

LES 9 « À FAIRE » EN COMBAT

Inspiré du « Manuel of the bando discipline » Ba Than (Gyi) – National Bando Association, 1946

Savoir « ce qu'il faut faire » et « ce qu'il ne faut pas faire » pour réussir en combat sont des connaissances indispensables à tout combattant.

Quelle que soit la forme du combat *light-contact*, *semi-contact* (point-fighting), *plein-contact*, en lutte, en boxe, en combat libre... le combattant doit avoir une approche réfléchie et méthodique.. Ci-dessous les neuf comportements à adopter en toute circonstance.

1^{er} principe : avoir une garde permettant la mobilité et l'utilisation de toutes les armes

Utiliser la garde de combat qui vous permet de garantir votre mobilité et l'utilisation de toutes vos armes, en attaque et en défense. Faire face à votre adversaire avec toutes vos armes, vous pouvez en avoir besoin. – fig.1



1

Quelle attitude adopter par rapport aux stratégies adverses ?

2^{ème} principe : utiliser l'attaque la plus puissante sur la plus faible défense adverse

Utiliser votre plus puissante attaque contre la plus faible défense de votre adversaire, vous avez des chances que votre adversaire ne puisse pas s'en relever – fig.2

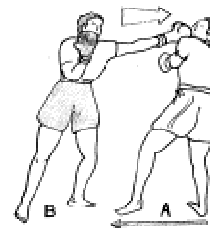


2

[B] porte un coup retombant difficile à bloquer

3^{ème} principe : utiliser le geste d'attaque le plus rapide sur attaque longue, et le geste le plus puissant à courte distance

Utiliser votre mouvement le plus rapide sur une attaque à grande distance et le plus puissant sur une attaque proche – fig.3



3

[B] porte un direct du bras avant, arme rapide

4^{ème} principe : utiliser des feintes

Utiliser toutes vos feintes pour gêner votre adversaire, et créer des ouvertures pour une attaque définitive – fig.4

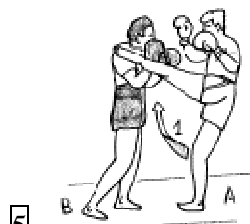


4

[B] a simulé une attaque en jambe pour placer un réel coup de coude

5^{ème} principe : utiliser le geste défensif le plus puissant

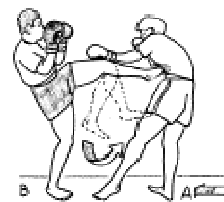
Utiliser votre mouvement défensif le plus puissant pour stopper l'attaque. L'adversaire hésitera avant de refaire le même mouvement. – fig.5



[B] bloque le coup de pied en coupant la distance, en mettant [A] en déséquilibre

6^{ème} principe : utiliser les techniques permettant de se regrouper facilement

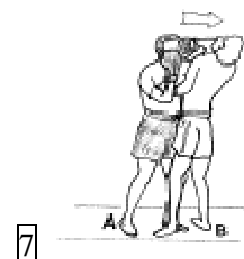
Utiliser les techniques d'attaque et de défense qui vous permettent de vous regrouper rapidement – fig.6



[B] porte un coup de pied lui permettant de se regrouper immédiatement offrant le moins d'ouverture

7^{ème} principe : une arme qui attaque doit pouvoir également bloquer

Chaque main qui frappe doit pouvoir devenir une main qui bloque. Chaque pied qui frappe doit pouvoir devenir un pied qui bloque – fig.7



[A] porte un coup en utilisant la translation vers l'avant

8^{ème} principe : attaquer avec vitesse et stratégie, sans faire appel

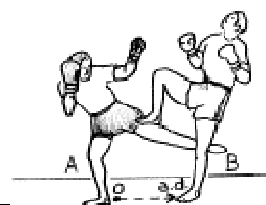
Chaque attaque doit être portée avec une grande vitesse, sans appel et avec beaucoup de style (de stratégie) – fig.8



[A] porte un coup de pied à trajectoire courte masqué par le travail de poings

9^{ème} principe : continuer l'offensive quand l'adversaire est en déséquilibre ou en difficulté

Utiliser une attaque continue quand votre adversaire est en déséquilibre, étourdi ou blessé. Il faut vaincre de façon nette et sans équivoque – fig.9



[A] sur un déséquilibre de [B], porte un coup de pied sur la jambe d'appui

Texte et illustrations - Alain DELMAS, 2005