

# Conseils pour débuter l'escrime bolonaise

par Aurélien Calonne - 23/08/2018

<http://nimico.org/bolonais/conseils-debuter-escrime-bolonaise>

Vous avez lu tous [les traités de l'école bolonaise](#), regardé les vidéos en ligne et avez beaucoup envie d'apprendre cette escrime mais ne savez pas par où commencer, alors voici une liste de conseils avec des exercices de base et des éléments clés pour le décodage des traités.

## Les bases

### Gardes, frappes et armements

Apprendre les [gardes](#) et les [frappes](#) avec leurs [différents armements](#) en utilisant des circuits :

- *Coda longa alta* -> ½ volte sur un pas -> *porta di ferro stretta* -> ½ volte sur un pas -> *coda longa alta*
- *Guardia alta* -> *mandritto sgualebrato* sur un pas -> *porta di ferro stretta* -> armement en *sopra braccio* -> *roverso sgualebrato* sur un pas -> *coda longa alta* -> armement en *guardia alta (montante)*
- *Guardia di testa* -> *mandritto sgualebrato* sur un pas -> *porta di ferro stretta* -> armement en *guardia di testa* à gauche -> *roverso sgualebrato* sur un pas -> *coda longa alta* -> armement en *guardia di testa* (½ volte de main)
- *Guardia d'alicorno* -> *mandritto sgualebrato* sur un pas -> *porta di ferro stretta* -> ½ volte en *guardia d'intrare* (façon Marozzo) -> *roverso sgualebrato* sur un pas -> *coda longa alta* -> ½ volte en *guardia d'alicorno*
- *Coda longa larga* -> *falso dritto* + *mandritto sgualebrato* sur un pas -> *porta di ferro larga* -> *falso manco* + *roverso sgualebrato* sur un pas -> *coda longa larga*

On travaille ces frappes en avant, puis en arrière, puis sur le cercle de Marozzo en passant d'une branche à une autre pour s'habituer au décalage et à faire suivre le pied arrière pour changer d'angle, on passe sur la branche à droite avec le *mandritto* et on revient sur la branche de départ avec le *roverso*.

Puis faire ces circuits en inversant les pieds pour former les gardes de *cinghiara porta di ferro* et *coda longa stretta*.

Enfin réaliser ces circuits de pied ferme pour déverrouiller les talons et les hanches.

Quelques notes pour les frappes et gardes :

- Reconnaître les familles de gardes et par quelles frappes elles sont formées : les *Coda longa* \* proviennent du *roverso*, les *porta di ferro* \* proviennent du *mandritto*
- Faire attention à la position des hanches : parallèles à l'adversaire pour les *coda longa*, perpendiculaire pour les *porta di ferro*, de travers pour les *cinghiara*.
- Le bras d'épée est toujours en position tendue en garde, et il en va de même lors des frappes
- Ne pas assumer que les gardes soient des positions canoniques, la position dépend aussi du

contexte

- Ne pas assumer que les gardes soient les mêmes chez tous les auteurs (par ex. *l'intrare* et la *testa* de Dall'Aggochie sont totalement différentes de celles des autres auteurs)
- Utiliser la bocle dans la main gauche pour éviter l'hyper extension du bras d'arme lors d'une frappe : la main doit toujours être protégée par la bocle tout au long de la frappe

## Parade – riposte - couverture

A partir des circuits précédents, il est possible de travailler les parades de base et d'y ajouter une riposte de taille :

- *mandritto* contre *mandritto* et *roverso* contre *roverso*
- parades de *falso* contre n'importe quelle frappe : le *falso* frappe du faible dans le fort et il est nécessaire d'y mettre un mouvement de hanche (ie début du déplacement qui va avec la riposte suivante)

On ajoutera la couverture suite à la riposte, les couvertures les plus communes sont :

- *roverso* suite au *mandritto*
- *falso dritto* suite au *roverso*

## Les estocs

Apprendre les principaux estocs et leurs retours en garde :

- *CLS* -> *punta* (ou *stoccata*) va en *porta di ferro stretta*,
- *PDFS* -> *punta roversa* va en *coda longa stretta*,
- *Alicorno* -> *imbroccata* va en *porta di ferro*,
- *Intrare* -> *imbroccata roversa* va en *coda longa stretta*

On pourra intégrer ces estocs comme attaque dans le circuit précédent sur le jeu de parade - riposte.

## Les formes

Travailler les 2 enchainements de gardes de Dall'Aggochie et éventuellement celui de Marozzo dans le livre 2. Puis suivant l'arme choisie, travailler les assauts ou pièces concernées.

## Quelques notes pour le décodage

Les indications de cibles dans les sources ne signifient pas tout le temps que la frappe doive toucher cette cible, cela permet aussi de reconnaître l'angle de la frappe à effectuer.

Dans les pièces, la première attaque est souvent une « provocation » afin de faire réagir l'ennemi et n'est donc pas à distance de pouvoir toucher l'adversaire, la frappe qui touche et qui est en distance arrive par la suite.

## Les types de jeu

Connaitre les différents type de jeu :

- [jeu large](#)
- jeu rapproché :
  - à vrai-tranchant contre vrai-tranchant
  - à faux-tranchant contre faux-tranchant
- lutte et prises (estrettes).

Les assauts chez Marozzo et Manciolino permettent de travailler un type de jeu donné ou le passage de l'un à l'autre.

## Les temps

Reconnaître les temps d'attaque de Dall'Aggocchie que l'on peut appliquer à toutes les pièces :

1. Une fois la parade réalisée
2. Une fois que la frappe adverse nous a dépassée
3. Dans l'armement de la frappe adverse
4. Dans le changement de garde
5. Lors de l'avancé du pied avant

Le temps principalement utilisé par Marozzo est l'attaque dans la montée ou descente en garde de l'adversaire, ainsi une partie des pièces ne fonctionnent qu'avec ce postulat qui implique donc que l'adversaire sera surpris et va parer « large » notre première frappe et ne pourra pas ainsi faire de parade/riposte ou de contre-temps.

## Les provocations

Reconnaître les différentes provocations, celles-ci ont pour but de se créer un temps pour pouvoir attaquer l'ennemi en sécurité :

Pour faire attaquer l'adversaire : « faire sortir l'ennemi » :

- Serrer la mesure : limites du terrain et la perte de son honneur quand on recule
- Donner une ouverture : tombée en garde large, montée ou descente en garde, découvrir une zone avec une arme secondaire, mal placer sa pointe, appel de la jambe
- Harcèlement de la main d'arme : faire déclencher une attaque « simple » à l'adversaire ou un changement de garde

Pour attaquer l'adversaire :

- Battement d'épée avec les deux tranchants
  - Feinte : nécessite un conditionnement
  - Prendre le fer pour aller au jeu rapproché
  - Embellissements pour faire changer l'adversaire de garde
-