

LE SABRE EN COMPÉTITION

Le petit guide de survie des parents au bord de la piste !



Chers parents, bienvenue dans le monde trépidant du **sabre** ! C'est l'arme la plus rapide et la plus dynamique de l'escrime. Pour vous éviter de cligner des yeux et de rater le point, voici un condensé simple et ludique pour tout comprendre en un coup d'œil.

1. Le Sabre : Où et comment on touche ?

Au sabre, on peut toucher avec **la pointe, le tranchant et le dos de la lame**. La zone valable est tout le haut du corps, à partir de la ceinture : **le tronc, les bras et le masque**. Si une lumière s'allume, c'est qu'un tireur a touché !

Étape 1 : Les Poules

- Petits groupes de 5 à 7 tireurs.
- Chaque match se joue en **5 touches**.
- **Particularité M11** : Les matchs de poules se jouent en **4 touches**.
- Ces matchs servent à établir un classement pour la suite. Personne n'est éliminé ici !

Étape 2 : Le Tableau Éliminatoire

- Matchs à élimination directe.
- Le premier à **15 touches** gagne.
- **Exceptions par catégorie** :
 - **M11** : Matchs en **8 touches** (pause à 4).
 - **M13 et Vétérans** : Matchs en **10 touches** (pause à 5).
- Une pause de 1 minute coupe le match dès qu'un tireur atteint la moitié des points requis.

2. Le mystère des deux lumières : La "Priorité"

La règle d'or : Qui attaque a raison !

Au sabre, si les deux lumières (verte et rouge) s'allument en même temps, l'arbitre doit attribuer le point. Il applique la **règle de la priorité** : le tireur qui déclenche l'attaque en premier a la priorité. Pour marquer, le défenseur doit d'abord parer l'attaque (faire un bruit de fer : "Parade !") puis contre-attaquer ("Riposte !"). Si les deux foncent l'un sur l'autre sans réfléchir, l'arbitre dit "Attaque simultanée" : aucun point n'est donné.

3. Décoder les gestes de l'arbitre

L'arbitre parle en français (la langue officielle de l'escrime) et utilise ses bras pour raconter l'action. Voici comment le lire :

Mouvement de bras	Ce que cela signifie en clair
Bras tendu vers un tireur	L'attaque vient de ce côté. Ce tireur a la priorité.
Mouvement de va-et-vient avec la main	L'attaque est parée ou a échoué ("Mal paré" / "Touché"). La priorité change de camp.
Les deux mains ouvertes se croisent devant lui	Attaque simultanée. Les deux ont attaqué en même temps. On remet ça, pas de point !
Un bras plié à 90°, l'autre désigne le tireur	Point accordé ! Le bras levé montre le côté qui marque la touche.

Les ordres de départ : L'arbitre dit toujours "En garde ! Prêts ? Allez !". Et quand l'action s'arrête, il crie "Halte !".

Vous voilà prêts à encourager votre champion(ne) ! Bon match à tous !