

PRATIQUÉE EN LOISIR DANS UNE ASSOCIATION PARISIENNE

Découvrir la canne de combat

L'Association sportive de canne d'arme (Asca) rend accessible à tous une discipline où la recherche du geste juste épouse le bien-être physique.

Qui pousse un lundi soir la porte de la salle du deuxième étage du gymnase de la Cour des Lions, dans le onzième arrondissement de Paris, risque de tomber sur ce curieux spectacle : d'un côté, une quinzaine de personnes d'âge divers effectuent des moulinsets avec un bâton dont la longueur et le diamètre font penser à un manche à balai ; de l'autre, une vingtaine de duellistes tiennent comme une épée une canne qui, par comparaison, tiendrait plutôt de la baguette. Bienvenue à l'un des entraînements hebdomadaires de l'Asca, Association sportive de canne d'arme, principalement dédiée à une discipline issue du code vestimentaire et des pratiques d'autodéfense de la bonne société urbaine du XIX^e du siècle, mais qui initie également ses adhérents les plus expérimentés à l'art du bâton, d'extraction plus populaire et campagnarde.

C'est dans les années 1970 que Maurice Sarry, excellent tireur de boxe française, réhabilita l'art de la canne de combat en codifiant une discipline que l'évolution de la mode masculine et l'essor de l'escrime sportive avaient rendue désuète. Créée il y a trente ans, l'Asca en est l'héritière. Il y a une dizaine d'années, l'association a ensuite quitté le giron de la fédération de savate, boxe française et disciplines associées. « Nous étions en délicatesse avec ses options de l'époque, très orientées vers la compétition et la pratique d'élite, alors que l'Asca se voulait avant tout loisir. D'où notre décision d'arrêter complètement la com-

pétition et de rejoindre l'Ufolep, dont l'approche épousait la nôtre » explique Frédéric Morin. Titulaire d'un brevet d'État de la discipline, à 45 ans cet agent commercial à temps partiel consacre l'essentiel de son temps libre à l'animation du club qu'il préside depuis 14 ans.

MIXTE ET INTERGÉNÉRATIONNEL

L'Asca compte bon an mal an une centaine de licenciés dont le renouvellement passe par le forum des sports de l'arrondissement, le bouche-à-oreille ou son site Internet, particulièrement complet (1). Du coup, certains accourent même de banlieue pour s'initier à une pratique encore peu diffusée (2) ! Et si l'on vient par curiosité, on reste pour l'ambiance. La discipline propre à tout art martial s'accompagne ici d'une bonne humeur contagieuse et, surtout, d'une grande solidarité entre néophytes et pratiquants plus chevronnés. Certes, certains créneaux sont dévolus à une approche loisir où le maniement de la canne est précédé d'exercices de musculation et d'étirements, tandis que d'autres, dédiés au perfectionnement, réunissent principalement des habitués appréciant de pouvoir se mesurer lors d'assauts jugés. Mais la séparation est poreuse et, quel que soit le cours, les plus rodés jouent les pédagogues auprès des débutants.

C'est cet esprit qui permet de faire cohabiter durant une même séance des gamins d'une dizaine d'années, des

UNE TIGE DE CHÂTAIGNIER DE 95 CENTIMÈTRES DE LONG

La canne d'arme, escrime à la canne ou canne de combat est l'un des rares sports de combat français. Quant à l'objet lui-même, il s'agit d'une tige de châtaigner de 95 cm de long et d'un diamètre de 1,5 cm pour la pointe de la canne et 1,8 cm pour le talon. Dans sa



forme de compétition, les deux « tireurs » s'affrontent lors d'assauts de deux fois trois minutes au maximum durant lesquels ils doivent marquer le plus de points. L'assaut se déroule dans un cercle de 9 m de diamètre et les déplacements jouent un rôle très important.

Il n'existe que six coups qui doivent être :

- armés (main derrière la ligne des épaules) et exécutés avec un développement complet du bras ;
- donnés avec le quart supérieur de la canne ;
- dirigés sur l'une des trois surfaces de frappe (tête, flanc

et tibia, les combattants étant protégés par un masque et des protège-tibias).

Les différents coups sont enchaînés et permettent de créer de nombreuses combinaisons (voltes, changement de garde, alternance des surfaces de frappe). Historiquement, cannes et

bâtons étaient présents dans les salles d'armes. L'Asca propose pour sa part une approche ludique de la canne et de ses variantes : double canne, canne artistique, canne fouet et canne-ball (avec un ballon).

Quant au bâton français, il est pratiqué avec un morceau de bois plus grand et plus lourd (1,4 m et environ 500 g) qui doit être saisi à deux mains. En bâton, il n'existe pas d'assaut à proprement parler, mais plutôt des « échanges ». En effet, même avec des protections, ce sport reste relativement dangereux. ●



adultes jeunes ou dans la force de l'âge et des seniors. Un brassage propice à la transmission qui n'est pas pour déplaire à Jean-Pierre Bouchard, 67 ans et ancien instituteur. «Ayant découvert la discipline dans le cadre d'un stage animé par les professeurs de la Ville de Paris, je l'ai adaptée et introduite dans mon école», explique celui qui fut aussi conseiller pédagogique EPS et délégué départemental Usep. Il fit ainsi de la canne une activité pratiquée à la fois le mercredi en Usep, lors des «ateliers bleus» qui préfiguraient à Paris les «nouvelles activités périscolaires» d'aujourd'hui, et même sur un créneau réunissant parents et enfants! «Comme jeu d'opposition, pour les enfants la canne est particulièrement intéressante en tant qu'outil intermédiaire et pour l'appréhension de l'espace, insiste-t-il. J'aime aussi l'idée que, de Vidocq aux Brigades du Tigre, la canne appartient à notre patrimoine! Enfin, à titre personnel, l'ancien judoka que je suis ne peut plus fréquenter les tatamis: trop de chocs, d'impacts. Mais la canne, je peux continuer!»

UN BREVET FÉDÉRAL UFOLEP

Venue de l'escrime, Faustine, 24 ans, trouve pour sa part dans la canne une pratique «plus dynamique», et offrant «plus de liberté»: «La canne de combat est moins linéaire que l'escrime» résume-t-elle. En début d'année, elle a entraîné dans son sillage ses amis Thomas et Fred, déjà conquis: «Si on veut, on peut simplement s'entraîner, sans combattre. Ce qui n'empêche pas de s'intéresser à la technique.»

L'explosive Jennifer, elle, a découvert la canne et l'Asca à 12 ans, après avoir essayé le karaté et la capoeira. Elle accroche aussitôt et, six ans plus tard, la jeune étudiante – en double cursus droit-philosophie à la Sorbonne – épaula régulièrement Frédéric Morin dans l'animation des séances. «C'est le système du club, explique-t-elle: tous les adhérents, à partir du moment où ils atteignent un certain niveau, donnent aux autres en fonction de leurs compétences.» L'an passé, avec cinq autres anciens, Jennifer a même obtenu le brevet fédéral Ufolep élaboré avec le service formation de l'Ufolep nationale.

Le vœu le plus cher du président de l'Asca est d'ailleurs que, forte de ces contenus de formation, l'approche loisir de la canne de combat puisse essaimer dans d'autres associations ou d'autres comités, comme discipline principale voire comme activité pratiquée en complément d'autres jeux d'oppositions ou sports de combats. Avis aux intéressés: ils sont les bienvenus, chaque lundi soir, au deuxième étage du gymnase de la Cour des Lions, Paris XI^e. ●

PHILIPPE BRENOT

Tout en étant très attachée à la technique propre à la canne de combat, l'association animée par Frédéric Morin (bâton en main) propose une approche loisir, mixte et inter-générationnelle de l'activité.

(1) www.batoncanne.com: ce site, dont sont tirées les informations ci-contre, propose aussi des vidéos et des articles de presse.

(2) La canne de combat réunit 2500 licenciés (sur 50 000) à la Fédération française de savate, boxe française et disciplines associées. En Ufolep, la pratique ne fait pas l'objet d'un code activité mais fédère, dans une approche compétitive distincte de celle de l'Asca, des adeptes à La Réunion (une centaine de licenciés dans quatre clubs) et au sein de diverses associations à Angers, Tours, Gap, Toulouse, Lyon ou Figeac. Les clubs de Tours et Montpellier ont successivement organisé en 2013 et 2014 les deux premiers rassemblements nationaux dédiés à cette discipline. Le prochain le sera à Toulouse les 10 et 11 mai 2015.