



La savate bâton défense



La Savate Bâton Défense est une forme de pratique dont le but est de permettre l'apprentissage des techniques visant à développer une compétence d'auto-défense.

Le partenaire d'entraînement prépare l'élève en Savate Bâton Défense à se confronter à une agression proche de la réalité ; celle-ci pouvant être éloignée de la situation d'entraînement et de la progression technique apprise en salle.

Certes les techniques sont indispensables pour intégrer les fondamentaux biomécaniques mis en jeu entre l'attaque et l'organisation défensive. Elles permettent de faire les premiers pas et de progresser dans la connaissance de la gestuelle permettant de répondre à une attaque en saisie ou en percussion.

La Savate Bâton Défense nécessite de savoir s'organiser au mieux face à une agression. Cette organisation reste toujours défensive, c'est-à-dire s'inscrit obligatoirement dans le cadre de la légitime défense. Ainsi, la Savate Bâton Défense se doit de faire travailler le discernement dans la riposte, étant entendu que cette riposte doit être toujours proportionnée à l'attaque. En conséquence il est nécessaire de créer un espace de travail proche de la situation réelle d'agression.