

Recommandations de sécurité pour la pratique de la coupe

Rédacteur : Adrien Pommelot, pour la 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 pour le pratiquant qui souhaite apprécier et de ressentir la dynamique propre de l'arme dont ni le tranchant ni la pointe n'ont été neutralisés.

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. 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.

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 peuvent être des bouteilles en matière plastique remplies d'eau, une masse d'argile de potier humidifiée disposée ou non autour d'un tube de carton, des frites de piscines, des tatamis, etc. 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 de 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 la cible et le 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.

Accidents possibles

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 commet une maladresse, pour cause d'inattention, de stress, ou de manque d'expérience ;
- 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

Matériel et 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. L'exécutant doit à minima s'assurer que **ses mains sont propres et sèches** avant la coupe.

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.

Environnement

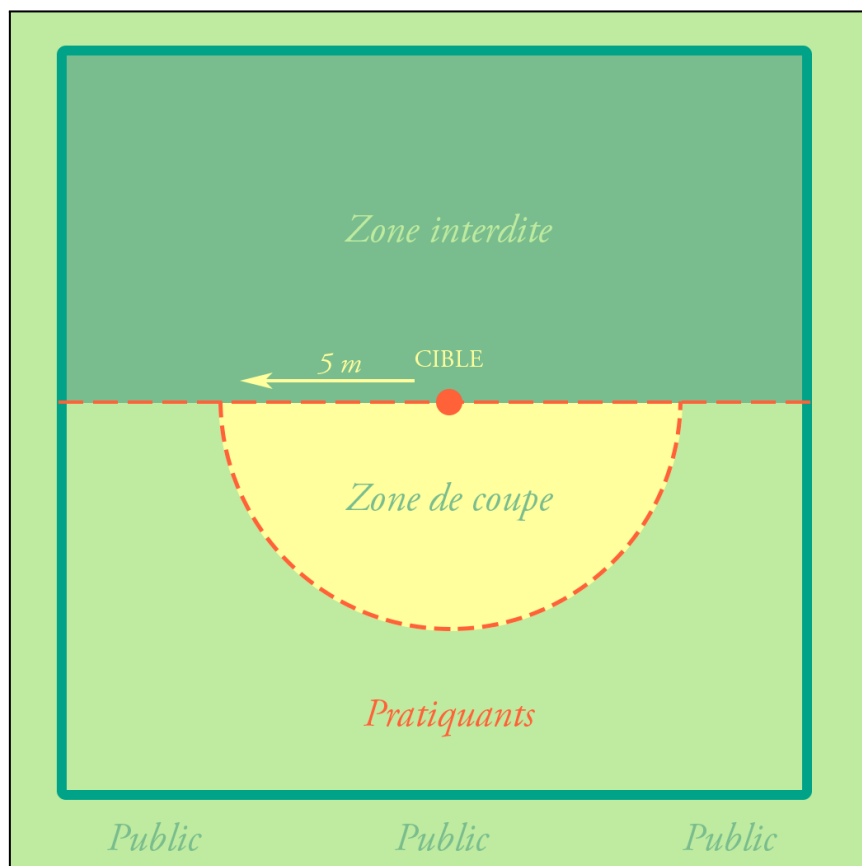
La pratique des exercices coupe doit se faire dans **un emplacement dégagé, plat et non glissant, suffisamment éloigné de toute fréquentation, avec assez d'espace** pour :

- 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 de 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'estoc 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. **Les armes doivent rester hors d'accès du public, mais bien en vue des pratiquants.**



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.

Déroulement d'un exercice de coupe

Il est recommandé de s'échauffer avant toute séance de coupe, en particulier les articulations ; n'utilisez pas d'arme tranchante pendant cet échauffement !

Les différentes étapes d'une séance de coupe sont les 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 préférable que l'exécutant ramasse l'arme seul plutôt que de la récupérer des mains d'une autre personne pour éviter tout risque d'accident lors du transfert.

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.

Le nettoyage de l'arme doit être effectué avec le plus grand soin : un manque d'attention lors de cette étape peut facilement causer une coupure.

Comportement de l'exécutant, des observateurs, et du public

Une séance d'exercice de coupe ne devrait jamais être réalisée par une personne seule : 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 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), et aidera à disposer les cibles. Ce partenaire fait en quelque sorte la police sur le lieu de l'exercice et c'est lui qui devrait donner le « feu vert » pour porter le coup si tous les éléments de sécurité sont bons ou au contraire faire cesser le mouvement si un danger se présente.

Il convient de rappeler à tout pratiquant (novice ou expérimenté) les règles de sécurité et les principes de base de la coupe.

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

- être à tout moment conscient de son environnement ;
- ne pas gesticuler l'arme à la main ;
- en cas d'échec, ne pas redresser la cible, l'arme à la main ;
- garder son calme en toute circonstance ;

Le public doit contribuer à une ambiance sereine en évitant de perturber l'exécutant lors de la coupe.

Rappelons enfin que 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.

Exécution du geste de coupe

L'exécutant doit garder les points suivants en tête :

- rester stable et tenir fermement l'arme ;
- pour ne pas se couper au départ de la frappe, faire attention au placement de l'arme en position de garde et à **sa future trajectoire dans le plan de coupe** ; il faut par exemple éviter de tenir l'arme trop près de sa tête et de ses oreilles ;
- dans le cas d'une arme à une main, garder sa main non-armée dans le dos pendant la durée de la coupe ;

Recommandations de sécurité pour les exercices de coupe

Version 1.4 du 19 juillet 2022

- **faire très attention au placement de sa jambe avant**, qui peut se retrouver sur la trajectoire de la coupe ; il est donc recommandé que les novices se tiennent avec la jambe avant du même côté que la position de départ de l'arme ;
- garder le contrôle de l'arme en fin de frappe et revenir dans une position de garde propre, **sans se laisser emporter par son inertie** au risque de se blesser le bras ou l'épaule ;
- **n'utiliser que des gestes qui sont déjà maîtrisés à l'arme émoussée** ; la coupe n'est pas l'endroit où apprendre de nouvelles techniques.

Si par malheur l'exécutant laisse l'arme lui échapper des mains, par exemple parce qu'elle a rebondi sur la cible, il ne doit surtout pas essayer de la rattraper au vol : la coupure serait alors assurée.

Pour s'assurer de la maîtrise et de la compétence des pratiquants, **il est recommandé de leur faire répéter les gestes à l'épée émoussée au préalable**, et de ne pas les laisser couper tant que les techniques employées ne sont pas correctement maîtrisées.