

COMPÉTENCES PRINCIPALES DE JEU

ORGANISATION GÉNÉRALE &
SECTEUR CONTRE-OFFENSIF

- **Assurer une organisation corporelle** permettant d'être constamment en sécurité et efficace (cela défensivement et offensivement)
- **Adapter son propre comportement à celui de l'adversaire** en matière de défense et de neutralisation des futures actions adverses permettant des contre-attaques efficaces (optimisation des comportements).

SECTEUR OFFENSIF : MANŒUVRES,
EXPLOITATION ADVERSE & ANTICIPATION

- **Imposer un état corporel et mental** à l'adversaire dans le but de prendre l'ascendant à partir de manœuvres offensives et contre-offensives (faire émerger des situations favorables à partir d'une production d'activité offensive, de techniques de déstabilisation et de manipulation)
- **Exploiter les situations favorables adverses** compte tenu des caractéristiques, du style et des actions adverses (utiliser les opportunités : faiblesses et autres avantages – notion de « profit »).

SECTEUR PHYSIQUE & MENTAL

- **Mobiliser et agencer ses propres ressources physiques et mentales** compte tenu du comportement adverse (caractéristiques, style et actions adverses)