

CONDUIRE & MAÎTRISER UN AFFRONTLEMENT INDIVIDUEL : PRINCIPES DE CONDUITE EN COMBAT POUR ÊTRE EN SÉCURITÉ & EFFICACE		
PRINCIPES D'ATTITUDE & GESTION	PRINCIPES DE CONTRE-OFFENSIVE	PRINCIPES D'ATTAQUE
<p>SÉCURITÉ ET DISPONIBILITÉ (SE PRÉMUNIR, ÊTRE DISPONIBLE & S'ADAPTER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -CONTRÔLER L'OPPOSANT EN PERMANENCE -AVOIR UNE GARDE PERMETTANT LA MOBILITÉ ET L'UTILISATION DE TOUTES FORMES DE CORPS (ARMES) -UTILISER LES TECHNIQUES PERMETTANT DE SE REGROUPER FACILEMENT (C.A.D. UN RETOUR RAPIDE EN PROTECTION) -NE PAS SE LAISSER DECONCENTRER (DISTRAIRE) ET MONTRER SES SENTIMENTS -NE JAMAIS : TOURNER LE DOS A L'OPPOSANT, SE SURESTIMER ET SOUS-ESTIMER L'ADVERSAIRE, MONTRER SES POINTS FAIBLES, LAISSER UNE OPPORTUNITÉ A L'ADVERSAIRE 	<p>SÉCURITÉ ET DISPONIBILITÉ (SE PRÉMUNIR, ÊTRE DISPONIBLE & S'ADAPTER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -SE PROTÉGER ET ÊTRE PRÊT PHYSIQUEMENT AU COMBAT -S'ÉCARTER DE L'AXE DIRECT D'ATTAQUE & SORTIR DU SECTEUR D'ACTION ADVERSE (RAYON D'ACTION) -SE GARANTIR CONTRE LES ACTIONS PRÉVISIBLES - NEUTRALISATION : EMPECHER L'OPPOSANT D'AGIR À SA GUISE (ANTI-CIPATION) 	<p>SÉCURITÉ ET DISPONIBILITÉ (SE PRÉMUNIR, ÊTRE DISPONIBLE & S'ADAPTER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -UNE ACTION ATTAQUE (FORME DE CORPS, ARME) DOIT POUVOIR ÉGALEMENT DÉFENDRE -NE PAS ATTAQUER QUAND ON EST SÛR QUE L'ADVERSAIRE VA DÉFENDRE -NE PAS UTILISER EN PERMANENCE LES MEMES ATTAQUES
<p>MANŒUVRER (MANIPULER, DÉCOURAGER, EXPLOITER, ÉPUISER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -MANIPULER L'ADVERSAIRE ET L'AMENER VERS MES PROPRES POINTS FORTS -DÉCOURAGER L'OPPOSANT LE PLUS VITE POSSIBLE DANS SON INTENTION D'ATTAQUE (HARCELEMENT PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE) -METTRE L'OPPOSANT SUR LES TALONS ET UTILISER IMMÉDIATEMENT L'OPPORTUNITÉ -TENTER D'ÉPUISER L'ADVERSAIRE OU LE LAISSER S'ÉPUISER LUI-MÊME 	<p>MANŒUVRER (NEUTRALISER : PERTURBER, GÊNER, CONTROLER, MANIPULER...)</p> <ul style="list-style-type: none"> -UTILISER LE GESTE DEFENSIF LE PLUS PUISSANT OU LE PLUS PERTURBANT POUR L'ADVERSAIRE -ANTICIPER ET EMPÊCHER LE DÉVELOPPEMENT DES ACTIONS ADVERSES -CONTRÔLER L'ADVERSAIRE DE LOIN ET DE PRÈS -INVITER : TÉLÉCOMMANDER DES OFFENSIVES ADVERSES AFIN DE LES EXPLOITER 	<p>MANŒUVRER (PRENDRE DE VITESSE, SURPRENDRE, DÉSINFORMER, FRAGILISER, MANIPULER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -CHERCHER À SURPRENDRE L'ADVERSAIRE. DÉTOURNER L'ATTENTION ADVERSE. CHERCHER À PRENDRE DE VITESSE L'OPPOSANT. ATTAQUER AVEC VITESSE ET STRATÉGIE SANS FAIRE APPEL -CHERCHER À CRÉER DE L'INCERTITUDE (VARIER & INNOVER : RÉALISER DES ATTAQUES INHABITUELLES OU DE SA PROPRE COMPOSITION) -UTILISER L'ATTAQUE LA PLUS PUISSANTE SUR LA PLUS FAIBLE DÉFENSE ADVERSE. UTILISER LE GESTE D'ATTAQUE LE PLUS RAPIDE SUR ATTAQUE LONGUE, ET LE GESTE LE PLUS PUISSANT A COURTE DISTANCE -ACTIVITÉS DE PERCUSSION: FRAGILISER LA PÉRIPHÉRIE AVANT D'ATTAQUER AU CENTRE
<p>S'ADAPTER & EXPLOITER (OBSERVER, ANALYSER, DÉCIDER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -PRENDRE DES INFORMATION SUR L'OPPOSANT (OPPORTUNITÉS : RELEVÉ SES POINTS FORTS & FAIBLESSES) -ADAPTER SES PROPRES RESSOURCES À L'ACTIVITÉ ADVERSE ET UTILISER L'ACTIVITÉ ADVERSE À SON AVANTAGE (OPPORTUNITÉS : SES ACTIONS, SON STYLE ET SES CARACTÉRISTIQUES) -CONTINUER L'OFFENSIVE SANS TARDER QUAND L'ADVERSAIRE EST EN DÉSEQUILIBRE OU EN DIFFICULTÉ 	<p>S'ADAPTER & EXPLOITER (OBSERVER, ANALYSER, DÉCIDER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -UTILISER L'OFFENSIVE ADVERSE À SON AVANTAGE 	<p>S'ADAPTER & EXPLOITER (OBSERVER, ANALYSER, DÉCIDER)</p> <ul style="list-style-type: none"> -NE JAMAIS LAISSER PASSER L'OCCASION D'UNE OPPORTUNITÉ -FAIRE ÉMERGER DES COMPORTEMENTS À EXPLOITER
<p>S'ÉCONOMISER & GÉRER SES EFFORTS</p> <p>ÉCONOMISER SES EFFORTS LORSQU'ILS NE SONT PAS NÉCESSAIRES ET LES RÉPARTIR POUR ÉVITER D'ÊTRE ÉPUISÉ AVANT LA FIN</p>		