

Recommandations de sécurité pour les exercices de coupe

Rédacteur : Commission Sécurité de la FFAMHE.

Objet

La pratique des coups de taille et d'estoc sur cibles inertes au moyen de répliques ou d'armes réelles d'époque est un aspect important des AMHE. Ces exercices permettent au pratiquant d'apprécier et de ressentir la dynamique propre de l'arme dont ni le tranchant ni la pointe n'ont été neutralisés et de travailler sa technique et son geste.

La pratique des exercices de coupe implique de fait l'usage d'armes tranchantes et/ou pointues et par conséquent apporte un certain nombre de risques, pour le pratiquant lui-même, mais aussi pour les personnes présentes dans son environnement.

Le présent document propose des recommandations de sécurité visant à couvrir ces risques.

Responsabilité

Les pratiquants d'AMHE s'arment, s'équipent, s'habillent et s'exercent à la taille et à l'estoc sous leur propre responsabilité et à leurs risques et périls.

Les mesures de sécurité proposées par la FFAMHE ne sont destinées qu'à renforcer la sécurité des pratiquants d'AMHE sans pouvoir la garantir et ne peuvent, en conséquence, quelle que soit la manière dont elles sont appliquées, entraîner la responsabilité ni de la FFAMHE, ni des organisateurs de stages d'AMHE, ni des personnes chargées de leur réalisation, ni des auteurs d'un éventuel accident.

Références

Le présent document est accompagné des recommandations de la commission sécurité sur :

- La sécurité de la pratique des AMHE
- la trousse de secours pour la pratique des AMHE

Description d'un exercice de coupe

L'exercice de coupe est effectué sur une cible inerte de nature variable posée sur support stable. Les cibles utilisées sont généralement de bouteilles en matière plastique remplies d'eau ou une masse d'argile de potier humidifiée disposée ou non autour d'un tube de carton. Il existe bien d'autres types de cible selon les exercices, les tests et les démonstrations à effectuer.

Les armes employées sont le plus souvent des épées et des sabres de toutes sortes. L'exercice peut néanmoins être réalisé avec des armes plus courtes (couteaux, poignards) ou des armes d'hast (hache, hallebarde, etc.)

Parmi les personnes présentes lors d'un exercice coupe il faut distinguer les pratiquants, qui s'exercent ou encadrent la pratique, et le public. Dans la suite du document la personne armée qui réalise l'exercice est appelée l'exécutant. Ceux qui attendent leur tour ou préparent cible et matériel sont les observateurs.

La séance commence à partir du moment où les armes employées pour les exercices sont sorties de leur étui. Inversement, la séance s'achève au moment où les armes sont rangées dans leur étui. Les règles de sécurité présentées ici s'appliquent pendant toute la durée de la séance.

Évènements redoutés

Deux types d'évènements sont à redouter dans cette pratique :

- que l'exécutant (celui qui exécute la coupe) se blesse ;
- que l'exécutant blesse une autre personne, instructeur, élève, spectateur ou passant.

L'exécutant peut se blesser pour tout un bon nombre de raisons :

- l'exécutant manque d'expérience, le manque de calme ayant un impact négatif sur la maîtrise de ses mouvements ;
- l'exécutant fait une maladresse ;
- l'exécutant est bousculé lors de l'exercice ou le terrain est glissant ou irrégulier ;
- la cible ne se comporte pas comme prévu (chute du support, bris et projection de la cible).

De même l'exécutant peut blesser une personne autre que lui-même :

- l'arme glisse des mains ou se brise et va heurter une personne à proximité ;
- une personne se trouve sur la trajectoire de l'arme ;
- la cible ou un fragment de cible est projeté sous la force de l'impact et va heurter une personne à proximité.

Compte tenu de la nature des armes employées, coupantes et pointues, les blessures qui résulteraient des accidents seraient des coupures ou des perforations plus ou moins profondes.

Mesures de sécurité

Mesures concernant le matériel et les armes

Il est recommandé à l'exécutant de ne pas porter de bijoux (bagues, colliers, broches, etc.) pendant l'exercice.

Les cheveux longs doivent être attachés.

L'exécutant doit se munir de gants en cuir ou antidérapants. Les poignées (ou manches) des armes employées étant fort différentes, elles peuvent devenir glissantes avec la transpiration des mains qui peut survenir avec la chaleur ou le stress. L'usage de gants permet de garder une prise correcte de l'arme en cas de transpiration.

Il serait souhaitable que l'exécutant et les assistants utilisent des lunettes de protection pour éviter les projections de débris de cible dans les yeux.

Mesures concernant l'environnement

La pratique des exercices coupe doit se faire dans un emplacement dégagé, plat et non glissant, suffisamment éloigné de toute fréquentation, avec assez d'espace pour :

- installer le matériel à utiliser (pose et nettoyage des armes, provisions de cible, etc.) ;
- installer la cible ;
- se mouvoir autour d'elle pour réaliser la coupe,
- disposer d'un couloir de circulation suffisamment écarté de la zone où on « attaque » la cible.

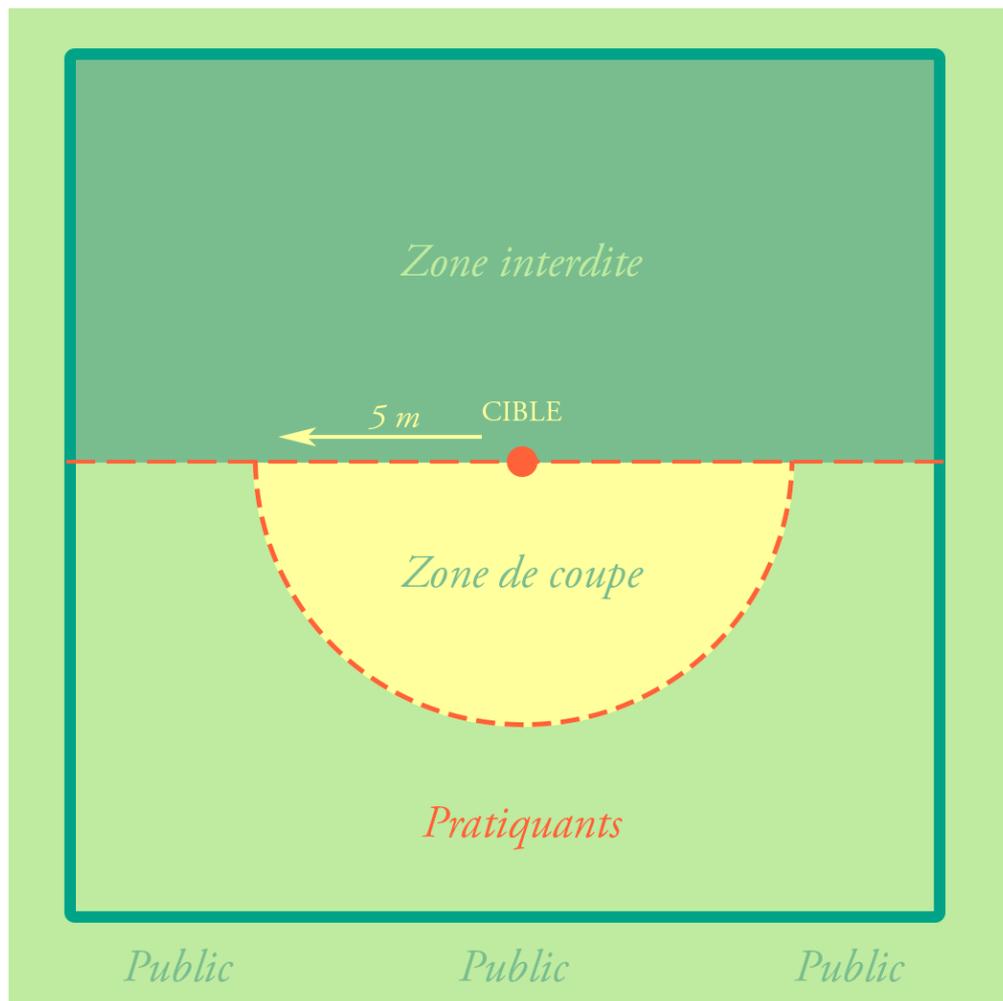
Il arrive parfois que des observateurs, pratiquants attendant leur tour, ou un public extérieur de simples spectateurs s'amassent pour regarder le déroulement de la séance.

- Il faut limiter la circulation des personnes autour de l'atelier coupe et dans tous les cas, au moment d'exécuter le coup, les déplacements des personnes doivent être interdits.
- Les observateurs et spectateurs doivent se placer derrière la personne qui réalise la taille ou l'estocade afin d'éviter qu'ils ne soient touchés par des projections de fragments de cible ou par l'arme elle-même.
- **On ne doit pas rester devant ou à côté de la cible lorsque quelqu'un coupe ou estoque**

L'atelier d'exercice doit être muni d'un espace permettant de recevoir les armes qui seront utilisées. On qualifie cet espace de zone de préparation. Pour disposer les armes on peut utiliser une table stable ou, si ce n'est pas possible, une pièce de toile ou de bâche disposée sur le sol. Les armes y seront posées dessus pour vérification de leur état, nettoyage et entreposage pendant la durée de l'exercice.

Quatre espaces sont donc distingués dans un exercice de coupe :

- la zone interdite ;
- la zone d'exercice, où se trouvent les pratiquants ;
- la zone de préparation (non représentée sur le schéma) ;
- la zone publique.



La **zone interdite** située derrière la cible doit être libre de toute personne lorsque débute la séance. Seul l'exécutant peut être présent dans la **zone d'exercice** au moment de porter le coup à la cible. La **zone de préparation** est réservée aux pratiquants et manipulateurs des armes et cibles employées. Enfin, la **zone publique** est le seul endroit où peut se tenir le public extérieur à l'exercice. La frontière entre la zone publique et les autres zones peut être avantageusement matérialisée par des barrières, des cordes ou des rubans.

Dans la **zone de préparation** (non représentée sur le schéma), les armes doivent être rangées dans leur étui ou, à défaut, tenues en permanence par la poignée avec la pointe vers le sol. La zone de préparation est derrière la zone de coupe et derrière la zone interdite.

Dans la **zone publique**, les armes ne sortent pas nues, elles doivent être rangées dans leur étui.

Dans la **zone d'exercice**, l'exécutant peut tenir l'arme normalement. Dès lors qu'il quitte cette zone, il doit à nouveau tenir l'arme par la poignée avec la pointe dirigée vers le sol. Il est le seul à pouvoir se tenir dans la zone d'exercice, ce qui signifie qu'il positionne lui-même la cible ou la redresse si cette dernière bouge.

Dans la **zone interdite** : personne ne doit s'y tenir pendant la séance de coupe.

Il est recommandé de ne pas courir, ni dans la zone d'exercice, ni dans la zone de préparation.

Mesures relatives au déroulement d'un exercice de coupe

Lors d'une séance d'exercices nous retrouvons les opérations suivantes : préparation des cibles, préparations et vérification de l'état des armes, la frappe de taille ou d'estoc proprement dite, le retrait (et l'inspection) de la cible touchée, le nettoyage et l'inspection de l'arme qui vient de servir.

Il est indispensable de préparer correctement les cibles de manière à ce qu'elles soient stables et qu'elles ne soient pas en mesure d'endommager l'arme même en cas de coupe réussie.

Il est indispensable de vérifier l'état des armes.

Si la lame reste figée dans la cible, seul l'exécutant peut la retirer : la zone d'exercice reste interdite à toute autre personne que lui. Ce dernier doit être prudent en retirant l'arme coincée. Il doit la récupérer sans précipitation ni excès de force. L'exécutant (s'il est droitier) doit se positionner à gauche de l'arme (la lame ne doit jamais se trouver en direction du visage), et tandis qu'il appuie la main gauche sur le support, il peut extraire l'arme à l'aide de la main droite en tirant prudemment dans l'axe.

Mesures concernant les personnes

Une séance d'exercice de coupe ne devrait jamais être réalisée par une personne seule, car entre autres, si la personne se blesse elle se retrouvera seule pour appeler les secours et se prodiguer les premiers soins. Il est donc recommandé de pratiquer les exercices de coupe au moins à deux personnes, un qui exécutera la technique et l'autre qui officiera, c.-à-d. veillera à ce qu'il n'y ait aucun risque dans l'environnement à proximité du lieu de coupe, contrôlera le matériel (double contrôle de l'exécutant et de l'accompagnant), aidera à disposer les cibles. Ce partenaire tient en quelque sorte lieu d'officier sur le lieu de l'exercice et c'est lui qui devrait donner le « feu vert » pour porter le coup si tous éléments de sécurité sont bons ou faire cesser le mouvement dès qu'un élément dangereux fait son apparition.

Lorsqu'un novice pratique l'exercice, il est préférable qu'il soit encadré par une personne plus expérimentée qui lui donnera des directives orales tout en le rassurant. Cette personne plus expérimentée donne les directives depuis la zone de préparation.

L'exécutant doit avoir et conserver un esprit calme et serein et rester maître de ses gestes. Il doit :

- ne pas gesticuler l'arme à la main ;
- en cas d'échec, ne pas redresser la cible, l'arme à la main ;
- ne pas s'énerver en l'absence de réussite ;

Le déplacement dans les zones d'exercice, de préparation et dans la zone interdite lorsque c'est permis se fait avec l'arme pointée vers le bas.

Du point de vue de l'attitude générale, les pratiquants doivent laisser leur ego de côté pendant la séance :

- Il est fortement recommandé d'éviter de mettre en place des concours ou des challenges entre les participants à la séance. Par exemple, couper le plus de fois la cible en un temps chronométré, etc. La coupe doit seulement servir à comprendre comment utiliser l'objet au centre de la pratique des AMHE.
- Celui qui frappe la cible doit prendre son temps sans chercher à montrer qu'il sait déjà faire ou qu'il sait mieux faire que les autres. Le public doit participer à cette ambiance sereine en évitant d'encourager l'exécutant à accélérer ou à en faire trop.

- Il est recommandé à celui qui coupe de ne pas se précipiter et de penser à deux choses lorsqu'il coupe : ne pas se couper au départ du coup ni à son arrivée. Pour cela, il est utile de ne pas tenir l'arme trop près de la tête au début du mouvement et surtout d'avancer la jambe du côté d'où part le coup. Par exemple, si l'on tient l'épée à hauteur de l'épaule droite avec la jambe gauche devant, à la fin du coup, l'exécutant doit se retrouver avec la jambe droite devant. Ce geste simple permet d'éviter que la lame sous l'effet d'un coup porté trop violemment vienne terminer sa course dans le pied gauche de l'exécutant. D'une façon générale, le plan de coupe doit être vide. À cette fin, il est recommandé à ceux qui utilisent des armes à une main de maintenir leur seconde main (la gauche s'ils sont droitiers) dans le dos pendant la durée de la coupe.