

GUIDE DU PETIT SABREUR MEYLANAIS



**TOUT COMPRENDRE :
L'ESCRIME, LE CLUB, LES COMPÉTITIONS,**



SOMMAIRE

- Page 2 : Les maîtres d'armes
Page 3 : Comprendre l'escrime
Page 4 : Présentation de Meylan Escrime
Page 5 : Comment ça marche ? le matériel
Page 6 : Comment ça marche ? les compétitions
Page 7 : Les compétitions, vos questions
Page 8 et 9 : Les événements de Meylan Escrime
Page 9 : Pizza, gâteau, une heure ou une demie journée ? Nous avons besoin de vous, chers parents !

LES MAÎTRES D'ARMES

La réussite sportive, en escrime en particulier est une recette délicate, nécessitant la juste dose d'ingrédients : le talent des sportifs, certes, mais aussi du travail, de la combativité, de la précision, de la stratégie. Et surtout de bons maîtres d'armes.

Franck et Seb, nos maîtres d'armes savent marier le jeu et le sport avec les enfants, conseiller ou soutenir affectivement (ou psychologiquement) un compétiteur quand il le faut, exigeants s'il le faut, passionnés et passionnants pour les petits, les grands, les valides et les handis. Ils sont à Meylan Escrime depuis 25 ans (ils ont commencé petits escrimeurs) et tous ceux qui sont passés par le club au diabolin les adorent.



**Franck STERCKX
et Sébastien VACCA
Maîtres d'armes**



**Et puis aussi :
Tom Loup et**

François Xavier, prévôts

En escrime, le prévôt d'armes est l'assistant du maître d'armes, suppléant pour les leçons aux élèves.

L'ESCRIME

Les trois armes

En escrime, il existe trois armes qui se ressemblent mais dont les zones de touches et les règles diffèrent.



L'épée, c'est l'arme de duel et des mousquetaires ! On peut toucher sur toute la surface du corps.



Le fleuret, c'est l'arme d'études. Les touches sont portées par la pointe seule et limitées au tronc.



Et enfin, le sabre, arme de pointe et de tranchant, arme de Meylan Escrime. Au sabre, on peut toucher toute la surface du corps de l'adversaire au dessus de la taille, y compris bras et tête. Les échanges sont rapides et spectaculaires. C'est l'arme des militaires, des corsaires et des pirates !

Le saviez-vous ?

N'en déplaise à Walt Disney, le chevalier qui surgit hors de la nuit et court vers l'aventure au galop, ne signe pas son nom de la pointe de l'épée... mais du SABRE !



Touché !

En escrime, un seul but : toucher sans être touché. Tout en restant sur la piste, les escrimeurs doivent toucher la partie autorisée de leur adversaire, la surface valable, à l'aide de leur arme. Entre le « allez ! » et le « halte » de l'arbitre, ils réalisent des actions codifiées telles que l'attaque et la riposte pour toucher l'adversaire ou la parade pour se défendre. Ces enchaînements d'actions constituent la "phrase d'armes".

Un sport individuel et d'équipe

Alliant des qualités physiques, mentales, techniques et tactiques, ce sport favorise la concentration, la maîtrise de soi, la coordination et l'esprit d'initiative et de décision. Conversation par les armes, l'escrime est une discipline basée sur des valeurs partagées de respect des règles, de l'adversaire, de l'arbitre, d'abnégation et de courage. C'est aussi un d'équipe.



Eurosabre, coupe d'Europe Cadets organisée tous les ans par Meylan Escrime. Ici, pan sur la tête !

MEYLAN ESCRIME

Meylan Escrime, un **grand** club

Le club de Meylan Escrime a été créé en 1978 et il comptait alors un maître d'armes et huit escrimeurs. Plus de 30 ans plus tard, il compte environ 200 licenciés (des mousquetaires aux vétérans).

Ce n'est pas être prétentieux que de dire que c'est l'un des plus grands clubs de France... et de citer l'entraîneur de l'Equipe de France qui disait en mai 2012 "Meylan Escrime n'est pas seulement un grand club par sa taille, c'est aussi une pépinière de talents pour le sabre français.

Tous les escrimeurs du club pratiquent le sabre, certains dans le cadre des loisirs ou de la découverte de l'escrime et beaucoup avec pour objectif la préparation aux compétitions.

Le club participe chaque année à plus de 80 compétitions de toutes catégories (de pupilles à vétérans) et de tous niveaux.

**Félicitation à nos Minimes
au championnat de
France !!**

**Melina (1^{ère})
Quentin (2^{ème})**

Le saviez-vous ?

A Meylan Escrime, les filles seniors (plus de 20 ans) sont en division 1. La championne de France et le vice champion de France minimes sont...Meylanais. Les cadettes de Meylan sont vice championnes de France. Les garçons juniors sont revenus bronzés des Championnats de France. Laurent Vadon est vice-champion de France handi.

Des petits aux grands, il y a souvent pluie de médailles pour le club au diabolotin.



Meylan Escrime, le premier club d'escrime **handisport**

En 1978, à la création de Meylan Escrime s'ouvre la section handiescrime. C'est sans aucun doute d'avant-garde à l'époque. Si depuis les sections handis se sont, heureusement, développés partout et dans tous les sports, elles sont souvent dans un autre lieu, menant leurs compétitions et leurs entraînements à part.



A Meylan Escrime, les handis sont avec nous.

On tire contre les copains handis en prenant place dans le fauteuil en face, tout simplement. On se blesse au ski, la jambe est douloureuse ? On vient quand même, il y a toujours un copain valide pour se mettre en face, en fauteuil. Et le plus bel événement de France en matière de sport handi et valides, c'est à Meylan. Le challenge handi-valides réunit les plus grands sportifs handi (dont l'équipe de France championne du monde). Ils se confrontent aux valides de Meylan, tous en fauteuil (voir les événements).

Notre mascotte



Il y a certains signes extérieurs qui font trembler les sabreurs de France et de Navarre. Le béret que porte les tarbais, redoutables sabreurs en impressionne plus d'un. Mais il y a aussi un diabolotin, au sourire particulièrement coquin. Ils sont 200 à le porter fièrement !

COMMENT CA MARCHE ? : LE MATERIEL

Pour l'école des Mousquetaires (CP) tout le matériel est prêté. A partir de 8 ans (CE2) le pantalon et la sous-cuirasse vous seront loués à l'année. **Rappelons que le port du pantalon et de la sous cuirasse sont obligatoires, y compris aux entrainements, pour les petits comme pour les grands !**

Masque, sabre, veste vous sont prêtées. En compétition, les cuirasses électriques et fils de masque/fils de corps vous sont prêtées également. Pour un petit escrimeur, il ne faut donc acheter qu'un gant et une paire de chaussettes (voir encadré) Pour les sabreurs qui se destinent à la compétition, à partir de 14 ans, nous demandons à ce qu'ils aient leur propre matériel (notamment la veste, le masque, le sabre).

Où acheter le matériel ?

En début d'année, nous organisons une bourse au matériel. Sport 7, notre partenaire vient tenir boutique à la salle d'armes. **sur internet : www.sport7.f** Le matériel d'escrime n'est pas vendu en grandes surfaces spécialisées sport

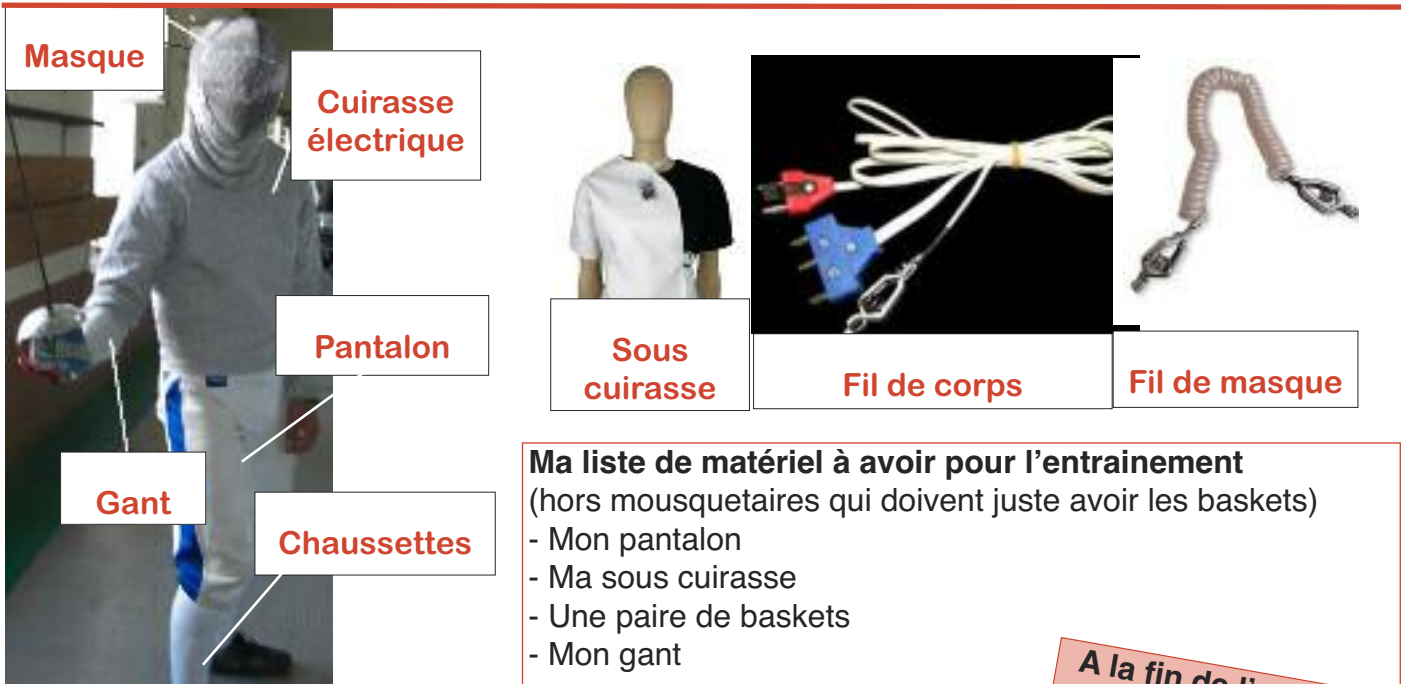
Combien ça coûte ?

La location à l'année -> 15 € (pantalon et sous cuirasse). Un gant d'initiation : 16 €

Une paire de chaussettes : 12 €

(une paire de chaussettes de foot blanches fait très bien l'affaire également)

On peut donc commencer l'escrime sans se ruiner...



Masque

Cuirasse électrique

Pantalon

Gant

Chaussettes

Sous cuirasse

Fil de corps

Fil de masque

Ma liste de matériel à avoir pour l'entrainement

(hors mousquetaires qui doivent juste avoir les baskets)

- Mon pantalon
- Ma sous cuirasse
- Une paire de baskets
- Mon gant

Je pars en compétition.

Si je suis pupille ou benjamin ou que je n'ai pas tout mon matériel, je monte à l'étage avec un de mes parents ou mon maître d'arme, j'essaie et je note dans le cahier ce que j'ai pris :

- Une veste
- Une cuirasse électrique
- Un masque

Fils de corps et fils de masque sont emmenés par les maîtres d'armes. Je vois avec eux si je prends un sabre. Je n'oublie pas de vérifier que la veste et le sabre sont bien à ma main (gauche ou droite, ce n'est pas pareil) et que j'ai bien pris un sabre électrique !

J'ajoute bien sûr dans mon sac :

- Mon pantalon, ma sous cuirasse, une paire de baskets, ma paire de chaussettes hautes, mon gant et une bouteille d'eau !

Je ramène tout le matériel emprunté à l'entrainement suivant en ayant demandé à mes parents de **laver la veste mais pas la cuirasse électrique qui est très fragile.**

A la fin de l'année n'oubliez pas de rendre le matériel (lavé) que vous avez loué.

COMMENT CA MARCHE ? : LES COMPETITIONS

Les maîtres d'armes parleront des compétitions à votre enfant . Pour les plus petits, ils leur donneront un papier avec la date et le lieu.

S'INSCRIRE

A l'entrée de la salle d'armes, il y a un tableau sur lequel sont affichés les dates et lieux des compétitions par niveaux avec à côté une feuille jaune. Il y a deux types de compétitions : celles qui sont ouvertes à tous et on note son nom sur la feuille. Celles qui nécessite une qualification : les maîtres d'armes ont noté le prénom, on écrit ok sur la feuille en face de son prénom.

Le club se charge d'inscrire ensuite les sabreurs aux compétitions.

Y ALLER

Des covoiturages sont organisés, parlez-en aux maîtres d'armes soit pour emmener des enfants soit pour faire emmener votre enfant. L'adresse de la compétition est notée sur la convocation, toujours sur la tableau. Vous la retrouverez également sur le site du club.

LE MATERIEL A PRENDRE

Voir page 5 «le matériel» et sa liste de choses à prendre !

IL EST PARTANT ? COMMENT CA SE PASSE ?

- Respectez les horaires de la compétition en arrivant à l'heure ! Sur la feuille de compétition il est noté une heure de début des inscriptions et **une heure de «scratch»**. Etre scratché, c'est ne pas pouvoir faire la compétition parce qu'on est arrivé après l'heure du scratch. Même pour les petits, les organisateurs sont intraitables.

- Le petit sabreur va d'abord être en «pools» il va faire des matchs qui lui permettront de cumuler des points. Plus il met de touches, plus il a de points. Il y aura ensuite un classement puis de nouveaux matchs éliminatoires. Par exemple, s'il perd en 16ème de finale - on parle aussi à l'escrime de tableau de 8- la compétition sera terminée. Mais il se sera fait plaisir avec Meylan Escrime ! D'ailleurs dès les benjamins, il pourra porter les couleurs de son club en faisant des compétitions en équipe, avec les copains. Dans un match en équipe à 3, chaque sabreur tire tour à tour et ses touches sont cumulées à celles de ses camarades.



Vous trouverez sur le site du club <http://meylanescrime.free.fr/> les dates et lieux des compétitions et en début de semaine suivante les résultats !



COMMENT CA MARCHE ? : LES COMPETITIONS VOS QUESTIONS !

Je n'ai pas envie de passer tous mes dimanches dans un gymnase...

Même si votre sabreur, devenu grand, fait beaucoup de compétitions, c'est en moyenne sur l'année une compétition par mois. Moins pour les petits.

Les compétitions, c'est obligatoire ?

La compétition n'est absolument pas obligatoire ! Mais en général, les enfants adorent. Cela permet de s'enrichir au contacts des autres, de varier les partenaires, de travailler l'autonomie et de bien rigoler !

Qu'est ce qu'il va manger mon petit ?

Soyons honnête, une compétition d'escrime, si votre sabreur se débrouille bien, c'est long... Prévoyez son déjeuner du midi (sandwichs, boissons, fruits...). Au cas où, il y a toujours une buvette sur les compétitions... mettez lui quelques sous dans sa poche également.

Je ne peux pas y aller... qui va s'occuper de lui ?

Autre particularité du club, il y a toujours un ou deux maîtres d'armes sur les compétitions. Les autres parents aident aussi ! C'est l'esprit Meylan Escrime, ils ne seront jamais tout seuls. Il faut s'équiper, écouter les appels au micro ("Marissa Breuse, Piste 12") et une fois sur la piste se brancher au matériel électrique. Et ne pas laisser son masque et son sabre au milieu de nulle part une fois qu'on a fini... Les grands donnent aussi un coup de main mais ça vient vite et ça développe l'autonomie !

Combien ça coûte ?

L'inscription coûte 8/10 €. Pour une compétition hors région Rhône-Alpes (ça arrive vite...) le club vous demandera 30€ de participation (déplacements et nuit d'hôtel comprise). Qu'il aille à Paris, Bratislava ou Rio... C'est une particularité du club et... notre plus gros budget annuel !

Il n'a pas fait ses devoirs...

Ils partent parfois tout un weekend surtout à partir du collège. Au club, on est intraitable : les devoirs sont faits AVANT le départ. Là encore, ça développe le sérieux des jeunes ! Ensuite, il n'est pas rare de les voir sortir un cahier dans le minibus pour profiter d'une heure pour réviser encore l'interro de Lundi. Mais réviser pas apprendre.

L'esprit d'équipe ? j'y crois pas trop...

En dehors des compétitions en équipe, l'esprit d'équipe de nos jeunes passent aussi par : l'arbitrage en compétition (des diplômes à passer et de l'argent de poche au passage) ou à la salle pour arbitrer les plus petits, le coup de main sur les événements du club ou la Journée Porte Ouverte. Rester pour encourager les copains qui sont toujours en lice sur les pistes est essentiel. Ils participent même au rangement et au ménage de fin d'année. Si vous ne l'avez jamais vu(e) avec un balai... à Meylan Escrime ça pourra arriver !

LES EVENEMENTS DE MEYLAN ESCRIME

TOUS LES ANS

EUROSABRE

Bientôt 20 ans pour cette compétition qui a lieu chaque année, en octobre ou novembre selon le calendrier de la Confédération Européenne d'Escrime. Cette compétition accueille 300 tireurs, venus d'une quinzaine de nations. Les sabreurs ont entre 15 et 17 ans (cadets), le samedi en individuels et le dimanche en équipe.



CHALLENGE HANDI-VALIDES

La fine fleur de l'escrime handi-sports vient se mesurer aux valides de Meylan tout un weekend en février ou mars. Le match de gala opposant l'Equipe de France handi contre les meylanais vaut le déplacement. Dans une ambiance extraordinaire, touches terribles, cris de guerre et rires complices ponctuent un match en équipe à voir absolument ! Tout le monde en fauteuil, le sport, et seulement le sport et les sportifs, sont à l'honneur.

Afin que les petits vivent ce grand moment, la Coupe du Grésivaudan, compétition locale, est organisée en même temps. Votre petit sabreur recevra donc peut être une médaille du Maire de Meylan... ou du capitaine de l'Equipe de France handi, championne du monde.

A NOTER : tous les escrimeurs des jeux paralympiques de Londres viennent à ce challenge. 3 médailles de bronze, 2 médailles d'argent... les handis ont fait mieux que les valides à Londres !



Si comme nous le manque de médiatisation des Jeux paralympiques de Londres vous a agacé, venez applaudir nos champions dans le club de VOTRE sabreur!

LES EVENEMENTS DE MEYLAN ESCRIME

PARFOIS...

Meylan Escrime se voit confier des compétitions départementales ou régionales. Parfois elle a le grand honneur d'organiser les Championnats de France des plus de 20 ans, l'élite du sabre français, comme en 2012.



TOUJOURS POUR NOS EVENEMENTS NOUS AVONS BESOIN DE VOUS

Sans les bénévoles, nos événements ne pourraient avoir lieu !

Si vous avez un peu de temps même pour une heure pour aider à la buvette, à la boutique, à l'installation de la salle, pour concocter une pizza ou un gâteau... inscrivez-vous à la Salle d'Armes lors de nos appels à nos gentils bénévoles !

Pour Eurosabre, nous demandons aussi aux familles qui le souhaitent d'accueillir un ou deux jeunes pour deux soirs : ils viennent de Roumanie, d'Ukraine, de Russie ou de Hongrie et sont déjà des sportifs de haut niveau. Très vite des liens se tissent entre eux, vous et vos enfants et l'on vous retrouve au bord des pistes à soutenir les escrimeurs qui ont partagé votre petit déjeuner.

Et si l'envie vous vient de vous investir un peu plus dans le club, rejoignez-nous !

Ambiance chaleureuse et détendue assurée.

Copyright ; Meylan Escrime. Textes et maquette : Marino
Photos : Christine Hennebert, Thierry Vervoitte et Lionel Marie. Reproduction même partielle interdite sans autorisation



<http://meylanescrime.free.fr/>

