



*« Fort, tranquille, utile et libre »  
« Savat'plair »  
« Seul, on va plus vite; ensemble, on va plus loin »*

### LA SAVATE BATÔN DEFENSE

Au milieu du 18<sup>e</sup> siècle, existait en France une redoutable méthode de défense appelée **Savate**. Née dans la rue, elle comprenait tous les coups possibles pour mettre un adversaire hors d'état de nuire : percussions avec toutes les parties du corps, mais aussi des saisies, clés, étranglements, projections et immobilisations, ainsi que l'utilisation de la canne ou du bâton, ce qui la rendait terriblement efficace. Sa mutation en sport de combat, la Boxe Française (B.F.) en 1830, a conduit à écarter toutes les techniques risquant de nuire à l'intégrité des pratiquants.

En 1994, le comité directeur fédéral décide de relancer une discipline dont l'objectif principal, en plus d'une pratique sportive, serait l'**autodéfense**. Pour ce faire, il fut créé une Commission Nationale de Savate composée de chercheurs ayant un haut niveau en B.F. et maîtrisant parfaitement les techniques de défense.

Cette commission, après des années de recherche, a mis au point cette méthode appelée **Savate Défense**, puis **Savate Bâton Défense**, mais qui n'est ni plus ni moins que la « **Savate** » de nos anciens, le mot « **Défense** » étant destiné à intéresser un public plus éclectique.

L'entraînement vise à **développer les capacités réactionnelles du pratiquant face à une agression**. Différents aspects seront abordés :

- La condition physique.
- L'apprentissage technique.
- L'aspect psychologique.
- La sécurité des pratiquants.
- La légitime défense.

### LES CONDITIONS DE PRATIQUE

- L'âge minimum est **de 16 ans**.
- La Savate peut être pratiquée sur n'importe quelle surface.
- La tenue (le bourgeron) est composée :

**D'une veste en toile ou d'un T-shirt, d'un pantalon noir, de gants doigts libres et de chaussures de Boxe Française.**

### LES PROTECTIONS :

**Coquille et protège-tibias sont obligatoires**

### L'ENSEIGNEMENT QUE VOUS RECEVREZ PORTERA SUR :

- Les bases de la Boxe Française.
- Un entraînement approfondi en Savate Défense.
- Des techniques spécifiques à la protection personnelle et d'autrui.
- Le cadre légal d'utilisation.

## LES ENTRAINEMENTS ONT LIEU :

**LUNDI de 19h30 à 21h30 : Maison des Sports, CTOSMA, pointe de la Vierge, FDF**  
**MARDI de 19h à 21h au Club Nautique de Schœlcher.**  
**JEUDI de 19h à 21h au Club Nautique de Schœlcher.**

GANTS, COQUILLE ET PROTEGE-TIBIAS OBLIGATOIRES

## **REGLEMENT INTERIEUR DU CLUB :**



## ***MADININA SAVATE DEFENSE (MSD)***

***LES COULEURS DU CLUB SONT ROUGE ET NOIR***

1. L'objectif du club « MSD » est la pratique et la promotion de la Savate Défense
2. Aucune différenciation à caractère discriminatoire ne sera tolérée (**art. 1 des statuts**)
3. L'adhésion au club implique tolérance, respect des règles, respect des autres, ainsi que du règlement intérieur du club.
4. La licence est obligatoire.
5. Les pratiquants doivent se procurer la tenue dès lors qu'ils sont certains de continuer la pratique (veste ou T-shirt rouge et pantalon noir + équipements)
6. La tenue doit être **propre** et en bon état, et est obligatoire pour les examens et stages.
7. Le port de chaussures non conformes est interdit sur le tapis.
8. Le port de bijoux est interdit pendant la pratique, par mesures de sécurité.
9. Les pratiquants portant des lunettes sont invités à porter des lentilles de contact.
10. **La coquille, les gants, les chaussures et les protège-tibias sont obligatoires.**
11. Les pratiquants s'engagent à respecter les consignes de sécurité données par le professeur. **Vous ne devez pas reproduire chez vous ce que vous faites à la salle !**
12. **La cotisation annuelle est payable à l'inscription en début de saison ;** voir modalités sur la grille des tarifs votée et adoptée lors de l'AG du 30 juin 2009.
13. **Les tarifs ne sont pas négociables, et sont valables, que vous preniez un ou trois cours par semaine ; et les forfaits non cumulables.**
14. **Il n'y a pas de remboursement en cas d'arrêt en cours d'année.**
15. Tout mois commencé est dû, la cotisation mensuelle est payable en début de mois.
16. **Le non paiement des cotisations est un motif de radiation du club (art.2 des statuts).**
17. Les pratiquants doivent impérativement laisser leurs coordonnées au secrétariat.
18. **Un comportement incorrect (antisportif ou immoral) peut être motif de radiation. (art.2 des statuts).**
19. Le certificat médical est obligatoire et doit être présenté en début de saison ; **le club décline toutes responsabilités en cas de pratique sans certificat médical.**
20. **L'utilisation et la consommation de produits dopants ou illicites sont des motifs graves de radiation.**

LES COURS SONT DISPENSES PAR DES MONITEURS et un INSTRUCTEUR B.E et D.E