


Guide Pratique

CANNE DE RUE

TECHNIQUES DE BASE

Pascal TOURNIER

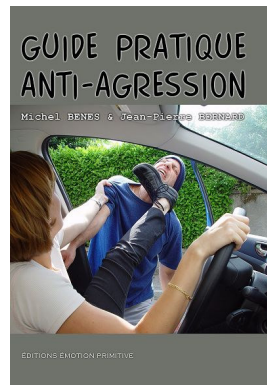
2006

Un livre 

Photos :
Michel BENES, Patrick BOCHET,
Marc-Alexandre & Pascal TOUNIER

Déjà paru dans la même collection « Guide Pratique »

Guide pratique anti-agression
M. Benes – J.-P. Bernard – 2002-2006
ISBN 2-914123-89-2



Toutes reproductions ou adaptations d'un extrait quelconque de ce livre par quelque procédé que ce soit et notamment par photocopie sont interdites sans autorisation écrite des éditions émotion primitive, 11 rue du pont noir 38120 Saint Egrève, France.

REMERCIEMENTS

La rédaction d'un tel ouvrage est le fruit de plusieurs années de travail avec le concours de plusieurs personnes que je tiens à remercier. Non pas parce qu'il est de bon ton de le faire, mais bien parce que je tiens à les associer au résultat de ce travail et leur montrer ma reconnaissance dans leur accompagnement. La participation des uns ou des autres n'est pas de même nature, mais elle a toujours eu une importance dans le déroulement de la réalisation de cet ouvrage. Merci donc,

à Robert PATUREL qui a été l'élément déclencheur, quand au cours d'une discussion il m'a dit « c'est dommage qu'en dehors de la pratique sportive de la canne il n'y ait pas une méthode applicable à la self-défense ». C'est ainsi que me disant « pourquoi pas moi », j'ai débuté en cherchant des techniques utilisables avec la canne dans ce but.

à Patrick BOCHET, qui par son pragmatisme et son sens du combat m'a aidé à éliminer les techniques trop compliquées ou dont l'efficacité n'était pas prouvée. Je tiens à souligner sa pugnacité pour avoir accepté sans jamais se décourager les multiples coups de canne que l'on a pu s'administrer lors des tests de ces différentes techniques.

à Michel BENES pour sa disponibilité, qui chaque fois que nécessaire est venu pour assurer les séances photos.

à Eric QUEQUET grâce auquel les techniques sont enseignées dans le cadre de l'Académie des Arts de Combat (ADAC), qu'il a fondée. Il a su jauger et apprécier la méthode, tout en m'incitant à persévérer dans ma démarche. Si la méthode est amenée à se développer c'est bien grâce à lui et tous les formateurs de l'ADAC qui la prodiguent et m'aident à l'améliorer.

à Agnès enfin, pour sa patience lors des longues heures nocturnes durant lesquels j'ai écrit cet ouvrage.

PREFACES

de Robert PATUREL

J'ai rencontré Pascal pour la première fois il y a que quelques années, il assistait à l'un de mes cours en "bâton défense", lors d'un stage d'été de l'ADAC. Je lui avais fait part de mes regrets concernant la pratique de la canne, pas assez évolutive à mon goût. En effet, je trouvais regrettable que cette méthode ait perdu de vue ses possibilités en self défense pour devenir exclusivement une pratique sportive. Je trouvais notamment dommage de ne pas travailler la défense contre plusieurs adversaires ou contre les armes blanches, tout en utilisant également les mouvements de percussions, poings, pieds, coude, genoux, tête.

La canne a toujours été liée à notre bonne vieille savate et elle est quasiment indissociable de celle-ci lors d'une confrontation réelle. Je m'étais moi-même fortement inspiré de toutes les techniques de bâton existantes dans le monde entier pour créer ma méthode. Je me suis vite rendu compte que mes propos n'étaient pas tombés dans l'oreille d'un sourd.

Pascal s'est mis au travail immédiatement et j'ai pu suivre régulièrement son cheminement. Je sais qu'il s'est régalé en créant cet ouvrage, bravo donc à ce nouveau "bébé" et à son géniteur. Sa méthode, fortement inspirée des techniques anciennes est néanmoins moderne, pragmatique, simple et donc efficace. Elle a le mérite d'étoffer les autres méthodes de l'ADAC que sont la "lutte de rue" et la "boxe de rue". Si tout le monde ne se promène pas avec une canne, rappelons que tout le monde peut aisément se procurer un parapluie, l'avoir sur soi et que dans ce cas la méthode de Pascal TOURNIER est applicable.

Robert

d'Eric QUETQUET

La canne est un objet que je trouve fascinant. Elle est utile, élégante, et en plus peut servir à vous défendre dans des circonstances qui, à mains nues seraient critiques.

Elle offre un grand nombre de possibilités et l'emploi de la crosse est un avantage indéniable. Il y a longtemps que j'envisageais de travailler sur ce sujet mais la providence a mis sur mon chemin un homme convivial et sympathique qui est également passionné par ce sujet. C'est autour d'une bonne table après un entraînement que je lui ai proposé de nous rejoindre et de travailler sur le concept d'un emploi pragmatique de la Canne en self défense.

Je dois dire que le travail est à la hauteur de mes attentes et je m'amuse terriblement à utiliser la canne selon son enseignement. J'espère que vous aurez le même plaisir... et merci à Pascal.

Eric

AVERTISSEMENT

Cet ouvrage a pour but de faire connaître une méthode d'utilisation d'une canne coudée, appelée « Canne de rue » (appellation enregistrée à l'INPI), dans le cadre d'une approche de self-défense.

Avant de commencer la lecture, puis de tester les techniques il est important d'intégrer un certain nombre de notions. N'oubliez pas que la canne coudée sous ses aspects inoffensifs et anodins peut se transformer en une arme redoutable. Il convient donc d'être très prudent lorsqu'on l'utilise en self-défense, tant à l'entraînement qu'en situation réelle.

Durant l'entraînement face à un partenaire, il est nécessaire de rester très concentré et attentif pendant l'apprentissage des techniques. Les coups sur les doigts ou le corps peuvent être traumatisants même à faible puissance et ils arrivent très vite. L'entraînement demande donc maîtrise et vigilance. Il en va de même lors d'une utilisation en situation réelle. Sans décrire complètement les règles de la légitime défense que chacun doit connaître, en voici une notion : « Lorsqu'une personne subit une atteinte injustifiée, actuelle et réelle, elle ou une autre personne peut accomplir un acte de défense nécessaire, simultané et proportionné ».

Le dernier point est important lorsque l'on dispose d'une canne. Utilisée comme une arme, la puissance des coups nécessite beaucoup de mesure pour respecter ce principe de proportionnalité. Conscient de l'arme employée, soyez vigilant et mesuré lorsque vous pratiquez « la Canne de rue ».

Dans tous les cas je décline toute responsabilité dans le cadre d'une utilisation inadaptée de la « Canne de rue »

SOMMAIRE

REMERCIEMENTS	3
PREFACES	5
AVERTISSEMENT	9
SOMMAIRE	11
UN PEU D'HISTOIRE	13
LES PRINCIPES	14
TERMINOLOGIE.....	17
LES TECHNIQUES.....	19
Les gardes.....	21
Les frappes	27
Les parades.....	55
MISE EN APPLICATION.....	67
Organisation défensive contre pieds-poings.....	69
Organisation défensive contre pieds.....	72
Organisation défensive contre bouteille massue	76
Organisation défensive contre tesson de bouteille	79
Organisation défensive contre une attaque à la batte	83
Organisation défensive lors d'une agression près de la voiture	86
Organisation défensive contre saisie arrière.....	91
Organisation défensive contre saisie au col à deux mains	94
Organisation défensive contre saisie au col	97
Organisation défensive contre saisie de canne	100
Organisation défensive couché.....	102
Organisation défensive contre couteau.....	105
Organisation défensive assise.....	109
CONCLUSION	113

