

Formules pour l'initiation à l'escrime

• **Formule Découverte**

Une séance pour un ou plusieurs groupes.

- Durée : 1 heure par groupe.
- Prêt de l'équipement complet : veste, masque, arme.
- Initiation avec le maître d'armes.

Tarif : 100 \$ / heure

• **Formule Perfectionnement**

Plusieurs séances, soit **2 à 10 séances**, par groupe. Cette formule permet le développement des habilités de bases.

- 1 heure par groupe.
- Prêt de l'équipement complet : veste, masque et arme.
- Initiation avec le maître d'armes.

Tarif : 60 \$ / heure

Les deux formules peuvent être réalisées en semaine, le matin de préférence. Les dates et heures des séances sont à définir avec un représentant de l'école et le maître d'armes.

Le club d'escrime Masque de Fer

- Seul club d'escrime de l'Outaouais
- Plusieurs athlètes de l'équipe nationale
- Club formateur de l'Olympien Maxime Brinck-Croteau (Jeux Olympique de Rio en 2016)

Enseignant

Maître Olivier TYTECA

- Maître d'armes depuis 2007
- Entraîneur en chef du Masque de Fer de Gatineau
- Certification d'entraîneur de niveau 3 et en formation pour le diplôme avancé en entraînement
- Entraîneur de membres de l'Équipe nationale canadienne
- Responsable du programme Sport – Études
- Entraîneur d'athlètes ayant obtenu des titres de champion du Québec et du Canada.

L'ESCRIME

**PROJET
SCOLAIRE**



Informations et contacts

Site Internet : www.masquedefe.ca

Courriel : info@masquedefe.ca

Cellulaire : 819-319-2792

Qu'est-ce que l'escrime ?

L'escrime est une activité duelle dont l'objectif est de toucher sans se faire toucher.

Sa pratique va immédiatement solliciter :

- L'aspect cognitif, car il faut intégrer les règles de sécurité et les conventions de combat qui déterminent les priorités et les surfaces à toucher;
- La motricité, car c'est une gestuelle différente et particulière qui est pratiquée dans l'escrime;
- L'aspect psychologique, car il faut trouver l'équilibre entre l'envie de gagner et le respect de son adversaire;
- L'aspect psychomoteur, car c'est grâce à une coordination très particulière que les règles de priorité s'appliquent.

Historique

D'origine très ancienne, l'escrime a pris son essor à la Renaissance. À cette époque, les duels se multiplient.

En France, l'École Française d'Escrime voit le jour en 1567.

À partir du XVIIe siècle, l'escrime connaît son véritable essor : apparition du fleuret, invention du masque et étude approfondie des positions et mouvements publiés dans nombre d'ouvrages.

C'est sûrement à cette époque qu'il faut placer l'origine de l'escrime moderne.

Depuis la rénovation des Jeux en 1896, l'escrime paraît comme discipline olympique.

Chez les hommes, le fleuret et le sabre ont été introduits dès les premiers Jeux olympiques en 1896, et l'épée en 1900; chez les femmes, le fleuret a été introduit en 1924, l'épée en 1986 et le sabre en 1999.

Armes et surfaces de touches

