



REGLES DE BASE DE SECURITE

Règles à observer pour une pratique en toute sécurité :



1° « Je porte toujours mon masque sur le visage pendant une activité avec une arme ».



2° « J'attends la permission de l'enseignant pour enlever mon masque ».



3° « Je me déplace en marchant et je tiens mon arme pointée en bas ».



4° « Je tiens mon arme pointée vers le bas si mon adversaire ne porte pas son masque sur le visage ».



5° « Je contourne l'endroit où des escrimeurs font un assaut ».



6° « En cas de problème, j'appelle l'enseignant en levant le bras ».



7° « Je contrôle ma force, je ne donne pas de coups violents avec ma lame ».



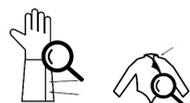
8° « Je ne tourne pas le dos à l'adversaire durant une activité avec une arme ».



9° « Je vérifie si mon arme est sécurisée : présence d'une mouche ou d'une pointe électrique (fleuret ou épée), poignée bien serrée, coquille en bon état ».



10° « Je vérifie si mon arme a une légère courbure vers le bas (fleuret ou épée) ».



11° « J'attache correctement la fermeture velcro de mon gant, de ma / mes veste(s) afin d'éviter qu'une lame n'entre dans la manche ou l'encolure ».

12° « Je m'assure que mon partenaire / adversaire soit, lui-même, en pleine sécurité ».

Images créées par : Eucalyp, Adrien Coquet, Chabib Ali Machbubi, Gatuso, Philipp Petzka et Theresa Stoodley de Noun Project.



REGLES DE BASE DE SECURITE

Arme sécurisée :



- Je vérifie que la lame ne soit pas cassée ou pliée.
- Je vérifie la pointe (électrique ou mouche).



- Je vérifie que la lame ait une courbure régulière vers le bas.
- Une courbure de la lame garantira sa flexion à l'impact et évitera la probabilité de faire mal à son adversaire.



- Epée : 1 cm de flèche (max).
- Fleuret : 1 cm de flèche (max).
- Sabre : 4 cm de flèche (max).

Comment vérifier la sécurité et l'ajustement de mon masque :



JE ME PENCHE EN AVANT ET J'INCLINE LA TETE DE GAUCHE A DROITE. LE MASQUE DOIT RESTER EN PLACE.

Images créées par : Eucalyp, Adrien Coquet, Chabib Ali Machbubi, Gatuso, Philipp Petzka et Theresa Stoodley de Noun Project.