

# Mouvements imposés. Compétitions de Chorégraphie

## Saison 2023-2024

Toute prestation (Duel, Bataille, Ensemble) présentée lors d'une compétition officielle doit inclure tout ou partie de ces mouvements imposés.

- 3 parmi les 6 pour un duel ;
- Les 6 pour Bataille et Ensemble.

Chaque participant à la performance doit réaliser au minimum 1 des mouvements imposés, excepté pour la catégorie Ensemble, si le nombre de participants est au-delà de 6.

### **Mouvements « Avancés » :**

- Double Inquartata

*« Esquive/parade prise en sortant de la ligne et en positionnant son corps à 90° par rapport à l'adversaire (réel ou supposé). Elle sera effectuée d'abord d'un côté, puis de l'autre en enchaînant par un passage de l'arme soit en couronné, soit en halo »*

Seront particulièrement observés :

- La netteté des sorties de ligne (corps à 90° par rapport à l'adversaire réel ou supposé)
- La fluidité entre les deux latéralisations
- Le passage du sabre entre les deux latéralisations
- L'équilibre général
- La posture (dos droit)

- Feuille Morte

*« Saut rotatif à 360° précédant une attaque de bas en haut (écharpe d'honneur, attaque zone 1, etc.). Se différencie d'une volte sautée par l'inclinaison de l'axe de rotation, avec une lame basse en début de mouvement qui sort de la rotation en position haute »*

Seront particulièrement observés :

- L'équilibre général
- L'inclinaison de l'axe de rotation de l'arme
- La précision de la frappe

### **Mouvements « Complexes » :**

- Éruption Solaire

*« Parade de front à une main au niveau de la tête en avançant. La jambe arrière passe derrière et on s'agenouille pratiquement, en frappant de bas en haut, bras tendu vers le ciel à 45°. Le corps est pratiquement orienté dos à la frappe. La tête, la lame, le bras tendu et les épaules sont dans l'axe de coupe. »*

Seront particulièrement observés :

- Posture à 180° par rapport à l'adversaire
  - Précision de la touche
  - L'équilibre général
  - La posture générale
- Désarmement

*« Technique visant à arracher son arme à l'adversaire. Ici, l'attaquant doit conserver la maîtrise de l'arme subtilisée qui doit donc être tenue en main en permanence »*

Seront particulièrement observés :

- Crédibilité
- Celui qui désarme doit garder le sabre récupéré en main

## **Mouvements « Simples » :**

- Nuée de Lames

*« Retrait du buste (le poids passe donc sur la jambe arrière) sans bouger les jambes. En même temps parade zone 1 circulaire avec la Chromosphère (zone centrale de la lame) qui passe devant le visage et le buste. »*

Seront particulièrement observés :

- Cambrure du dos
- Trajectoire de la lame
- L'équilibre général

- Saut Croissant de Lune

*« Saut en extension talons fesses. Le dos se cambre et les bras vont (légèrement) en arrière. C'est notamment le saut qui donne de la puissance pour les attaques sautées/plongeantes. »*

Seront particulièrement observés :

- Équilibre (en particulier à la réception)
- Cambrure
- Précision de la frappe