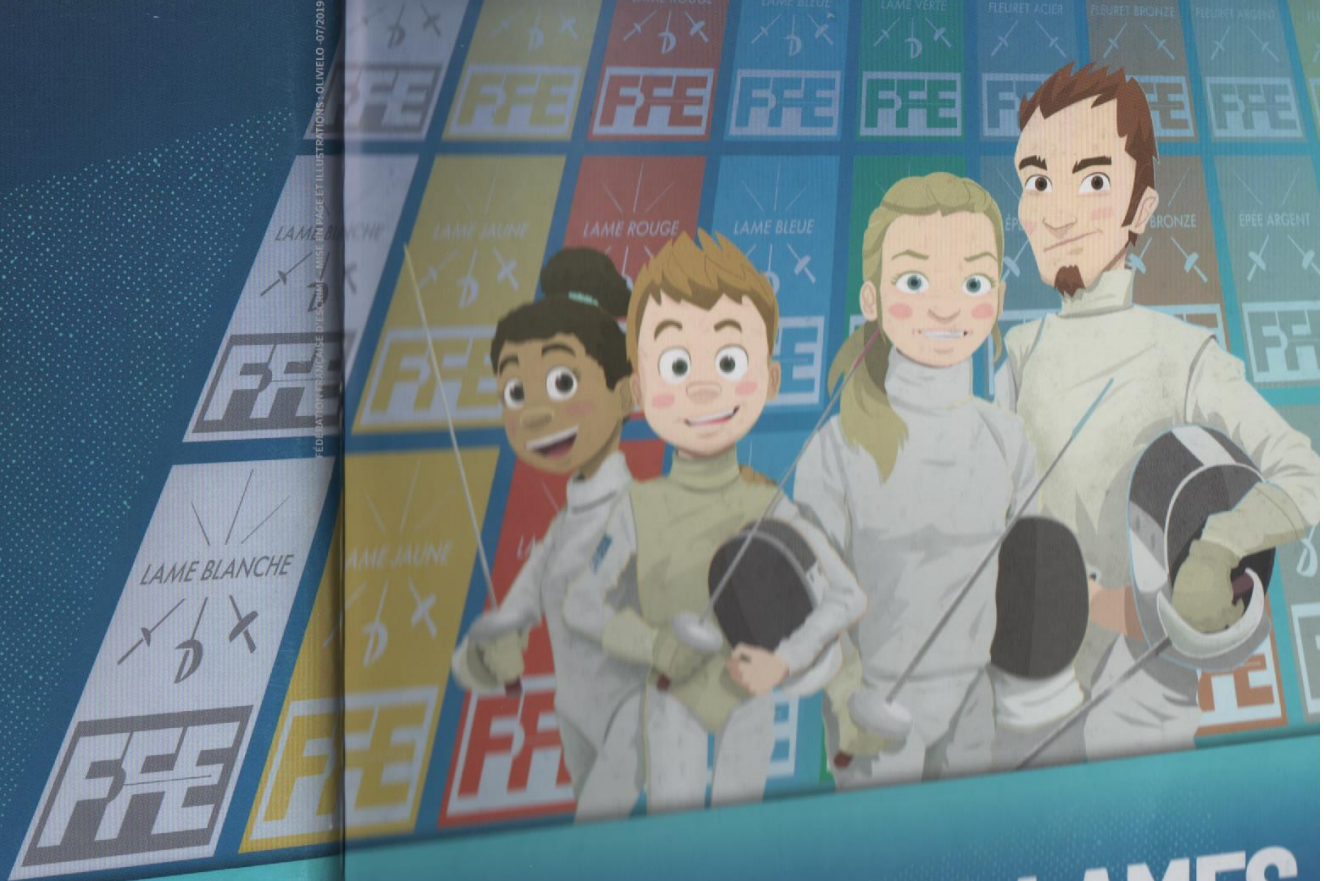
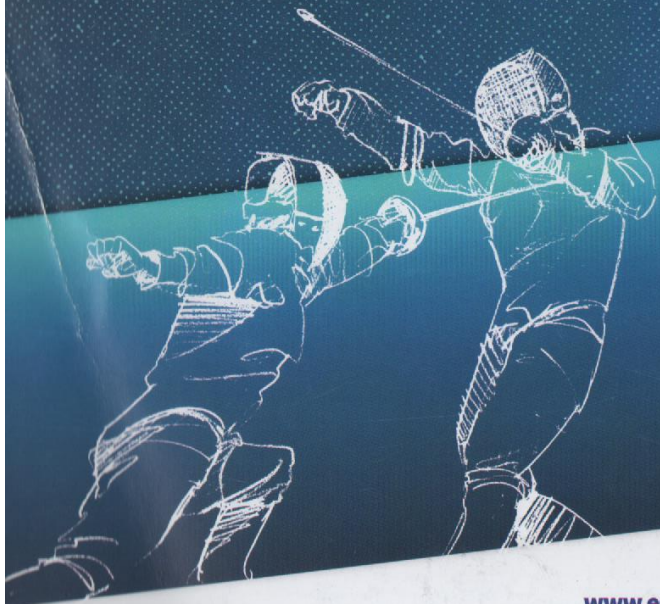


FEDERATION FRANCAISE D'ESCRIME - RESEAU PAGE ET ILLUSTRATIONS - NIVEAU 07/2019



# LE LIVRE DES LAMES — ET DES ARMES —

[www.escrime-ffe.fr](http://www.escrime-ffe.fr)



[www.escrime-ffe.fr](http://www.escrime-ffe.fr)



**POLITESSE**

RESPECT

**ENTRAIDE**

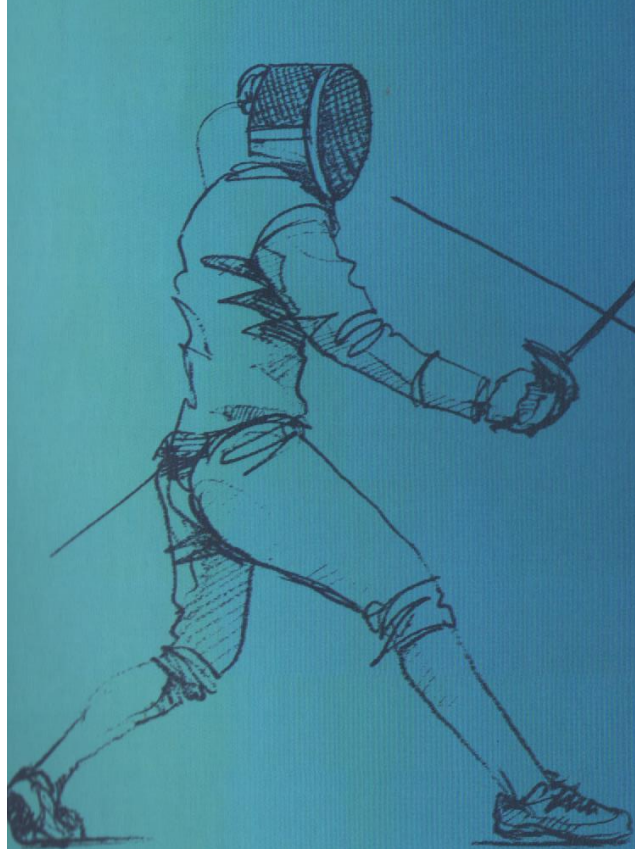
ESPRIT SPORTIF

**PERSÉVÉRANCE**

CONCENTRATION

**MAÎTRISE**

PARTICIPATION



En pratiquant l'escrime, vous allez découvrir une activité passionnante dans laquelle on retrouve de la technique, de la stratégie, un engagement physique, mais aussi des valeurs de partage.

L'escrime est un sport individuel qui ne peut se réaliser qu'avec les autres.

Porteuse de valeurs éducatives et sociales liées au respect de l'adversaire et de l'arbitre, cette discipline permet à chacun, débutant ou confirmé, de pratiquer avec plaisir en loisir et en compétition.

C'est au sein de votre club, grâce à votre maître d'armes, que vous allez devenir un escrimeur.

Pour vous accompagner dans votre progression, la fédération française d'escrime met à votre disposition « les Lames et les Armes ».

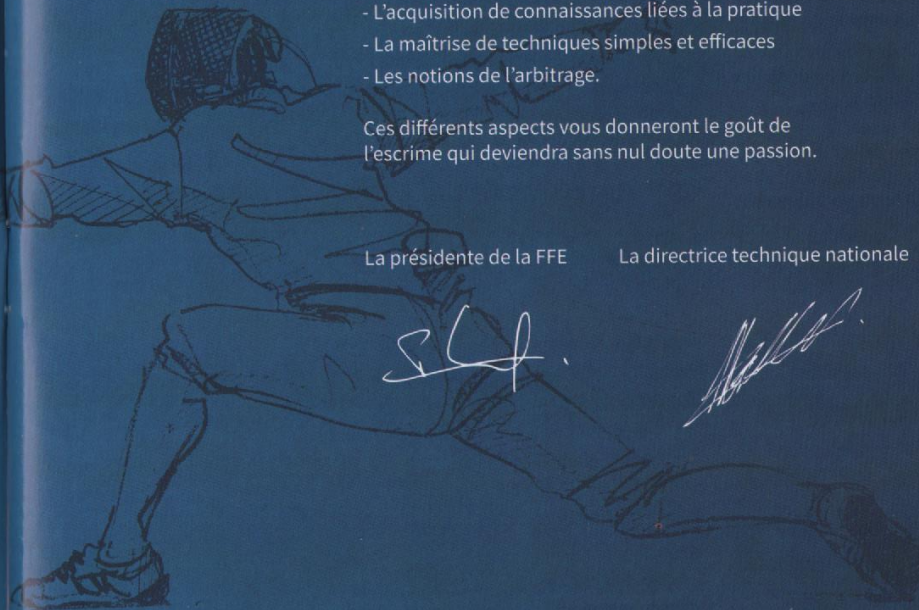
Ce livret va vous guider à travers :

- L'évolution des comportements de l'escrimeur
- L'acquisition de connaissances liées à la pratique
- La maîtrise de techniques simples et efficaces
- Les notions de l'arbitrage.

Ces différents aspects vous donneront le goût de l'escrime qui deviendra sans nul doute une passion.

La présidente de la FFE

La directrice technique nationale



## LIVRET DE PRÉSENTATION DES LAMES ET ARMES

Le dispositif « LAMES et ARMES » est un outil pour l'éducation et la formation des escrimeurs, dans l'esprit de l'école française d'escrime.

Il délivre des informations sur les bonnes pratiques du sport et sur les valeurs de l'escrime.

Il propose un contenu de compétences et de connaissances partagé par l'ensemble des clubs.

Il ne constitue plus un préalable à la compétition.

Les compétences et connaissances acquises peuvent servir de socle à une formation d'arbitre, de cadre ou de dirigeant.

### Organisation

**Un bloc quasi-commun aux trois armes,** divisé en 4 niveaux appelés Lames : Lame Blanche, Lame Jaune, Lame Rouge, Lame Bleue. De la découverte au perfectionnement.

**Un bloc spécialisé par Arme** divisé en 4 niveaux appelés Fleuret, Épée, Sabre, d'acier, de bronze d'argent et d'or. Du perfectionnement à la préformation.

**Chacun de ces 8 niveaux décline son contenu selon 4 rubriques :**

les valeurs et savoir-être, les connaissances et savoirs, les techniques et savoir-faire, l'arbitrage.

**S'y ajoute une Lame Verte qui valide le premier niveau d'arbitre fédéral.**

Le contenu des compétences et connaissances de la lame verte est réparti dans chacune des étapes des Lames et des Armes. À la validation de l'arme d'Acier, l'escrimeur obtient sa lame verte. Il peut aussi, à partir de l'obtention de la lame rouge, demander à acquérir les éléments d'arbitrage complémentaires et obtenir ainsi la lame verte sans être obligé d'obtenir les Armes.

### Utilisation

L'enseignant utilise les Lames et Armes à sa convenance pour structurer ou enrichir son projet et sa démarche en fonction de ses exigences.

Les Lames et Armes sont adaptables à tout public, tout âge, toute forme de pratique de l'escrime sportive.

Les Lames et Armes seront délivrées lorsque le pratiquant aura validé l'ensemble des compétences et connaissances du niveau concerné. L'enseignant pourra les attribuer selon ses propres critères, à son propre rythme, tout au long de la saison.

### Écusson

Un écusson de couleur, symbolisant les lames et les armes sera remis après chaque étape de la progression, par l'enseignant.

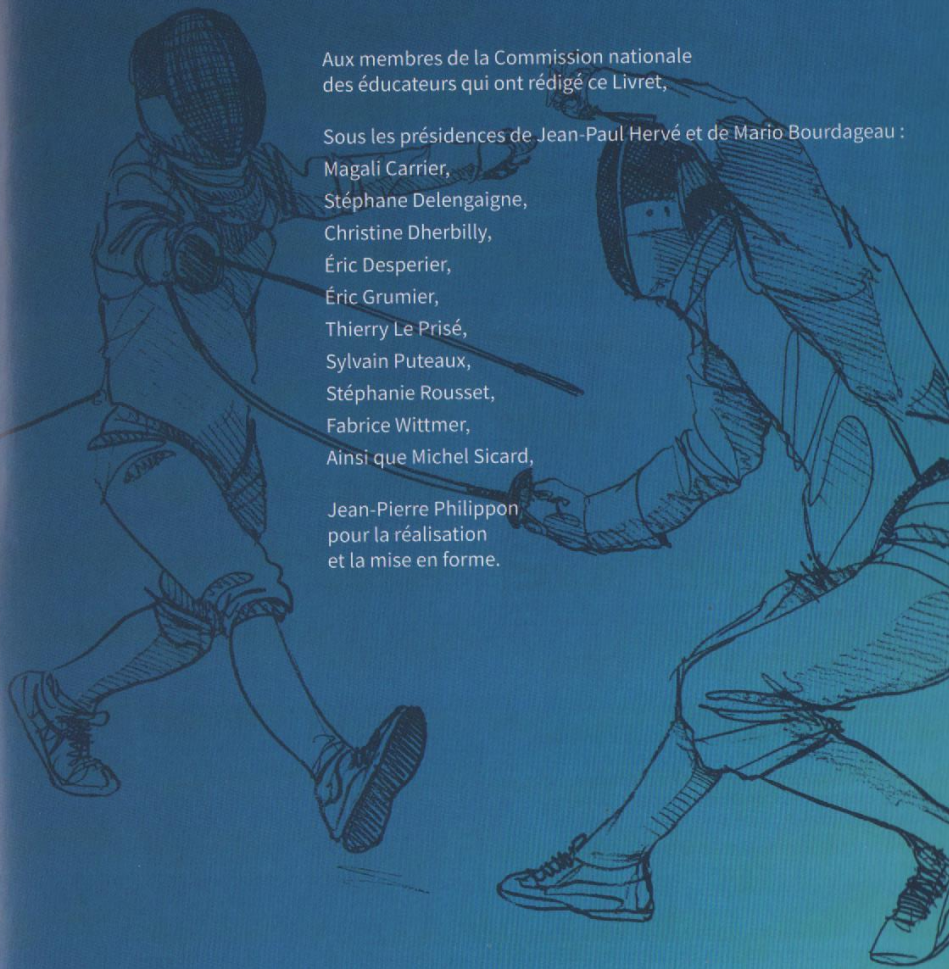
## REMERCIEMENTS

Aux membres de la Commission nationale des éducateurs qui ont rédigé ce Livret,

Sous les présidences de Jean-Paul Hervé et de Mario Bourdageau :

Magali Carrier,  
Stéphane Delengaigne,  
Christine Dherbilly,  
Éric Desperier,  
Éric Grumier,  
Thierry Le Prisé,  
Sylvain Puteaux,  
Stéphanie Rousset,  
Fabrice Wittmer,  
Ainsi que Michel Sicard,

Jean-Pierre Philippon  
pour la réalisation  
et la mise en forme.



# BRAVO ! OBJECTIF ATTEINT !



> COLLER CI-DESSOUS  
LA VIGNETTE DE LA LAME  
OBTENUE POUR VALIDER  
LA PROGRESSION DANS LE LIVRE

 LAME BLANCHE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 LAME JAUNE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 LAME ROUGE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 LAME BLEUE VIGNETTE À COLLER ICI FFE
ENTRÉE EN CLUB : LAME BLANCHE DATE : / /	PREMIÈRE LAME : LAME JAUNE DATE : / /	DEUXIÈME LAME : LAME ROUGE DATE : / /	TROISIÈME LAME : LAME BLEUE DATE : / /

Lors de son arrivée en club, on reçoit la lame blanche. On obtient une nouvelle lame à chaque étape, selon la progression choisie par votre maître d'armes. À partir de la lame bleue, on choisit une arme. Dès lors, l'évolution, dans cette arme, se fait de l'acier vers l'or.

La lame verte représente le premier niveau d'arbitrage fédéral. Les compétences et connaissances de la lame verte sont réparties dans chacune des étapes des Lames et des Armes. À la validation de l'arme d'Acier, l'escrimeur obtient sa lame verte. Il peut aussi, à partir de l'obtention de la lame rouge, demander à acquérir les éléments d'arbitrage complémentaires et obtenir ainsi la lame verte sans être obligé d'obtenir les Armes.

 LAME VERTE FFE
ARBITRAGE : LAME VERTE DATE : / /

CHOIX DE L'ARME :  
**FLEURET**

---

CHOIX DE L'ARME :  
**ÉPÉE**

---

CHOIX DE L'ARME :  
**SABRE**

### FICHE D'IDENTITÉ

Licence n°	
Délivrée le :	
Nom / prénom :	
Adresse :	
Date de naissance :	
Club :	
Maître d'armes :	
Club :	
Maître d'armes :	

PHOTO  
D'IDENTITÉ  
À COLLER  
ICI

SIGNATURE DU PRÉSIDENT OU DU MAÎTRE D'ARMES	SIGNATURE DU TIREUR
---	------------------------

 FLEURET ACIER VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 FLEURET BRONZE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 FLEURET ARGENT VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 FLEURET OR VIGNETTE À COLLER ICI FFE
FLEURET ACIER DATE : / /	FLEURET BRONZE DATE : / /	FLEURET ARGENT DATE : / /	FLEURET OR DATE : / /
 ÉPÉE ACIER VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 ÉPÉE BRONZE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 ÉPÉE ARGENT VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 ÉPÉE OR VIGNETTE À COLLER ICI FFE
ÉPÉE ACIER DATE : / /	ÉPÉE BRONZE DATE : / /	ÉPÉE ARGENT DATE : / /	ÉPÉE OR DATE : / /
 SABRE ACIER VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 SABRE BRONZE VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 SABRE ARGENT VIGNETTE À COLLER ICI FFE	 SABRE OR VIGNETTE À COLLER ICI FFE
SABRE ACIER DATE : / /	SABRE BRONZE DATE : / /	SABRE ARGENT DATE : / /	SABRE OR DATE : / /