statique puis en déplacement).

Trucs et astuces : Pour maintenir l'horizontalité du moulinet, il convient de bien dégager l'épaule arrière et de monter l'avant-bras arrière en pointant le coude. Par ailleurs, il faut éviter de tirer « devant » en prenant soin d'armer les moulinets horizontaux par un travail de transferts des appuis du poids du corps. Pour les moulinets horizontaux les poignets sont placés un peu en avant du front et plus haut (au-dessus de la tête, cf. Figure 24).

H.2.3 LES PARADES ET ESQUIVES

Les parades fondamentales sont illustrées par les Figures 27 à 33. Toutes les combinaisons possibles à droite et à gauche, en garde

inverse ou normale etc, seraient trop nombreuses à illustrer de façon exhaustive.

H.2.3.1 Règles générales du positionnement des parades

Le bâtonniste, au gré de ses évolutions, passe alternativement d'une garde normale à une garde inverse, ou d'une garde à droite à une garde à gauche et vice-versa. Il se trouvera donc dans l'assaut inévitablement obligé de parer à partir d'une de ces gardes. Le texte qui suit part de l'exemple d'une garde à droite normale ou d'une garde à droite inverse.

Dans un souci d'efficacité afin d'accroître la fermeté de la parade, la règle idéale est d'anticiper l'attaque en prenant rapidement la garde adéquate qui permet de réceptionner les frappes sur le côté fort c'est-à-dire sur l'intérieur de la garde (cf. Figures 25, 26 et 28 à 33).

Toutefois, fait exception à cette règle la parade en toit qui permet de recevoir sur l'extérieur de la garde (cf. Figure 27), des coups latéraux portés en flanc.

H.2.3.2 Parties du bâton concernées par les parades

Les parades peuvent s'effectuer en tête, figure, au niveau médian (flanc et buste) en jambes ou en pied avec :

- le **milieu du bâton** en écartant les mains.
- la **moitié supérieure** du bâton (côté pointe), les mains étant réunies, croisées ou non.
- la **manchette** (côté talon).

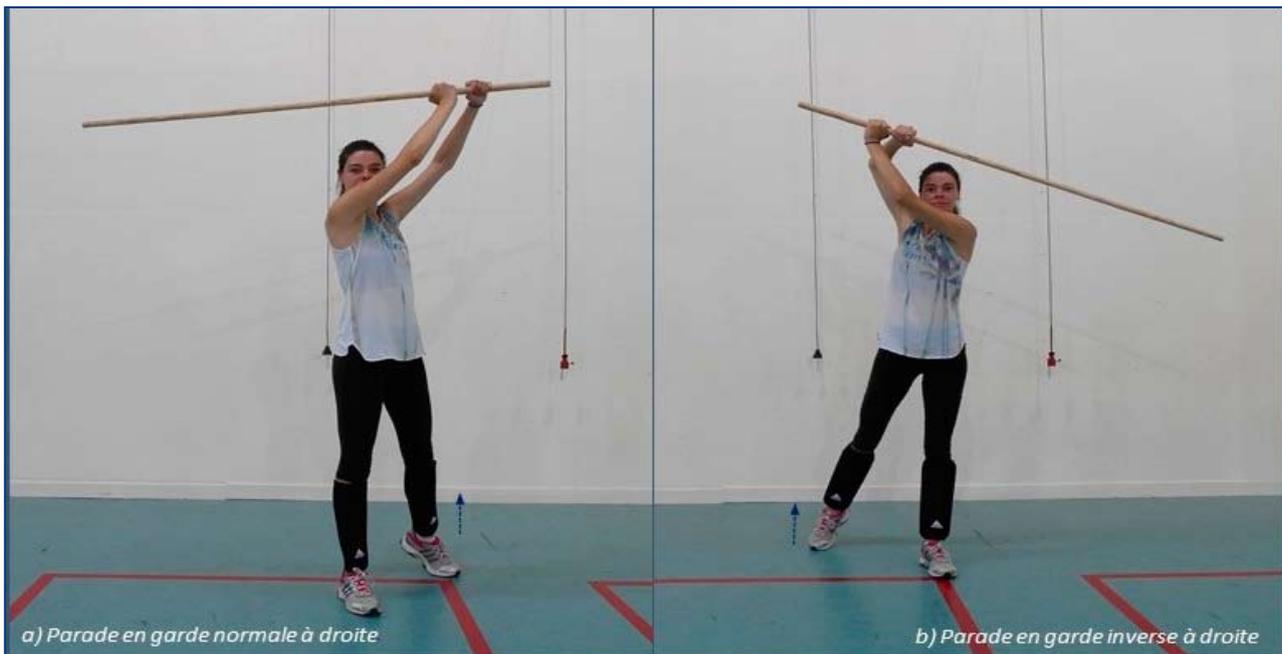
La pointe du bâton peut être orientée :

- **horizontalement** vers la droite ou la gauche.
- **verticalement** vers le haut ou le bas.
- **en biais** dans le cas d'une parade contre une attaque remontante en flanc (par exemple un enlevé flanc).

H.2.3.3 Parades bloquées contre les attaques horizontales et verticales

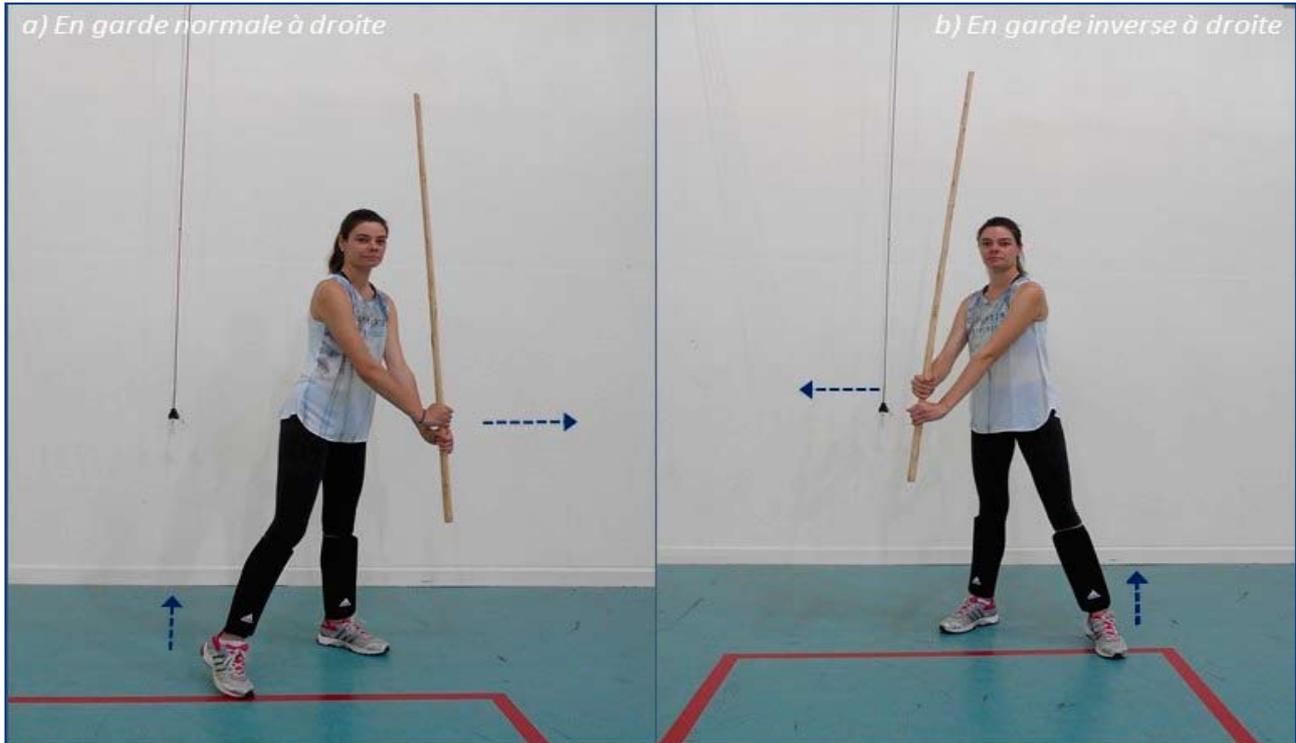
Les Figures 25 à 30 illustrent la réalisation des parades bloquées de base contre des attaques horizontales ou verticales.

Figure 25 : Parades mains réunies en tête



Le pied avant est légèrement "ouvert" vers la droite (a) ou la gauche (b). Le talon du pied arrière est levé et la jambe arrière se tend pour opposer plus de résistance à la frappe. La pointe du bâton est légèrement inclinée vers la droite (a) ou la gauche (b) pour protéger les mains.

Figures 26 : Parades mains réunies en figure

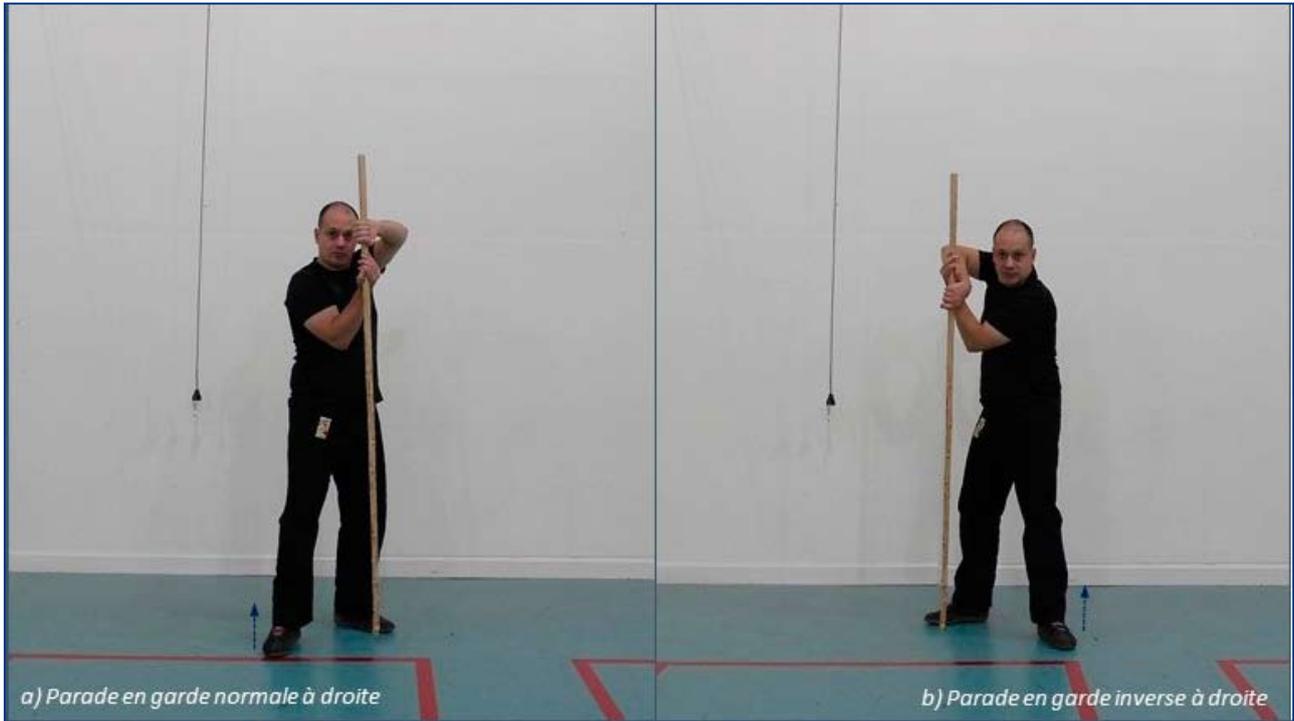


Le corps s'oriente dans la direction de la frappe, le talon du pied avant se lève et la jambe avant se tend pour opposer plus de résistance à la frappe. Les mains s'écartent du corps au niveau du bassin avant l'impact et la pointe du bâton est légèrement inclinée vers l'intérieur pour protéger les mains.

Figure 27 : Parades mains réunies en flanc (parade en toit)



Figure 28 : Parade mains réunies en jambe (parade en opposition)



Les hanches s'orientent dans la direction de la frappe, le talon du pied avant peut être relevé et la jambe avant se tend pour opposer plus de résistance à la frappe, les mains sont un peu écartées sur le bâton pour un meilleur contrôle de l'impact

Figure 29 : Parade mains écartées en tête



Figures 30 : Parades mains écartées en figure ou en flanc



Les parades avec la manchette (cf. Figure 31) permettent de riposter par un coup de talon médian ou de revers tête très rapidement et très naturellement, encore faut-il, dans une optique sportive, armer ces deux coups par un transfert d'appui bien marqué. Ces parades sont enseignées quand les bases des autres parades bloquées sont acquises. En effet la longueur de bâton utilisable pour parer avec la manchette est assez courte et nécessite un peu de maîtrise de la part du bâtonniste.

Figure 31 : Parades manchettes



H.2.3.4 Parades contre piqués pointe ou talon

La défense sur ces types d'attaque, demande une certaine maîtrise pour écarter le bâton adverse de l'axe du corps. D'une façon générale les parades contre les piqués doivent être enseignées en privilégiant un contrôle guidé du bâton de l'attaquant. Cela signifie que le défenseur sort de l'axe d'attaque tout en réalisant une parade « par déviation » qui va guider le bâton adverse en l'écartant de sa cible.

Des illustrations de ces parades sont données à la Figure 32.

Figure 32 : Parades contre les piqués





H.2.3.5 Parades contre coups en flanc remontants

Les parades contre des coups remontant en flanc sont assez délicates à exécuter (cf. Figure 33). Les croisés bas, enlevés remontant portés en ligne médiane peuvent surprendre car ils sont rapides et efficaces et réclament peu d'énergie chez l'attaquant qui effectue des armés, bien dissimulés près de son corps, en gardant ses épaules basses. L'angle de présentation du bâton en défense a son importance afin d'absorber correctement le coup et de préserver les mains. **L'importance de recevoir la frappe sur l'intérieur de sa garde prend ici tout son sens** car, dans ce cas, la jambe du défenseur est hors d'atteinte du bâton adverse et le poids du corps du défenseur peut contrer, sans effort, la force remontante exercée par le bâton de l'attaquant. Cette parade est enseignée quand les bases sont acquises.

Figures 33 : Exemple de parades contre les coups remontant en flanc



H.2.3.6 Principe de fluidité et de mobilité des mains

Tout au long de la confrontation, les mains mobiles couissent le long du bâton. Elles ne cessent de s'écarter pour parer un coup, pour armer un piqué ou un revers ; puis tout en glissant avec fluidité, elles se rejoignent pour développer des moulinets, délivrer des coups de taille et parer les attaques ; elles s'écartent à nouveau et se rejoignent encore si nécessaire.

Important : La maîtrise de l'arrêt d'une frappe est incontournable chez le bâtonniste qui, même s'il est dans un assaut d'opposition, doit conserver une forme de coopération et de contrôle avec son adversaire. Tout pratiquant doit donc pouvoir maîtriser et arrêter sa frappe si besoin (contrôle). Pour cela il suffit, au moment de l'impact (au moment où les bras et le corps se « verrouillent » pour transmettre l'énergie cinétique du mouvement du corps entier vers l'extrémité du bâton), de « visser » les mains sur le bâton. La main droite tourne dans le sens horaire et la main gauche dans le sens antihoraire tout en se resserrant la prise sur le bâton. On peut expliquer aussi au tireur qu'on visse dans la direction du « petit doigt » de chaque main. Cette action a pour effet de stopper net le coup sans faire d'effort particulier.

H.2.3.7 Principe des esquives et des esquives-parades

H.2.3.7.1 Les esquives

Le principe et les dénominations des esquives sont les mêmes que celles utilisées en canne de combat. A noter simplement qu'en bâton de Joinville on privilégie les **esquives complètes** en raison de la longueur du bâton et de l'origine historique de la discipline. En effet, nous sommes dans une discipline d'origine martiale et donc qui se doit de conserver une vraisemblance par rapport au risque que représenterait une esquive partielle en situation réelle.

L'utilisation des esquives en bâton long permet de nombreuses variations technico-tactiques spécifiques à cette arme. En effet, le bâton possède différentes distances de frappe, des techniques rapides et d'autres plus lentes qui peuvent se combiner aux esquives pour développer des tactiques variées de ripostes.



H.2.3.7.2 Les esquives-parades

Un type particulier d'esquive est appelé « esquive-parade ». Il s'agit pour le tireur de réaliser une esquive tout en se protégeant avec son bâton comme s'il faisait une parade (sans toucher ou seulement en effleurant le bâton de son partenaire). Ces esquives-parades permettent notamment d'aborder avec plus de facilité la gestion des esquives de piqués et surtout permettent de commencer un déplacement (par exemple un décalage, un débordement ou un retrait) sans risquer d'être touché par le bâton du partenaire (qui a une portée bien supérieure à celle d'une canne).

H.2.4 LES DIFFERENTES DISTANCES EN BÂTON DE JOINVILLE

Un élément important devrait être abordé très tôt. Il s'agit de la **distance de garde** et par voie de conséquence (comme en canne de combat) des autres distances de travail qui sont la **distance de récupération** et les **distances de frappe** (elles sont plusieurs en bâton). Il existe aussi une **distance d'armé** qui a un statut particulier en bâton long.

H.2.4.1 La distance de garde

Deux tireurs sont à distance de garde lorsqu'ils touchent presque la poitrine de leur partenaire en pointant le bâton (tenu en garde) bras tendus et en se penchant raisonnablement en avant. Cette distance représente un compromis pour pouvoir à la fois attaquer rapidement et avoir un temps de réaction suffisant lorsqu'on est attaqué.

H.2.4.2 La distance de récupération

En assaut de bâton, être à distance de récupération signifie en pratique que les pointes des bâtons ne se touchent pas lorsqu'on est en garde. Pour toucher son partenaire sur une frappe à deux mains, le bâtonniste doit alors avancer ses deux appuis. Le tireur à distance de récupération n'est pas à l'abri d'une attaque de revers (à une main) mais s'agissant d'une attaque lente, il est en mesure de se protéger. L'emploi de cette distance est préconisé pour rompre une phase d'assaut si on est surpassé par son adversaire, ou alors pour récupérer physiquement si c'est nécessaire.

H.2.4.3 Les différentes distances de frappe

Il s'agit des distances permettant de toucher des zones de touche autorisées avec les techniques du bâton de Joinville. La pratique du bâton de Joinville suppose l'appropriation par le tireur de 3 distances de frappe pour les techniques de base :

- une **distance de frappe longue** qui correspond à un coup à une main (le revers). Cette distance de frappe correspond à une frappe lente mais puissante qui oblige en général le partenaire à recevoir l'attaque en utilisant une parade mains écartées.
- une **distance de frappe normale** correspondant aux coups avec les deux mains réunies et les bras tendus (par exemple un latéral extérieur). Ces coups sont portés avec une vitesse qu'on peut qualifier de moyenne.
- une **distance de frappe à mi-distance** correspondant aux coups coulissés verticaux ou horizontaux et aux piqués (une main reste au contact du buste lors de l'attaque). Cette distance de frappe correspond à des attaques rapides. En effet les distances à parcourir pour enchaîner les mouvements d'armé sont plus courtes et le développé du coup nécessite moins d'amplitude (celui-ci étant réalisé au niveau du buste et non par rotation complète autour des épaules).

H.2.4.4 La distance d'armé

La distance d'armé n'est pas un terme de la canne de combat mais en bâton long la règle d'or pour le pratiquant est d'être « tactiquement » hors de portée immédiate de son partenaire au moment de l'armé puis de se retrouver à la bonne distance de frappe sur le temps de frappe. En effet, le bâton long étant une arme relativement lente, le tireur doit éviter d'être touché pendant l'armé par une contre-attaque de son partenaire (par exemple avec une technique rapide comme un piqué avec décalage). C'est pourquoi, en phase d'apprentissage, on préconise des armés en groupant le pied avant sur le pied arrière ce qui met à l'abri le tireur pendant son armé. En effet, en groupant son pied avant sur son pied arrière, le bâtonniste recule d'un demi-pas. Puis il reviendra à distance de frappe à la fin du développé.

Une fois les formes de base acquises on peut pratiquer autrement. On peut considérer qu'une feinte qui crée un mouvement parasite chez son partenaire permet d'armer en sécurité. De même on peut considérer qu'on est « tactiquement » hors de la portée de son adversaire pendant l'armé si on possède un temps d'avance ou si il est engagé dans une action (un déplacement, une parade...) qui l'empêche de réagir (voir par exemple H.3.8.3 - choix tactique de répartition du poids du corps sur les appuis). A ce niveau d'étude le bâtonniste va pouvoir développer toutes ses capacités d'analyse des réactions de son partenaire et développer ses capacités d'adaptation.

N-B : Au niveau des techniques avancées on utilisera aussi une distance de frappe courte pour les attaques comme le « coup de travers » donné avec le milieu du bâton.







ANNEXE AU CAHIER H BATON DE JOINVILLE "Techniques complémentaires et pratiques sportives"

H.3 - MISE EN ŒUVRE DES TECHNIQUES DE BASE

H.3.1 LES DIFFÉRENTES DISTANCES EN BÂTON DE JOINVILLE	PAGE 44
H.3.1.1 Conséquences en assaut.....	page 44
H.3.2 ARRÊT D'UN MOULINET ET CHANGEMENT DE PLAN OU DE SENS	PAGE 44
H.3.2.1 Objectif	page 44
H.3.2.2 Positions privilégiées pour arrêter un moulinet	page 44
H.3.2.3 Méthode simple d'arrêt d'un moulinet.....	page 45
H.3.2.4 Conservation de l'énergie acquise	page 45
H.3.3 VOLTE ET RAPIDITÉ D'ARMÉ.....	PAGE 45
H.3.4 CAS PARTICULIER DE LA TRAVERSÉE EN BÂTON DE JOINVILLE.....	PAGE 46
H.3.5 QUELQUES FEINTES SIMPLES EN BÂTON DE JOINVILLE	PAGE 46
H.3.6 SPÉCIFICITÉS DE LA RIPOSTE EN BÂTON DE JOINVILLE	PAGE 47
H.3.6.1 Spécificités de la parade-riposte.....	page 47
H.3.6.2 Spécificités de l'esquive-riposte.....	page 47
H.3.7 COMPARAISONS AVEC LE CHANGEMENT DE GARDE EN CANNE DE COMBAT	PAGE 47
H.3.7.1 Changement de garde défensif.....	page 47
H.3.7.2 Changement de garde offensif.....	page 48
H.3.8 GESTION TACTIQUE DES APPUIS EN BÂTON DE JOINVILLE	PAGE 49
H.3.8.1 Adaptation des armés à la distance et à l'axe d'attaque	page 49
H.3.8.2 Choix du pied avancé en fin de frappe.....	page 50
H.3.8.3 Choix tactique de répartition du poids du corps sur les appuis.....	page 50
H.3.9 FORMES CODIFIÉES D'APPLICATION	PAGE 50
H.3.9.1 Démonstrations techniques.....	page 50
H.3.9.2 Assauts d'opposition.....	page 51



H.3.1– MISE EN ŒUVRE DES TECHNIQUES DE BASE

Objectif : Il s'agit de donner aux pratiquants des exemples de thèmes qu'il est utile d'aborder assez tôt au cours de l'étude des techniques de base du bâton long français. Ce chapitre est rédigé de façon à utiliser au mieux ce bâton long avec ses techniques, adaptées à la longueur de l'arme.

Important : contrairement à la canne de combat, **il n'existe pas** de principe de priorité donnée au tireur qui arme une frappe en bâton de Joinville. En effet le bâton long est maintenu (autant que possible) en mouvement et pour cela on utilise beaucoup de moulinets. Ces moulinets passent par des positions d'armés (à un rythme rapide) et sont susceptibles de se transformer en coup d'attaque à tout moment. Par conséquent, il serait impossible d'avoir un assaut réaliste si on devait juger quel tireur dispose d'une priorité. Les moulinets et les enchaînements à base de moulinets sont le cœur même de la discipline.

Ensuite, les gardes historiques et tactiques peuvent être variées et se rapprocher de positions d'armé. De plus, l'origine martiale historique de la discipline plaide en faveur d'un travail en assaut qui ne donne pas de priorité au tireur qui arme une frappe. D'ailleurs tout l'enseignement historique de l'armé va consister à être « hors d'atteinte » de l'adversaire lorsqu'on arme une frappe. En tout état de cause la longueur du bâton (qui éloigne les pratiquants), l'obligation de réaliser des armés clairs et la relative lenteur de l'arme sont des éléments suffisants pour avoir une vision claire des assauts. On demandera toutefois au bâtonniste touché de marquer un temps (comme en canne de combat) avant de porter une frappe. Il peut toutefois bien entendu exécuter des actions défensives et se déplacer.

H.3.1.1 Conséquences en assaut

D'une façon générale, un bâtonniste qui maîtrise les techniques de base et qui est dans une phase d'attaque aura naturellement tendance à se rapprocher de son adversaire pour utiliser une série d'attaques à mi-distance. En effet, ces frappes sont plus rapides que les attaques réalisées à distance normale ou à distance longue. Ainsi, il pourra déborder son partenaire par un enchaînement d'attaques rapides sur des cibles variées. Toutefois cette tactique est évidemment valable uniquement si le tireur a pris, avant de se rapprocher, une forme d'avantage sur son adversaire (voir par exemple H.3.4. Cas particulier de la traversée en bâton de Joinville). Au contraire, un tireur qui suit une stratégie défensive aura tendance à s'éloigner de son adversaire afin d'avoir plus de temps pour « lire » les attaques que son adversaire tentera contre lui.

La mise en œuvre efficace des techniques de base suppose donc notamment d'apprendre à entrer et à sortir des différentes distances de travail. Apprendre à exploiter les différentes distances de travail, se rapprocher, enchaîner et s'éloigner (sans se faire toucher) est donc un des thèmes courants de travail en bâton de Joinville. A ce stade, on pourra retrouver beaucoup d'analogies avec la pratique de la canne-savate.

H.3.2 ARRÊT D'UN MOULINET, CHANGEMENT DE PLAN ET DE SENS

H.3.2.1 Objectif

Les moulinets, qui maintiennent le bâton en mouvement, permettent de porter des attaques plus rapides que si celles-ci étaient portées depuis une position dans laquelle le bâton était statique. De plus les moulinets permettent de maintenir une incertitude sur la technique (offensive ou défensive) qui sera finalement portée. Toutefois, cet objectif ne peut être atteint que si le tireur est capable de changer le plan ou la direction de son moulinet sans perdre de vitesse, ou encore s'il est capable d'enchaîner une frappe (ou une parade) sans perte de vitesse au cours de la phase d'arrêt du moulinet. La conservation de vitesse souhaitée peut être réalisée en respectant certains éléments techniques. On ne considèrera ici que des cas simples.

H.3.2.2 Positions privilégiées pour arrêter un moulinet

Certaines positions d'arrêt d'un moulinet sont plus favorables que d'autres à la réalisation rapide d'enchaînements. La liste ci-dessous présente quelques cas simples ainsi que leurs possibilités.

Un arrêt en position d'armé de latéral extérieur ou de latéral croisé permet (à partir d'un moulinet vertical ou horizontal) :

- de changer facilement le plan du moulinet (d'horizontal à vertical et vice-versa).
- de changer facilement le sens de rotation d'un moulinet horizontal (de croisé à extérieur et vice-versa) ou d'un moulinet vertical.
- d'enchaîner facilement divers déplacements dont des voltes.
- d'enchaîner rapidement différentes formes d'armés et donc d'attaques.
- d'enchaîner rapidement différentes formes de parades.

Un arrêt pointe du bâton vers le haut et les mains placées latéralement au niveau des épaules permet (à partir d'un moulinet vertical)

- de changer le sens de rotation d'un moulinet vertical.
- d'enchaîner différentes formes de parades.
- d'enchaîner facilement divers déplacements dont des voltes (le bâton est collé verticalement au corps).
- d'enchaîner rapidement certaines formes d'armés et donc d'attaques.

NB : C'est aussi une variante de garde d'attaque.

Un arrêt pointe du bâton dirigée vers l'arrière et les mains placées vers l'arrière du corps, permet (à partir d'un moulinet vertical ou horizontal) :

- d'enchaîner un armé de piqué talon (et donc d'évoluer vers les frappes utilisant cette position d'armé).
- d'enchaîner quelques formes de parades.



Un arrêt lorsque le bâton est horizontal, au-dessus de la tête du tireur, avec la manchette au-dessus d'une des épaules du tireur et la pointe au-dessus de son autre épaule permet (à partir d'un moulinet horizontal) :

- d'enchaîner de nombreuses formes de parades.
- d'enchaîner en techniques avancées, des armés en « virée » (le bâton repose horizontalement sur la nuque et les épaules du tireur) associés ou non à des voltes.

H.3.2.3 Méthodes simples d'arrêt d'un moulinet

Méthode générale :

Pour arrêter sèchement le bâton au milieu d'un moulinet et repartir dans une autre direction, il suffit de visser ses mains dessus comme cela a déjà été décrit pour arrêter une frappe. Ce principe permet de surprendre le partenaire en plaçant des attaques inattendues ou au contraire de placer une parade en cas de besoin.

Méthode du « Bâton tendu »

Une autre technique existe pour arrêter des moulinets dans le cas des moulinets verticaux remontants ou descendants mais elle ne permet que de s'arrêter dans certaines positions du bâton (vers l'avant). Dans ce cas, lorsque le bâton s'aligne avec les avant-bras. Le principe consiste à croiser de façon un peu plus prononcée les poignets (le poignet de la main directrice arrivant en dessus ou en dessous de celui de la main de soutien). En même temps on appuie le poignet de la main directrice en travers de celui de la main de soutien (au lieu de le faire tourner autour comme pour un moulinet normal). Ainsi on arrête la rotation du bâton sans effort.

Méthode du « ¾ de cercle »

Arrêter le moulinet, pointe du bâton dirigé vers l'arrière à l'horizontal, bâton posé sur l'épaule près du cou et repartir en sens inverse (avec ou sans changement de plan).

H.3.2.4 Conservation de l'énergie acquise

Un peu de théorie biomécanique

Afin de transmettre la rapidité de mouvement que le bâton a acquis pendant un moulinet à l'action qu'on souhaite enchaîner, il est possible d'utiliser une technique qui consiste à emmagasiner cette énergie sous la forme d'un « couple de torsion » dans l'architecture musculo-squelettique du bâtonniste et de la restituer sous la forme d'une accélération (d'un élan) qu'on donnera au bâton lors de l'action suivante (surtout dans le cas d'une frappe ou d'un moulinet). Cette méthode est bien connue dans d'autres sports (et en particulier dans d'autres sports de combat). C'est le cas par exemple en Judo (ou en canne de défense) lorsque le pratiquant qui va projeter son partenaire emmagasine l'énergie de son déplacement préparatoire sous la forme d'une torsion musculo-squelettique. Il utilisera ensuite cette énergie (à la façon d'un ressort qu'on a comprimé et qu'on détend brutalement), pour disposer de plus de force en projetant son adversaire.

Manchette d'un côté ou de l'autre

Dans le cas du bâton de Joinville le cas est plus simple mais suit le même principe biomécanique. A noter que le mouvement entier doit être réalisé sans à-coup. Lorsque le bâtonniste arrête son moulinet il réalise un transfert de poids de corps en se tournant dans le sens d'un armé de latéral extérieur si la manchette du bâton est du côté extérieur du corps et dans le sens d'un armé de latéral croisé si la manchette du bâton est du côté croisé du corps. La rotation des hanches doit être marquée. Ce mouvement permet d'emmagasiner de l'énergie cinétique sous la forme d'un couple de torsion au niveau de la colonne vertébrale et des épaules. Idéalement l'énergie de torsion est emmagasinée d'abord au niveau des jambes, puis des hanches, puis de la colonne vertébrale et enfin au niveau des épaules. Cette énergie sera restituée au bâton sous la forme d'une accélération pendant le développement de l'action suivante (généralement une frappe ou un moulinet). Idéalement l'accélération restituée au bâton doit être progressive et elle est générée d'abord par la rotation des épaules, puis la rotation de la colonne vertébrale (du haut vers le bas), la rotation des hanches et enfin par le retour des jambes à une position normale.

Ce qui vient d'être décrit, s'applique aussi dans le cas où à partir d'une position d'armé, le bâtonniste change son plan de frappe ou sa ligne de frappe (piqués).

H.3.3 VOLTES ET RAPIDITÉ D'ARMÉ

La volte est très utile en bâton de Joinville car elle permet de réaliser des armés rapides et de changer de côté d'attaque en transférant facilement la manchette de l'autre côté. Cette rapidité d'armé grâce à la volte peut aussi être évoquée pour le bâton fédéral mais elle est encore plus sensible pour le bâton de Joinville.

Classiquement, lorsqu'un tireur réalise une parade contre une attaque latérale (par exemple côté extérieur) il peut souhaiter riposter en attaquant du côté opposé (par exemple côté croisé). En effet, son adversaire s'est découvert du côté opposé à son attaque. Le problème est que si le tireur, depuis sa parade souhaite armer du côté opposé à sa parade, il est obligé de faire passer sa manchette devant lui. Il peut alors :

- passer par une position de garde, pointe du bâton devant lui (« bâton tendu »), puis passer le bâton de l'autre côté du corps (sur place ou en reculant puis en avançant), puis armer sa frappe. Cela représente une perte de temps et rend son action lisible. De plus, ces actions ne sont pas possibles si son adversaire est proche de lui (à mi-distance, la pointe du bâton va heurter le partenaire pendant le passage en avant du corps).
- si le partenaire est proche de soi on peut passer par une manœuvre telle que décrite aux paragraphes « Formes plus complexes en un temps » (H.2.2.3.2. et H.2.2.5.2.) avec la pointe du bâton dirigée vers le haut ou le bas. Cette méthode est assez rapide mais limite le nombre d'armés possibles.



Volte vers le bâton adverse

La solution la plus rapide et qui laisse le plus de possibilités ultérieures au bâtonniste est de faire une volte en pivotant dans le sens de sa parade (rotation dans le sens horaire si le tireur a fait une parade extérieure) et d'armer sa frappe pendant le temps de la volte. Cette opération sera d'autant plus efficace que l'armé sera masqué pendant la rotation et qu'un décalage ou un débordement permettra de se positionner dans un bon angle d'attaque et à une distance d'attaque choisie.

S'extraire d'une mauvaise passe

Une autre application du même principe se retrouve dans certaines situations lorsqu'un attaquant souhaite changer de côté d'attaque. Par exemple sur une attaque latérale, le bâtonniste attaquant (tireur A) va être en mauvaise posture si le défenseur (tireur B) réalise une parade un peu « contrée » (il repousse légèrement le bâton de l'attaquant) et se rapproche de l'attaquant (pour riposter à mi-distance par exemple). Normalement le bâtonniste (A) qui enchaîne une attaque pourrait armer directement sa frappe en tirant sur la manchette et en pivotant du côté de l'armé souhaité mais si son adversaire se rapproche de lui (à mi-distance), le bâton du tireur A peut heurter le partenaire pendant le changement de côté. Ou encore le bâtonniste attaquant (tireur A) qui enchaîne, se retrouve hors distance de frappe et son adversaire prend l'initiative. Au final le bâtonniste attaquant (tireur A) gagnera du temps en voltant et en armant pendant sa volte afin de continuer à attaquer, mais en ayant changé de côté d'attaque. De plus il pourra en voltant adapter sa distance de frappe. A noter que cette fois, la volte peut être réalisée vers l'extérieur ou l'intérieur de la garde du tireur A.

Pour le reste les applications de la volte qu'on connaît en canne de combat s'appliquent aussi en bâton de Joinville.

H.3.4 CAS PARTICULIER DE LA TRAVERSÉE EN BÂTON DE JOINVILLE

Réaliser une traversée avec un bâton long peut sembler une gageure. Pourtant, c'est un déplacement de base qu'il faut maîtriser assez vite car la traversée est un outil privilégié qui sera employé par la suite dans le cadre d'un travail contre plusieurs adversaires (cf. techniques avancées). En effet, la traversée permettra de rompre un encerclement ou de traverser une ligne d'adversaires. De plus réaliser une traversée suppose de s'approcher de son partenaire afin de pouvoir ensuite le contourner, puis suppose de s'en éloigner en sécurité. C'est donc aussi une application qui exploite le principe du passage d'une distance de travail à une autre, principe si utile en bâton de Joinville (voir H.2.4 et H.3.1 Les différentes distances en bâton de Joinville et leur application en assaut).

Les caractéristiques pratiques que le bâtonniste doit gérer pour réaliser une traversée sont donc :

- la distance initiale qui le sépare de son partenaire.
- la possibilité que ce dernier a de l'attaquer pendant son approche.

Comment réaliser une traversée ?

Le bâtonniste qui souhaite réaliser une traversée doit donc (par exemple depuis une distance de frappe normale) :

1. Prendre un **avantage** et créer une **ouverture** qui lui permettra de s'approcher de son partenaire en sécurité. Prendre un avantage signifie que son opposant sera en position de défenseur et créer une ouverture permettra au tireur attaquant de continuer son action en maintenant son opposant dans un rôle de défenseur. Par exemple (les deux bâtonnistes étant en garde normale à droite), le bâtonniste qui veut faire une traversée (Tireur A) attaque son opposant (Tireur B) en jambe sur un latéral extérieur. Le tireur B pare en jambe (prise d'avantage du Tireur A qui met une contrainte sur l'action du Tireur B). La parade latérale du Tireur B crée une ouverture (une probabilité de toucher une cible qui obligera le Tireur B à se protéger) de l'autre côté du Tireur B (sur son côté droit).
2. Le bâtonniste qui réalise la traversée se **rapproche** tout en réalisant une **frappe à mi-distance** contre son adversaire. Pour continuer sur l'exemple précédent, le Tireur A avance sa jambe gauche en faisant un pas complet et se retrouve à mi-distance du Tireur B. Le Tireur A groupe ses pieds sur son pied avant (le gauche) pour armer (sur sa gauche) un coulissé talon. Depuis cette position il dispose d'un choix varié de frappes (piqués et coulissés). Le tireur A attaque le Tireur B avec un coulissé talon horizontal en flanc ou en figure.
3. Le bâtonniste qui réalise la traversée utilise l'action défensive du Tireur B à mi-distance pour le **contourner**. Pour poursuivre sur l'exemple précédent le Tireur B pare la frappe avec une parade mains écartées (pointe en bas par exemple) tout en étant obligé de changer de garde (il passe en garde inverse pour recevoir la frappe sur le côté fort de la garde sinon il pourrait être déséquilibré). Le Tireur A contourne alors le Tireur B (ici plutôt sur son côté gauche) en faisant une volte (rotation dans le sens horaire).
4. Le bâtonniste qui réalise la traversée **attaque** son partenaire en **sortie de volte** (et enchaîne éventuellement d'autres attaques). Pour se retrouver totalement derrière son adversaire il arrive que le bâtonniste qui réalise la volte en bâton de Joinville doive faire encore un déplacement latéral (qu'il devrait terminer idéalement aussi par une frappe pour garder l'initiative).
5. Le bâtonniste qui réalise la traversée **s'éloigne** de son opposant (sans se faire toucher, idéalement en portant une dernière frappe à une distance de frappe normale ou longue).

H.3.5 QUELQUES FEINTES SIMPLES EN BÂTON DE JOINVILLE

Le travail de feintes en bâton de Joinville est, comme en canne de combat, basé sur le principe d'incertitude, sur le fait de créer une mauvaise interprétation de la part de son partenaire. On peut donner deux exemples spécifiques aux possibilités du bâton de Joinville :

- **Un armé, plusieurs sorties** : plusieurs techniques possèdent des armés identiques. Il est donc possible, depuis une position d'armé de simuler une attaque et d'en réaliser une autre (par exemple transformer un piqué en coulissé). L'intérêt de ce type de feinte est souvent de changer de plan de frappe ou de ligne d'attaque (cas du piqué).



- **Changement d'armé** : dans le même ordre d'idée, certains passages d'un armé à un autre permettent rapidement de passer d'une attaque relativement lente à une attaque rapide. Par exemple depuis l'armé d'un latéral extérieur, une rotation rapide du bâton en son milieu permet de passer en armé de piqué talon (attaque à mi-distance et attaque rapide). Ce principe permet en particulier de s'adapter à un adversaire qui anticipe trop ses parades.
- **Moulinets enchaînés** : la pratique des moulinets enchaînés est caractéristique du bâton de Joinville et permet, en gardant le bâton en mouvement, de lui donner de la vélocité et de conserver une incertitude vis-à-vis de la frappe finale qui sera réalisée.
- **Voltes et variétés des sorties possibles** : l'utilisation des voltes, qui permet (comme en bâton fédéral et en canne de combat) de dissimuler pendant la rotation l'armé qui est mis en place ou un changement de main éventuel, permet également d'enrichir les possibilités de feintes décrites plus haut.

H.3.6 SPÉCIFICITÉS DE LA RIPOSTE EN BÂTON DE JOINVILLE

H.3.6.1 La parade riposte

L'objet de la parade riposte est soit de se protéger d'une attaque en utilisant son bâton et de toucher ensuite son opposant, soit de se protéger d'une attaque tout en reprenant l'avantage (grâce à sa riposte). Au-delà de ce qui est pratiqué en canne de combat on peut évoquer quelques cas rencontrés au bâton de Joinville :

- **Riposte avec déplacement** : tout d'abord le bâton possède différentes distances de frappe qui peuvent se combiner aux parades contrairement à la canne de combat. Le tireur défenseur peut choisir de faire une parade riposte avec une distance de frappe qui déstabilisera son partenaire. De façon générale riposter avec une distance de frappe différente de celle de l'attaquant (ce qui suppose un déplacement voire un changement d'axe) permet plus facilement de reprendre l'initiative car le partenaire est souvent lui aussi obligé de déplacer ses appuis.
- **Jouer sur la vitesse liée aux techniques** : ensuite le bâton possède des techniques plus rapides que d'autres. D'une façon générale les techniques à mi-distance sont plus rapides que les techniques à distance normale, elles-mêmes plus rapides que les techniques à distance longue. Le choix d'une parade qui pré positionne le bâton proche d'une position d'armé joue aussi un rôle dans la rapidité de la riposte (voir l'exemple de la parade manchette en H.2.3.3). On pourra donc demander au tireur de choisir une parade riposte en conséquence. Par exemple, face à une attaque à distance normale, on lui demandera de réaliser une riposte à mi-distance pour prendre son adversaire de vitesse.
- **Fixer l'adversaire** : enfin les ripostes avec une distance de frappe longue, même si elles sont plus lentes, ont l'avantage d'être puissantes (mais contrôlées) et donc de « fixer » temporairement le partenaire pour qu'il assure sa parade. De plus, il est facile pendant le développé d'un revers par exemple d'ajuster sa distance de frappe par un déplacement adéquat si le partenaire avance ou recule.

Les tireurs pourront ainsi combiner ces éléments aux éléments technico-tactiques connus en canne de combat.

H.3.6.2 L'esquive riposte

L'objet de l'esquive riposte est soit de se protéger d'une attaque par un déplacement du corps tout en touchant son opposant, soit de se protéger d'une attaque tout en reprenant l'avantage (grâce à sa riposte).

En bâton de Joinville on privilégie les esquives complètes ou les esquives-parades par rapport aux esquives partielles en raison de la longueur du bâton et de l'origine historique de la discipline. Cela suppose de privilégier des déplacements systématiques lors des esquives. Une fois cet élément tactiquement acquis on pourra insister sur trois autres possibilités technico-tactiques spécifiques de l'esquive riposte en bâton long.

Utiliser les différentes distances de frappe possibles : tout d'abord le bâton possède différentes distances de frappe qui peuvent se combiner aux esquives. Par exemple, sur une attaque de piqué, le tireur défenseur peut faire une esquive arrière tout en donnant simultanément un revers car il ne sera plus à portée du piqué de son partenaire mais son partenaire sera lui à portée de revers. De même, une esquive en avançant vers son partenaire (et en sortant de son axe d'attaque) permet d'armer une riposte rapide comme un coulissé, et si on travaille « dans le temps », d'empêcher son partenaire de parer ou d'esquiver à temps etc.

Utiliser les techniques selon leur possibilité de vitesse : ensuite le bâton possède des techniques plus rapides que d'autres. Le pré positionnement du bâton avant l'armé joue aussi un rôle dans la rapidité d'une technique. On pourra donc demander au tireur d'évaluer le temps nécessaire à l'attaquant pour revenir en défense et le tireur pourra choisir une esquive riposte (ou une esquive-parade riposte) réalisée avec une riposte qui mettra son partenaire en difficulté au niveau de son temps de réaction.

Esquive et préparation de l'armé : enfin, l'emploi des esquives parades permet de combiner la protection du tireur pendant l'esquive et la préparation d'un armé si la parade réalisée est bien choisie.

N-B : Les esquives partielles ne devraient être étudiées que lors du travail sur techniques avancées. Elles permettent un travail plus « court » par exemple, par débordement (déplacement d'un seul appui) sur les esquives ripostes mais elles sont moins sécurisantes pour le pratiquant.

H.3.7 COMPARAISONS AVEC LE CHANGEMENT DE GARDE DÉFENSIVE ET OFFENSIVE EN CANNE DE COMBAT

H.3.7.1 Changement de garde défensive

En canne de combat le changement de garde défensive est abordé tôt dans la progression des pommeaux. En bâton de Joinville il est

utile de préciser que la tactique défensive analogue ne nécessite pas de passer d'une garde à droite à une garde à gauche (ou vice-versa). C'est toujours possible mais les changements de mains sont abordés une fois les bases bien acquises. En phase d'apprentissage on utilisera tout d'abord d'autres possibilités pour réaliser des changements de garde défensif en bâton de Joinville.

Passage de la garde normale à la garde inverse et inversement : on réalisera un changement de garde défensif en passant d'une garde normale à une garde inverse (sans changer de main directrice). En effet lorsqu'un tireur est « submergé » d'un côté par des attaques répétées il pré positionnera ses appuis pour réaliser ses parades sur son côté « fort » (l'intérieur de la garde) et gagner en rapidité défensive. Ce pré-positionnement reviendra pour lui à adopter une garde normale ou une garde inverse.

Garde défensive, utilité pratique : une autre analogie qu'on peut faire avec est le changement de garde défensif en canne de combat est le choix d'adopter une garde d'attente (garde défensive) au lieu de la garde de base décrite dans ce document. La garde de base décrite ici était appelée autrefois « garde d'assaut » et correspond à une garde permettant aussi facilement d'attaquer que de défendre. Toutefois, si un tireur est contraint de privilégier la défense, il est possible d'appréhender très tôt l'utilisation d'une des formes de garde défensive. Non seulement les gardes défensives permettent des « effets » en assaut, mais elles permettent surtout d'exécuter plus rapidement les parades.

Par exemple (cf. figure 35), le tireur passera d'une garde de base à une garde défensive en reculant et en orientant la pointe du bâton vers le bas, les mains restant au niveau du bassin. De préférence on travaillera en garde normale. Le bâton est tenu avec suffisamment de relâchement pour obtenir des réactions rapides (les muscles ne se durcissent qu'au moment de l'impact pendant la parade). La position décrite permet de protéger rapidement ses jambes (les parades les plus longues à réaliser) car la manchette est déjà orientée vers le haut pour réaliser des parades en jambes. Le geste de la parade est ainsi plus court à réaliser.

Figure 34 : Exemple de garde défensive



Dans tous les cas (a et b) : les mains sont réunies (voire "emboîtées") pour constituer un centre de rotation précis. Moulinets horizontaux (a) : bien dégager l'épaule arrière et monter l'avant-bras arrière en pointant le coude, armer les moulinets horizontaux par transferts des appuis du poids du corps, les poignets sont placés un peu en avant du front et au dessus de la tête. Moulinets verticaux remontants ou descendants (b) : les poignets sont placés en avant du front et à sa hauteur, plus les poignets descendent et moins les moulinets sont verticaux.

La position décrite, grâce à l'orientation de la manchette à 45 ° vers le haut et l'arrière) permet aussi de parer plus facilement des attaques rapides comme des piqués (difficiles à contrer) en réalisant des parades guidées sans préparation. Depuis cette position, il est rapide de réaliser toutes les parades mains écartées pointe en bas (et par exemple de se protéger d'une série de coulissés) et on peut rapidement réaliser une parades en toit. La garde d'attente est souvent utilisée lorsqu'on est à distance de récupération. De plus, en cours, cette posture permet de faire travailler le partenaire (on ouvre sa garde en se mettant garde d'attente) pour certains exercices.

H.3.7.2 Changement de garde offensif

Emploi de la garde normale et de la garde inverse : un premier mode de changement de garde offensif vient tout naturellement de la prise à deux mains du bâton avec une main en supination et une main en pronation. Selon que la garde est une garde normale ou une garde inverse, certaines frappes sont plus simples à réaliser en 1 temps que d'autres (cf. H.2.2.2 Intérêt du choix de la garde de départ pour une frappe en 1 temps). On peut donc choisir sa garde (normale ou inverse) selon l'attaque en 1 temps qu'on envisage.

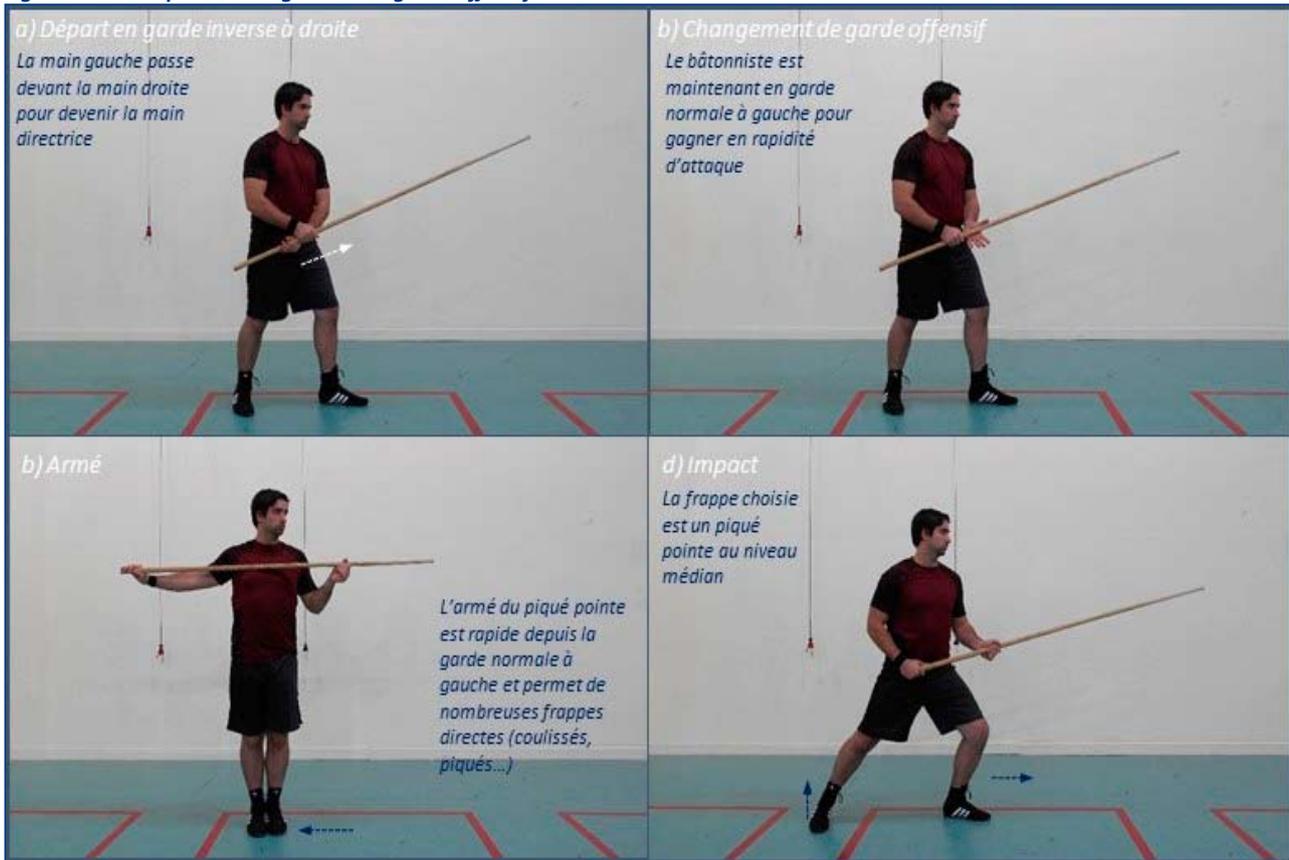
Changement de main directrice : par ailleurs, l'étude des changements de main (passage d'une garde à droite vers une garde à gauche et vice versa) prend ici tout son sens. En effet, changer la main directrice (main avant) sur le bâton permet d'armer souvent plus directement une frappe (ou de gagner du temps sur l'armé) ou encore de surprendre l'adversaire en changeant de plan ou de direction d'attaque.

1^{er} exemple : l'exemple décrit ci-dessous permet d'obtenir un gain de temps sur l'armé d'une frappe : depuis une garde inverse à droite,

le tireur fait glisser sa main arrière devant sa main avant. Cela permet de passer en garde normale à gauche... et donc cela permet d'armer un piqué **pointe** dans le même mouvement (le piqué est déclenché sur le côté droit du bâtonniste attaquant). S'il était resté en garde inverse à droite le bâtonniste aurait été contraint de faire faire une rotation de 180° à son bâton dans un plan vertical avant d'armer un piqué talon (seule possibilité de piqué dans cette garde sur son côté droit). Ce mouvement supplémentaire est évité en changeant de main directrice et permet de porter rapidement un piqué.

2^{ème} exemple : un autre exemple décrit ci-dessous permet de créer un changement de direction d'attaque. L'exemple peut être pris à partir d'une garde normale à droite. Cette fois le bâtonniste fait faire une rotation de 180° au bâton dans un plan vertical en faisant passer la manchette vers le bas. On se retrouve dans une position avec la manchette dirigée vers le partenaire et les mains croisées. La main gauche (qui est passée devant la main droite pendant la rotation du bâton) glisse vers l'arrière pour dépasser (vers l'arrière) la main droite. Le tireur se retrouve en armé de piqué talon et en garde à gauche. Mais surtout il peut prolonger le glissement de sa main gauche vers la pointe du bâton en position d'armé de revers à une main. Si le mouvement est fluide, le changement de plan d'attaque que ce représente le revers sera difficile à anticiper par l'adversaire qui s'attend à un piqué.

Figure 35 : exemple de changement de garde offensif



H.3.8 GESTION TACTIQUE DES APPUIS EN BÂTON DE JOINVILLE

H.3.8.1 Adaptation des armés à la distance et à l'axe d'attaque

Les attaques peuvent être réalisées en 1 temps ou en plusieurs temps (un temps = pas de moulinet préparatoire) et il existe différentes formes d'armés qui permettent notamment d'adapter sa distance et d'évoluer tactiquement.

La forme de base enseignée au débutant est de regrouper le pied avant sur le pied arrière pour être « à distance d'armé », c'est-à-dire à l'abri d'une frappe de son adversaire le temps de l'armé. Toutefois en dynamique, ce qui primera c'est d'adapter sa distance d'armé aux déplacements de son adversaire.

Reculer d'un ½ pas pour armer

Par conséquent, les armés peuvent être réalisés en reculant le pied avant pour le grouper avec le pied arrière, ou en avançant le pied arrière pour le grouper avec le pied avant, ou encore en faisant un déplacement latéral et en groupant le second pied qui se déplace auprès du pied qui vient de se poser. Certains auteurs présentent aussi des armés comportant un saut vers l'avant, un peu à la manière d'un coup de pied sauté en savate ancienne.

Changer l'axe d'attaque

Le travail d'armé pieds groupés permet des changements de direction rapides et donc d'adapter son axe d'attaque. Le travail d'armé pieds groupés permet aussi de réaliser simultanément des changements de direction et des moulinets et donc il permettra de travailler en mouvement contre plusieurs adversaires (techniques avancées).

Note : Il existe aussi des formes d'armés qui ne nécessitent pas de grouper les pieds au moment de l'armé (mais en respectant toutefois le critère d'armé). Ils seront abordés dans le cadre des techniques avancées.



H.3.8.2 Choix du pied avancé en fin de frappe

La phase finale de la frappe est aussi une occasion d'ajuster la distance de travail. En effet, en travail dynamique et pour la plupart des techniques le bâtonniste pourra choisir le pied qui sera avancé (ou reculé) au moment de la frappe et s'adapter à la nécessité d'avoir une distance de frappe plus courte ou plus longue. De façon générale, **avancer le pied du côté de la main avant sur le bâton pendant le temps de frappe permet d'avoir une plus grande allonge de frappe et donc de rester plus protégé**. A l'inverse, choisir **d'avancer** au moment de la frappe (pour les techniques pour lesquelles c'est possible) **le pied opposé à celui de la main directrice sur le bâton permet de raccourcir sa distance de frappe** tout en gardant les bras tendus en fin de mouvement. Dans cette dernière approche l'important est d'être dans l'axe d'attaque, maintenir un angle ouvert entre l'axe du bras directeur et le buste ne peut être une contrainte (vu la longueur du bâton).

H.3.8.3 Choix tactique de répartition du poids du corps sur les appuis

Fondamentalement le poids du corps est réparti de façon égale sur les deux appuis. C'est ce qui sera expliqué au tireur débutant qui privilégiera la défense (il pourra plus facilement réagir dans tous tes directions).

A noter qu'en assaut le tireur peut anticiper (préparer) une action en répartissant son poids sur un appui plutôt qu'un autre en position de garde. Cette gestion différenciée des appuis devrait être enseignée au bâtonniste devenu autonome pour la réalisation des techniques de base et qui approfondit l'assaut d'opposition. On est là dans l'étude technico-tactique élémentaire du bâton long.

Une attaque directe plus rapide : tout d'abord on peut faire prendre conscience au tireur qu'anticiper (discrètement) en plaçant son poids en appui sur la jambe qui restera fixe lui fera gagner du temps au moment d'une attaque directe.

Feinte de direction : ensuite pour réaliser certaines feintes en assaut, il est utile de mettre plus de poids (discrètement) sur un des appuis pour préparer un déplacement tout en faisant croire (avec le haut du corps) qu'on va partir dans une autre direction. Par exemple, depuis une garde normale à droite, on feinte l'armé d'un latéral croisé mais le corps est en appui sur le pied avant. Dès que l'adversaire amorce un début de parade, l'attaquant, au lieu de reculer le pied avant, l'utilise comme pivot pour faire une volte « rentrante » dans le sens antihoraire du côté intérieur de la garde de l'adversaire. Sans arrêter le mouvement, l'attaquant poursuit avec un piqué talon ou un coulissé circulaire. En principe il faut être hors de portée du défenseur pour armer une technique car, le bâton étant une arme assez lente, il faut se prémunir d'une contre-attaque. Une fois les formes de base acquises, on peut considérer qu'en se rapprochant de l'adversaire on est hors de sa portée si on possède un temps d'avance et qu'il est engagé dans une action (ici une parade) qui l'empêche de placer une attaque courte. Ce travail avec les appuis demande d'être capable de dissocier le fonctionnement des différentes parties du corps (donc d'être relâché). Un travail d'entraînement à des manipulations d'agilité avec le bâton tout en se déplaçant peut y préparer.

Pour un décalage ou un débordement : enfin, si un tireur prévoit de partir en décalage du côté du pied avancé pour faire une esquivé riposte, il peut placer plus de poids sur son pied arrière pour se projeter plus rapidement du bon côté au moment de l'action, etc. Ce type de préparation est utile au tireur qui privilégie la contre-attaque ou la riposte et qui sait « lire » les actions de son adversaire.

H.3.9 FORMES CODIFIÉES D'APPLICATION

Les applications dont le principe est décrit ci-dessous représentent les formes usuelles de mise en situation des techniques du bâton de Joinville. Elles sont utilisées en club ou en stage et peuvent être incluses dans des démonstrations ou des compétitions (en club, en interclubs ou autres compétitions fédérales). De plus, ces applications peuvent être utilisées (avec un seul passage) lors de galas pour faire connaître nos disciplines.

H.3.9.1 Démonstrations techniques

Le premier type d'application consiste en une prestation (en temps limité) qui est évaluée d'un point de vue technique. La note est attribuée à l'ensemble de l'équipe. La grille de notation est établie à l'avance et comporte différents critères. Le nombre de juges est variable (en général 2 ou 3) et les bâtonnistes réalisent deux passages. La note retenue est celle du meilleur passage. En général, ils peuvent choisir de faire une prestation différente par passage ou de faire deux fois la même. En compétition, la prestation est en général réalisée par au moins deux tireurs (travail en binôme ou en groupe) mais il est possible de réaliser ce travail en solitaire.

Important : dans toutes les formes de démonstration techniques les participants peuvent :

- utiliser indifféremment les techniques avancées ou les techniques de base du bâton de Joinville.
- introduire des formes techniques particulières ou innovantes si cela est techniquement et tactiquement approprié.
- intégrer à leur démonstration des techniques non directement liées au bâton de Joinville mais qui se justifient dans un contexte tactique ou technique. Par exemple, il peut s'agir de techniques issues de nos autres disciplines fédérales (actuelles ou historiques) FFSbf&DA.

Les bâtonnistes peuvent ainsi démontrer leurs connaissances historiques ou leurs capacités d'innovation. Toutefois, ces apports ne doivent pas dénaturer l'exercice qui repose en premier lieu sur les techniques et l'esprit du bâton de Joinville. Les formes codifiées de démonstration les plus courantes sont décrites ci-dessous.

Assaut coopératif (ou démonstration en binôme) : dans cette configuration, un binôme de bâtonnistes réalise un assaut en mode coopératif. De façon moins courante, le binôme fait la démonstration d'une situation scénarisée.

Démonstration de groupe : dans cette configuration, un groupe d'au moins 3 bâtonnistes réalise une démonstration de groupe. Par exemple, ils réalisent tous le même enchaînement de façon simultanée, ce qui rejoint la tradition historique des mouvements d'en-



semble du bâton de Joinville. Ils peuvent aussi réaliser un autre type de démonstration (une situation scénarisée par exemple). Tout ou partie du groupe peut aussi réaliser un assaut en mode coopératif lors de l'un des deux passages. Il est aussi possible de mixer ces formes de pratique lors d'un passage.

NB : le travail en binôme ou par groupe est évalué de la même façon et dans une même catégorie. Le classement final ne distingue généralement pas ces deux cas de figure.

Enchaînement libre en solo : cette forme de travail consiste, pour une personne, à développer un enchaînement de techniques et de déplacements. Cet enchaînement (qui peut être fixe ou suivre l'inspiration du bâtonniste à chaque exécution) **ne vise pas** à représenter une situation d'assaut mais vise à travailler la **manipulation du bâton, l'exécution technique** et la capacité **d'enchaînement** du tireur. En général ce travail repose sur un thème de travail retenu par le bâtonniste. En dehors de tout esprit de compétition, ce type de travail est une bonne solution pour pratiquer le bâton en extérieur et en solitaire.

« **Shadow** » : cette forme de travail consiste, pour une personne, à développer un enchaînement de techniques et de déplacements qui répondent à une **logique d'assaut**. Cet enchaînement (qui peut être fixe ou suivre l'inspiration du bâtonniste à chaque exécution) vise à représenter une situation d'assaut face à **un ou plusieurs adversaires** imaginaires. Bien entendu, la manipulation du bâton, l'exécution technique et esthétique ou encore la capacité d'enchaînement du tireur sont importants. Mais on recherche surtout à démontrer une **capacité technico-tactique**. L'enchaînement réalisé devra donc avant tout posséder une logique technico-tactique interne (qui peut d'ailleurs reposer sur des choix ou un style très personnel au bâtonniste). En dehors de tout esprit de compétition ce type de travail est une bonne solution pour pratiquer le bâton en extérieur et en solitaire.

H.3.9.2 Assauts d'opposition

Dans cette forme de travail deux bâtonnistes vont s'affronter dans des conditions d'assaut. L'assaut est constitué d'un nombre déterminé de reprises et encadré par un juge-arbitre. Il est évalué par des juges selon deux modalités. Dans le cas de figure le plus courant en bâton, chaque bâtonniste est évalué sur ses qualités techniques. Dans un autre cas de figure, l'assaut est noté au nombre de touches. La possibilité d'utiliser des techniques avancées (où certaines d'entre elles) doit être précisée par les organisateurs. On rappelle qu'il n'y a pas de priorité à l'armé en bâton de Joinville. On rappelle aussi qu'un bâtonniste touché doit marquer un temps (comme en canne de combat) avant de porter une frappe (il peut toutefois bien entendu exécuter des actions défensives et se déplacer).

Important : dans un assaut d'opposition (quel que soit son mode de notation) les bâtonnistes doivent utiliser au minimum les protections suivantes :

- masque avec coiffe.
- protège-tibias.

Assaut d'opposition noté sur la technique : la prestation de chaque bâtonniste est évaluée d'un point de vue technique par chaque juge (en général à la fin de chaque reprise). La grille de notation est établie à l'avance et comporte différents critères. En général, les critères portent sur l'efficacité offensive, l'efficacité défensive, la qualité et la variété technique et technico-tactique, le style et l'originalité de la prestation. Le bâtonniste vainqueur est celui qui obtient la meilleure note technique à la fin de l'assaut (note qui est en général la somme des notes obtenues par reprise).

Assaut d'opposition noté à la touche : chaque bâtonniste accumule des points en fonction du nombre de touches qu'il réalise comme en canne de combat (toutefois, toutefois sans tenir compte du critère de priorité à l'armé mais avec l'obligation pour le tireur touché de marquer un temps d'arrêt, en marquant les armés des attaques mais sans contraintes de fentes sur les frappes en jambes, et en utilisant le catalogue offensif et défensif du bâton de Joinville).