



LES PARADES D'OPPOSITION

Définition et rappels :

Définition : La **parade** est une action défensive faite avec l'arme pour bloquer l'attaque de l'adversaire et l'empêcher ainsi de toucher une surface valable. Elle est traduite par un mouvement (parade latérale, circulaire, diagonale, demi-circulaire) mais communément appelée par la position de main dans laquelle elle termine ce mouvement. On parle de parade d'**opposition** lorsqu'il s'agit d'un mouvement défensif arrêté (sur un temps) avant d'engager la riposte.

Rappel 1 : Cfr : fiche **1.1.4.** (lignes et positions de main).

Rappel 2 : Lors d'un déplacement de pointe vers le bas (concerne les parades dans les lignes basses), La pointe doit se trouver plus basse que la main. Autrement dit, le **poignet sert de point de rotation** du passage de la ligne haute à la ligne basse.

Rappel 3 : A l'épée, bien que similaires dans leur réalisation, les mouvements de parade ne se limitent pas à la couverture du tronc et nécessitent donc parfois plus d'amplitude.

Rappel 4 : Une fois la parade correctement réalisée, il est nécessaire de sensibiliser l'apprenant à l'importance d'y **ajouter une riposte immédiate**, qu'elle soit directe, indirecte, en opposition ou précédée d'une feinte (voir fiche **1.1.5.**)

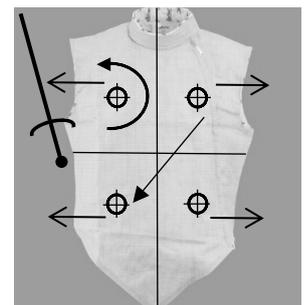
Comment faire ?

L'exécution de la parade adéquate dépend toujours de deux facteurs déterminants au moment de la finalisation de l'attaque adverse :

- La sélection de la **ligne d'attaque**.
- La **position** dans laquelle se trouve la **main** du défenseur.

La manœuvre la plus sécurisée consiste à écarter le fer attaquant avec sa propre lame vers « l'espace » non valable le plus proche.

Les quatre flèches horizontales représentent la direction qu'il est préférable de suivre en déviant la pointe du fer adverse lors d'une attaque. Sortir la pointe de la zone valable le plus rapidement possible minimise le risque de voir l'attaquant poursuivre son attaque et toucher la zone valable, malgré la manœuvre défensive, en faisant glisser (coulé) son fer sur la lame du défenseur.



Exemple 1 :

Sur la finalité d'attaque, si la cible est la ligne « dessous dehors » et que la main du défenseur est en position de quarte, la parade diagonale sera nécessaire pour écarter la pointe.

Exemple 2 :

Sur la finalité d'attaque, si la cible est la ligne « dessus dedans » (proche de la lame) et que la main du défenseur est en position de sixte, la parade circulaire sera la plus appropriée pour écarter la pointe.

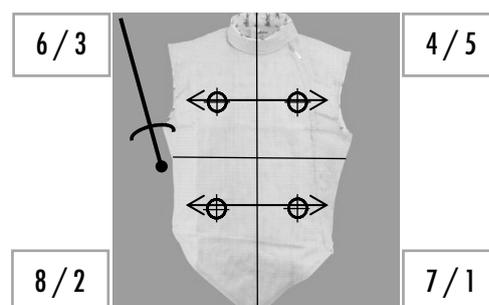


LES PARADES D'OPPOSITION

Les quatre groupes de mouvements de parade :

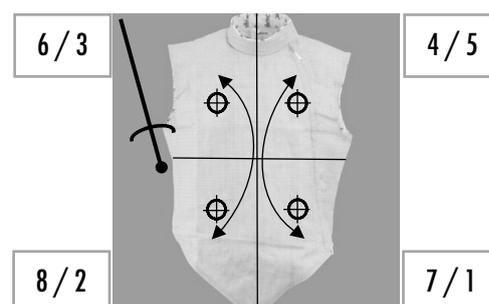
La parade latérale :

- D'une position de Sixte (6) ou Tierce (3), effectuer un mouvement latéral de la main vers l'intérieur en cas d'attaque en « dessus dedans ».
- D'une position de Quarte (4) ou Quinte (5), effectuer un mouvement latéral de la main vers l'extérieur en cas d'attaque au « dessus dehors ».
- D'une position de Octave (8) ou Seconde (2), effectuer un mouvement latéral de la main vers l'intérieur en cas d'attaque en « dessous dedans ».
- D'une position de Septime (7) ou Prime (1), effectuer un mouvement latéral de la main vers l'extérieur en cas d'attaque en « dessous dehors ».



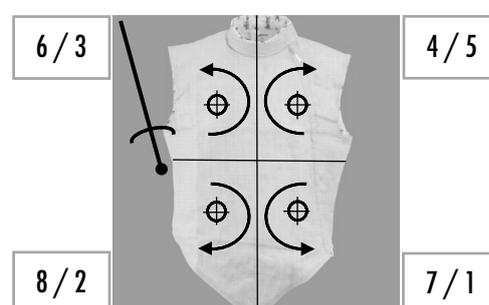
La parade demi-circulaire :

- D'une position de Sixte (6) ou Tierce (3), effectuer un mouvement demi-circulaire de la main vers le bas en cas d'attaque en « dessous dehors ».
- D'une position de Quarte (4) ou Quinte (5), effectuer un mouvement demi-circulaire de la main vers le bas en cas d'attaque en « dessous dedans ».
- D'une position de Octave (8) ou Seconde (2), effectuer un mouvement demi-circulaire de la main vers le haut en cas d'attaque au « dessus dehors ».
- D'une position de Septime (7) ou Prime (1), effectuer un mouvement demi-circulaire de la main vers le haut en cas d'attaque en « dessus dedans ».



La parade circulaire (ou « contre ») :

- D'une position de Sixte (6) ou Tierce (3), effectuer un mouvement circulaire de la main vers le haut en cas d'attaque au « dessus dedans ».
- D'une position de Quarte (4) ou Quinte (5), effectuer un mouvement circulaire de la main vers le haut en cas d'attaque en « dessus dehors ».
- D'une position de Octave (8) ou Seconde (2), effectuer un mouvement circulaire de la main vers le bas en cas d'attaque en « dessous dedans ».
- D'une position de Septime (7) ou Prime (1), effectuer un mouvement circulaire de la main vers le bas en cas d'attaque en « dessous dehors ».

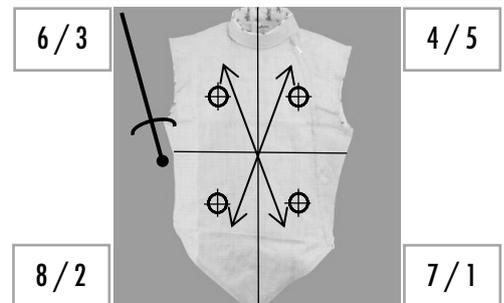




LES PARADES D'OPPOSITION

La parade diagonale :

- D'une position de Sixte (6) ou Tierce (3), effectuer un mouvement diagonal de la main vers le bas en cas d'attaque au « dessous dedans ».
- D'une position de Quarte (4) ou Quinte (5), effectuer un mouvement diagonal de la main vers le bas en cas d'attaque en « dessous dehors ».
- D'une position de Octave (8) ou Seconde (2), effectuer un mouvement diagonal de la main vers le haut en cas d'attaque en « dessus dedans ».
- D'une position de Septime (7) ou Prime (1), effectuer un mouvement diagonal de la main vers le haut en cas d'attaque au « dessus dehors ».



Progressif :

Le tout en se déplaçant :

- Sur base des actions techniques défensives proposées ci-dessus, il est possible d'ajouter la variable de la distance en intégrant les déplacements de base avant et / ou pendant l'exécution du thème technique (marche, retraite et fente). La distance entre les deux partenaires au moment de l'action dépendra des déplacements de l'élève...
- Après quelques déplacements, l'élève devra éventuellement intégrer une marche, une retraite et / ou toucher en se fendant sur sa propre riposte...

Effectuer des parades composées variées : (abordé dans le socle de compétences techniques de l'écusson **vert**).

- **Aux trois armes**, la parade composée est la réponse à donner à une attaque composée...
- Si la feinte d'attaque est correctement réalisée et que le mouvement de parade est trompé, il est nécessaire de combiner un second mouvement de parade (voir ci-dessus) afin de tenter de bloquer l'attaque composée.

Mise en pratique :

- Cibler successivement un minimum de deux lignes (en guise de feinte(s) avant la finale d'attaque), entraînant une composition de plusieurs recherches de fer défensives sur base des quatre groupes de mouvements de parade (voir ci-dessus) ou des compositions de parades au sabre (voir fiche 1.1.4.) :

Exemples :

- Parade latérale (6 vers 4) + parade circulaire (contre de 4) : En réponse à une feinte d'attaque en dessus dedans suivie d'un trompement de parade.
- Parade circulaire (contre de 6) + parade demi-circulaire (6 vers 8) : En réponse à une feinte d'attaque dessus dedans suivie d'un trompement de parade en ciblant la ligne dessous dehors (ou cible avancée : cuisse).
- Au sabre, parade de quinte + parade de seconde : En réponse à une feinte tête suivie d'un trompement de parade en ciblant le flanc.