

LES AMHE/AMHC est la section ARMES ANCIENNES de la
FÉDÉRATION MIX FIGHTING SYSTEM FRANCE

**ARTS MARTIAUX & SPORTS DE COMBAT ANCIENS ET
MODERNES**

La section AMHE / AMHC propose l'étude et la pratique des
armes anciennes

Epée Médiévale (1 main, 1 main ½ et bâtarde) XI au XVII
siècle dans le respect des mercenaires charnière des armées de
l'époque.

Rapières et Fleurets Renaissance et Grand Siècle
Cannes, Bâtons et Fléaux.

D'autres armes seront étudiées : dagues (main gauche) bôcles et
armes d'host.

Dans le respect des écrits, manuscrits et traités des XIV, XV, XVI,
XVII, XVIII, XIXème siècles.

Vous pourrez créer votre costume en fonction de l'époque de
référence. Des représentations seront organisées dans l'avenir.

Venez retrouver le plaisir de guerroyer

Sous réserve d'expérience nous sommes prêt à étudier des
propositions sur la pratique d'armes anciennes (gladiateur,
viking....)

Pour tous renseignements :

+33 (0) 6 60 47 28 88 : VAILLANT Georges (Maître d'Armes Condottiere)
Instructeur Fédéral armes anciennes, archerie et arbalète

Email :

g.vaillant83@gmail.com

fnmfspresidente@gmail.com

fnmfsecretariat@gmail.com

Des stages sont proposés en cours d'année

Découvrez notre section :
Arts Martiaux Historiques Européens.
Armes Médiévales Historiques de combat

Médiévaliste

La Renaissance



**Sur proposition de club ou association nous pouvons
intégrer des périodes historiques étendues :**
**Vikings, croisés, templiers. Les armées présentes hors de
l'Europe peuvent intégrer les AMHE/AMHC. Un dossier
précis en préliminaire est demandé pour évaluer la
recherche historique sur la pratique armée proposée**

Médiévalistes

La Renaissance

La section propose un travail sportif et artistique. Nous pouvons participer et organiser des spectacles en tant qu'association. La section travaille essentiellement à partir de manuels, des travaux commentés par d'autres groupes, et surtout avec beaucoup de sens pratique. L'aspect reconstitution historique n'est pas notre priorité, nous nous ouvrons à la compétition. Mais avant nous essayons d'abord de maîtriser nos armes (placement, techniques, travail sur les réflexes) et de faire du sport. Le niveau technique peut être soutenu, mais le travail vise avant tout à maîtriser ses gestes afin que chacun puisse ensuite aller plus loin par lui-même.

Le travail d'initiation et de perfectionnement se fait sur polypropylène, avant de passer au métal (à l'appréciation des instructeurs pour des questions de sécurité). Les toutes premières initiations pourront s'effectuer avec des armes officielles cannes et bâtons français auto défense.

Protections légères : casque avec grille, gants renforcés et pour le libre plastrons et protections jambes et bras. Les pratiquants possédant armures et compétences doivent être validés par l'instructeur. Alors nous mettons en place entraînement et combat en armures complètes.

L'entraînement comprend un cours complet et progressif sur l'année à l'épée et autres armes et un cours généraliste regroupant les ateliers Auto défense armes, fléaux, cannes, bâtons et épées AMHE/AMHC. La séance 1 h 30 à 2 h comprend un échauffement (20 minutes), un cours technique (55 minutes), des échanges libres au nylon ou à l'acier pour les plus expérimentés (15 minutes). Nous privilégions d'abord la sécurité: pas de tête brûlée chez nous.

Le matériel acier correspond à la période du XII au XVII e siècle.

MOYEN-AGE, RENAISSANCE, GRAND SIECLE

Pour chacune de ces périodes les pratiquants peuvent constituer une tenue de combat personnelle dans un respect de l'esprit historique .



Chaque Association organise et structure ses cours en fonction des créneaux de salle et en fonction des périodes historiques .Les pratiquants s'orienteront sur les armes de leur choix avec validation de l'instructeur.

Quelques bases vestimentaires pour les pratiquants souhaitant se spécialiser sur des époques précises





Quelques costumes pour les pratiquants souhaitant se spécialiser sur des époques précises pour des démonstrations costumées



Des réalisations à moindre coûts par le choix de nos fournisseurs privilégiés

ARMES de la SECTION

EPEE MEDIEVALE

Métal

Polypropylène



RAPIERES

Métal

FLEURET

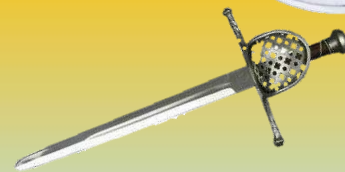
Métal



Bocle



Dague (main gauche)



ARCS et ARBALETES de la SECTION AMHE/AMHC



ARCS médiévaux 25 et 50 livres



Arbalètes médiévales françaises XIV et XVème siècles jusqu'à 170 livres
Arbalètes Italiennes d'initiation XIV et XVème siècles 50 à 80 livres

La puissance d'un arc est donnée en **livres (Lbs)**, elle correspond à la poussée que reçoit la flèche lors du lâcher de corde : **1Lbs = 450 grammes**. Suivant le type d'arc utilisé, elle varie, le plus souvent, de 10 à 30 Lbs.

Plus un arc est puissant, plus il permet à vos flèches d'aller vite vers la cible et d'être plus précis sur de grandes distances. Cependant, il nécessite de posséder une grande force physique pour le manipuler. On conseillera donc un arc puissant à des tireurs expérimentés. Si vous débutez dans le tir à l'arc, choisissez une puissance plutôt faible afin de pouvoir corriger vos erreurs et d'éviter de vous fatiguer trop rapidement. Vos flèches seront moins rapides et iront moins loin, mais la puissance de votre arc vous permettra d'apprendre à ajuster vos tirs et d'acquérir une bonne technique.

Une fois le geste maîtrisé, si vous le souhaitez, vous pourrez ensuite choisir une puissance supérieure.

Ces valeurs sont données à titre indicatives, et ne sont en aucun cas des obligations, chaque archer tire la puissance que sa force lui permet, et ce sur une séance moyenne de deux heures. Il ne sert donc à rien de tirer une puissance trop importante si l'on est incapable de le faire sur de longues périodes.



ARCS et ARBALETES de la SECTION AMHE/AMHC



En intégrant la section arcs et arbalètes cela vous permet de pratiquer d'une façon différente l'arc et l'arbalète médiévale.

Les cibles reprennent les exercices médiévaux, tirs sur des quintaines,

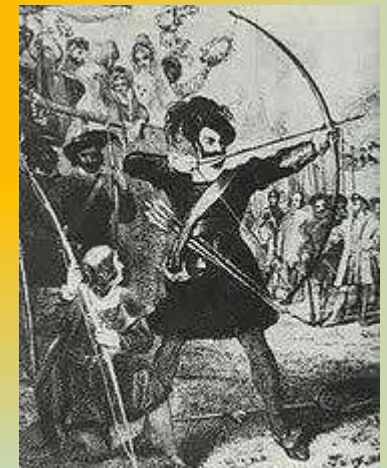
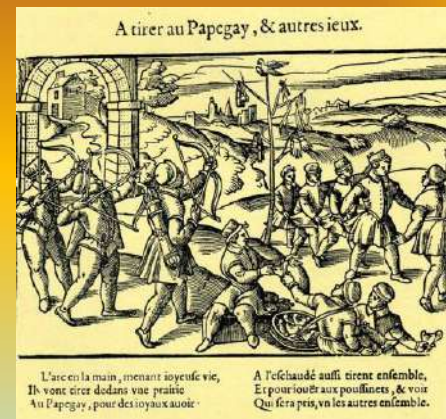
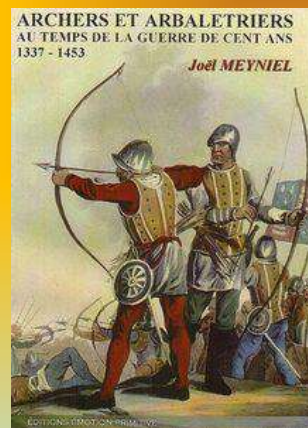
Tirs sur des cibles en mouvement,

Tirs sur distances évolutives en avançant et en reculant,

Tirs instinctifs,

Tirs derrière pavois avec des temps précis

Et d'autres possibilités offertes par l'interprétation des traditions médiévales





ARCS et ARBALETES de la SECTION AMHE/AMHE Tir à l'arc à cheval



Avec notre partenaire le centre équestre Equi'M de la FARLEDE vous avez l'opportunité de pratiquer le tir à l'arc équestre.

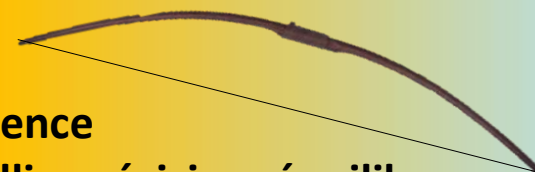
Le suivi équestre est à négocier avec notre partenaire.

Nous organisons la prise en main de l'arc en fonction de l'expérience en ce domaine que vous soyez débutant ou expérimenté.

Que vous soyez archer débutant et cavalier émérite

Que vous soyez archer émérite et cavalier sans expérience

Chacun peut trouver sa place dans cette activité qui allie précision, équilibre et confiance dans son partenaire équin.



Notre partenaire peut se mettre en relation avec un club proche de chez vous qui souhaiterait développer cette activité





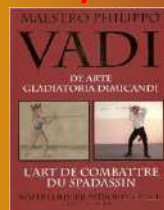
Bibliographie des études

Manuels de 1850 à 1930 traitant de la canne du bâton et combat à mains nues



MEDIEVAL et RENAISSANCE

1482/1485



1409...

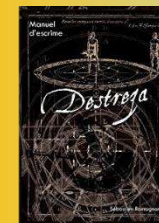


TALHOFFERS

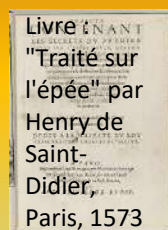
1467



1600.....



1573



1633

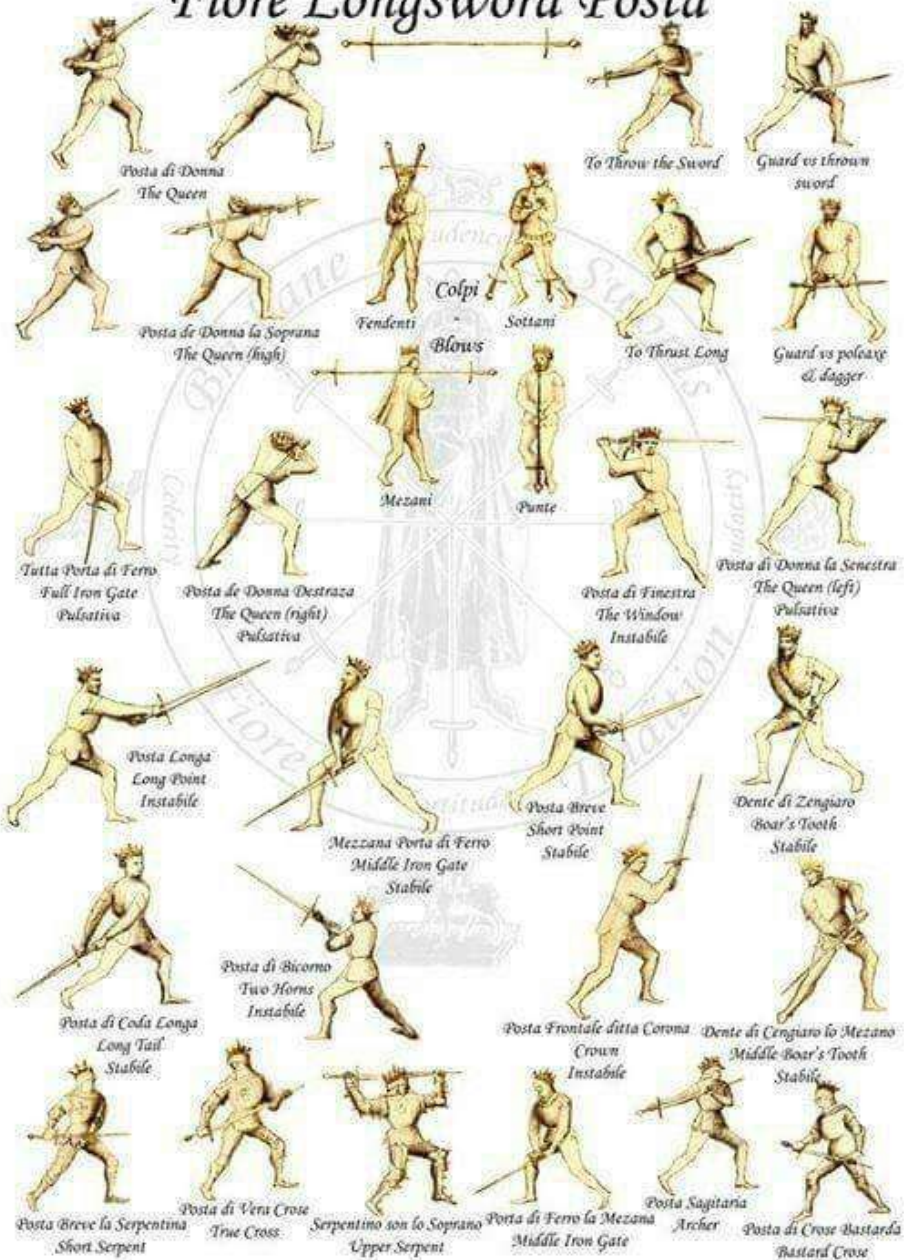


Etudes à venir

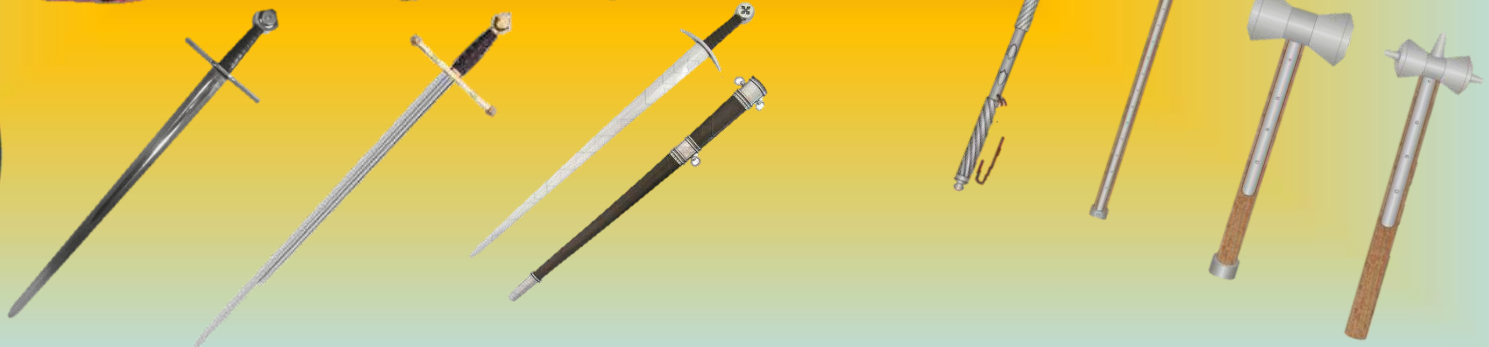
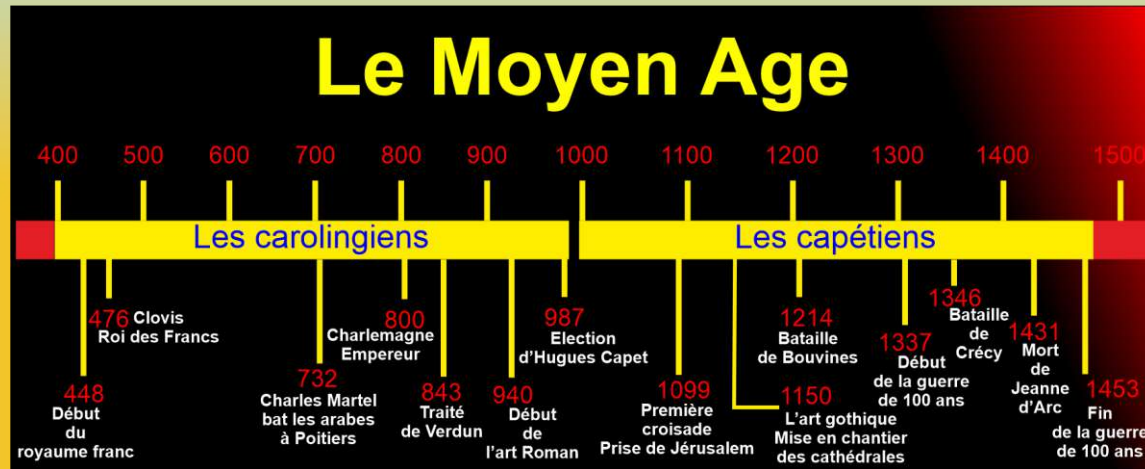




Fiore Longsword Posta



Le Moyen Age



La Renaissance



Les rois de la Renaissance en France

En France, la Renaissance s'étend de la fin du XV^e (15^e) siècle à la fin du XVI^e (16^e) siècle. Durant cette période, la **dynastie des Valois** régit sur le pays.

Règne	Dates	Événements
Charles VIII (6)	1483-1498	Il rêve de conquérir l'Italie et mène de nombreuses batailles. Il épouse avec des œuvres d'art et de grands artistes italiens, à l'origine de la Renaissance en France.
Francis I ^{er}	1515-1547	Il est le cousin de Louis XII, Roi de France et protecteur de Léonard de Vinci. François I ^{er} est le symbole de la Renaissance française. Il fait de la France un royaume riche, uni et puissant.
Francis II (2)	1547-1559	Fils de Henri II et de Catherine de Médicis, il n'a que 10 ans lorsqu'il devient roi. Il meurt de maladie après 1 an et demi de règne.
Henri III (3)	1574-1589	4 ^e fils de Catherine de Médicis. Il régit sur un pays divisé par les guerres de religion. Des catholiques et des protestants se battent pour le trône jusqu'à sa mort en 1589. C'est le dernier roi de la dynastie des Valois.
Louis XII (12)	1498-1515	Oncle de Charles VIII, il épouse la reine Isabeau que lui a Anne de Bretagne. Il cherche lui aussi à conquérir l'Italie.
Henri II (2)	1547-1559	Fils de François I ^{er} , Henri II étend la France et l'Italie. Son épouse, Catherine de Médicis, dirige le royaume après sa mort.
Charles IX (9)	1564-1574	Fils de François II, il épouse la reine Isabeau de Médicis, d'origine italienne. Les guerres de religion continuent et les protestants gagnent la France. Après sa mort, il est succédé par son frère, Henri III.
Henri IV (4)	1589-1610	Fils de la reine de Navarre et d'Antoine de Bourbon, c'est l'un des chefs protestants pendant les guerres de religion. Il se convertit au catholicisme en 1593 pour devenir roi de France. En 1610, il est assassiné par Ravaillac en 1610. Henri IV est le premier roi d'une nouvelle dynastie : les Bourbons.



Le Grand SIECLE

17^{ème}
siècle



1661
Majorité de
Louis XIV

1665/66
baromètre

1680
Ouverture
de la
Comédie-
Française

1681
Ouverture
du
Canal du
Midi

1682
C. De
Versailles
habité

1685
L'Edit de
Fontainebleau

1699
Colonisation
Permanente
De
Louisiana

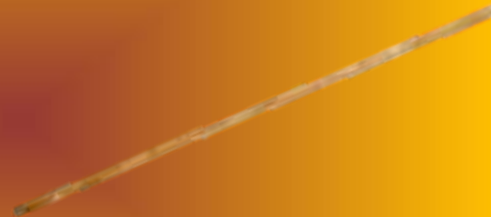


DISCIPLINES COMMUNES AUTO DEFENSE ACADEMIE

Travail bâton français



Travail cannes de combat française



Fléaux farlédais/Fléaux japonais



Travail poignard



Les différentes catégories de lames

CATÉGORIE-A

Lames avec la meilleure qualité d'acier au carbone, parfaitement balancées et équilibrées en plus d'être trempées pour supporter les combats les plus durs.

Recommandées pour les **professionnels qui les utilisent régulièrement**.

Dureté de la lame: Dépendant des types et du traitement de l'acier elles peuvent être en:

Acier au carbone CSN 14260 (DIN 54 SiCR 6): 44-48 HRC

Acier au carbone EN45 traitement thermique: 50 HRC ou plus

Acier au carbone 5160: 50 HRC ou plus

Autres types d'acier: 50 HRC ou plus

Soie complète (Full tang): Soudée ou vissée au pommeau



CATÉGORIE-B

Lames de bonne qualité en acier au carbone, parfaitement balancées et équilibrées en plus d'être trempées pour supporter les combats mais avec un peu moins de dureté que la catégorie-A. Certains modèles, au fait d'être moins durs, sont en général plus flexibles et légers.

Elles peuvent être utilisées seulement avec des épées de cette même catégorie et si possible du même fabricant et catégorie. Ne jamais utiliser ces épées avec celles de la catégorie-A car elles sont susceptibles de souffrir de dommages irréversibles au niveau de la lame.

Recommandées pour les **débutants ambitieux et professionnels**.

Dureté de la lame: Dépendant des types et du traitement de l'acier elles peuvent être en:

Acier au carbone EN45 traitement thermique: 48-50 HRC

Acier au carbone AISI 1090: 48-50 HRC

Acier au carbone 5160: 50 HRC

Autres types d'acier: 44 HRC ou plus

Soie complète (Full tang): Soudée ou vissée au pommeau

CATÉGORIE-C

Lames en acier au carbone trempé qui sont de bonne qualité mais qui ne peuvent pas être bien balancées en plus d'avoir généralement moins de dureté. Dû à la qualité de leur fabrication et à des tests d'essais postérieurs, elles sont considérées comme armes fonctionnelles mais sans les garanties pour être utilisées en combat.

Ne jamais utiliser ces épées pour le contact, contre d'autres objets ou épées. Elles peuvent être utilisées exclusivement pour les entraînements d'exécutions de mouvements basiques. Elles sont aussi idéales pour être portées comme complément ou pour les exposées comme épées de collection.

Recommandées pour les **récréationnistes ou les collectionneurs** qui désirent avoir une arme réelle.

Soie complète (Full tang): Soudée ou vissée au pommeau