

**LE GUIDE PRATIQUE  
DE  
FRANCE ACADEMIE SELF-DEFENSE**



**FRANCE ACADEMIE SELF-DEFENSE**  
**29 bld de Nancy- 67000 Strasbourg**  
[www.fasdefense.fr](http://www.fasdefense.fr)  
[pascal@fasdefense.fr](mailto:pascal@fasdefense.fr)

## Sommaire

Les cadres de France Académie Self-Défense.....	2
Nous intervenons dans les établissements suivants.....	3
Notre concept.....	4
Certificats, grades et enseignements.....	5
Certificats F.A.S.Défense.....	6
Les différents niveaux en self/Pro.....	7
Diplômes d'enseignements.....	8
Diplômes d'enseignements supérieurs.....	9
Cadre légal.....	10
Omission de porter secours.....	11
Les armes blanches.....	12

# **Les cadres de France Académie Self-Défense**

**Directeur technique  
Pascal HAMM**

**Responsable pôle professionnel  
Jérôme FERNANDEZ**

**Adjoint au responsable professionnel  
Jean-Pierre CUVELIER**

**Responsable pôle civil  
Denis SASORITH**

**Adjointe au responsable civil  
Virginie GISSELMANN**

**Instructeur  
David SASORITH**

**Responsable pôle civil sur Hoerdt  
Bob WABEA**

**Adjoint au responsable pôle civil sur Hoerdt  
Eric FURST**

**Responsable de la communication & responsable du pôle formation  
Bernard ROUSSELET**

*Les cadres de self-défense concept interviennent actuellement pour :*

*L'ASLGA : Association Sportive et de Loisirs de la Gendarmerie d'Alsace*

*UPE : Université Populaire Européenne*

*EPSAN : Etablissement Public de Santé Alsace Nord*

## Nous intervenons dans les établissements suivants

### CHS Etablissement Public de Santé Alsace Nord (EPSAN)

#### **Description** :

Etablissement public de santé mentale, l'EPSAN a une capacité de 881 lits et places autorisées pour l'activité de soins en psychiatrie soit : - 528 lits de psychiatrie générale, 18 lits de psychiatrie-infanto-juvénile pour polyhandicapés et 4 lits pour l'unité mère/enfant - 321 places en hôpital de jour (219 places en psychiatrie générale + 12 places de psychiatrie en milieu pénitentiaire + 90 places en psychiatrie infanto-juvénile soit 24 hôpitaux de jour) - 10 places en hôpital de nuit - des centres médico psychologiques et centres d'accueil thérapeutique à temps partiel sur tous les secteurs de psychiatrie générale et infanto-juvénile L'EPSAN dispose également de : - 128 lits autorisés en activité de soins de longue durée - 40 places d'hébergement en foyer d'accueil médicalisé Total : 1049 lits et places

### ASLGA Association Sportive et de Loisirs de la Gendarmerie d'Alsace

#### **Description** :

L'association est composée essentiellement de militaires de la gendarmerie et leur famille. L'association fait partie de la Fédération Française des Clubs Sportifs et Artistiques de la Défense.

25 sections diverses réparties sur l'Alsace peuvent accueillir des personnels civils pouvant devenir membre. L'association a été créée en 1973 - inscrite au volume XXVII - n°38 du registre des associations du tribunal de Strasbourg

Affiliée à la fédération des clubs sportifs et artistiques de la défense sous le n° 0255-03.6 Agrément ministériel jeunesse et sports sous le n° 67 S 694 du 22 septembre 1998. Affilié à l'office des sports de la ville de Strasbourg sous le n° 103

### UPE Université Populaire Européenne de Strasbourg

#### **Description** :

L'association a été créée par des professeurs d'Université en 1920 sous le nom d'extension universitaire. En 1928, elle devient Université Populaire, et en 1965, Université Populaire Européenne.

La mission de l'Université Populaire Européenne est de permettre à toute personne, quel que soit son niveau de formation, de suivre des enseignements selon son intérêt et sa curiosité, de découvrir ses talents, de tester ses compétences.

L'Université Populaire Européenne est aussi, en tant qu'institution d'éducation populaire, une école de promotion du lien social et de la citoyenneté.

Le fondement juridique de l'Union Populaire Européenne est associatif. On devient membre en faisant la demande et en s'acquittant de sa cotisation, comme il est de règle dans toute association.

## **Notre Concept**

### **Petit historique**

Tout commence en 1995 avec la création de l'association karaté club Neudorf, où Pascal HAMM y animait des cours de karaté jusqu'en 2005. A partir de cette date, l'association change de dénomination et devient l'ASSKT (Académie Strasbourgeoise de Self-Défense et de Karaté Traditionnel), et crée une section self-défense. En 2006, Pascal arrête définitivement l'enseignement du karaté et se consacre à part entière à la self-défense et l'association change de dénomination qui devient Self-Défense Concept Strasbourg. En 2008, en accord avec le staff et son comité, l'association devient Self-Défense Concept et modifie son objet dans ses statuts qui est :

De diffuser, de développer et de promouvoir la self-défense civile et professionnelle.

Elle élabore, organise, contrôle et règlemente l'étude et l'enseignement de son concept en faisant la promotion au travers de cours et de stages divers.

Elle a aussi pour objectif d'organiser des événements ou d'y participer dans le but de se faire connaître ou pour rassembler ses membres.

Son but est aussi de fédérer d'autres associations œuvrant à développer la self-défense dans le cadre légal de la légitime défense.

A ce titre, elle s'engage à faire progresser techniquement et pédagogiquement la méthode qu'elle diffuse, en organisant des examens et des formations pour instructeurs ainsi que des formations de recyclage.

Afin de répondre aux besoins spécifiques de certaines structures ou organismes, elle met en place des formations par le biais de son comité pédagogique.

### **Notre concept**

Notre concept émane de différentes réflexions et interrogations, d'analyses critiques, d'échanges constructifs autour de certains constats, de phénomènes de violence, de faits divers et de questions relatives à la self-défense dans notre société.

Notre analyse est issue d'expériences vécues au quotidien en tant que citoyen, de riches expériences personnelles et professionnelles et plus particulièrement de longues années de pratique sportive dans les arts martiaux.

Passionné d'arts martiaux et étant continuellement à la recherche de nouvelles techniques, nous avons décidé de mettre en place notre propre conception de la self-défense qui répond aux critères de la simplicité et de l'efficacité tout en respectant le cadre légal de la légitime défense.

Nous ne sommes pas des magiciens, car en effet, nous ne vendons pas de produits miracles et n'arrivons pas à faire disparaître la violence. Néanmoins, nous proposons tout simplement, au prix de notre sueur lors de nos entraînements, un enseignement qui permet à chacun de trouver ou de retrouver plus d'assurance face à un conflit verbal ou physique.

Notre enseignement est basé dans un premier temps, sur la prévention aux différents risques d'une agression, qu'elle soit verbale ou physique.

Dans un second temps, nous nous efforçons à apprendre à nos élèves à gérer au mieux leurs émotions et à acquérir des notions essentielles pour pouvoir appréhender des situations conflictuelles.

Notre enseignement a pour finalité d'apprendre à nos élèves d'être en capacité de mieux appréhender ses propres réactions, de mieux cerner le comportement d'un agresseur, d'apaiser les tensions, d'analyser une situation conflictuelle, de gérer son environnement afin de pouvoir apporter une réponse adaptée, justifiée et proportionnelle à une agression.

**Certificats, grades et enseignements  
au sein  
de France Académie Self-Défense**

L'association F.A.S.Défense a le pouvoir par ses statuts de décerner :

**I. Des certificats d'initiation en :**

- self-défense civile
- self-défense professionnelle
- tonfa
- bâton de défense télescopique

**II. Des grades en :**

- self-défense civile

**III. Des niveaux en :**

- tonfa
- bâton de défense télescopique
- en SBT (self/pro-bâton de défense télescopique- tonfa)

**IV. Des diplômes d'enseignement :**

- self-défense civile
- self-défense professionnelle
- tonfa
- bâton de défense télescopique
- en SBT (self/pro-bâton de défense télescopique- tonfa)

## ***CERTIFICATS F.A.S.Défense***

### **Certificat d'initiation :**

Atteste de la présence à une initiation F.A.S.Défense.

- informations théoriques (histoire- cadre légal)
- principales techniques de bases, (esquives-blocages- ripostes...)

Certificat destiné à la promotion des techniques F.A.S.Défense. Il peut être délivré à toute personne ayant reçu un minimum de 3 heures de pratique lors d'un stage. Pas d'obligation d'être licencié. Pas de passages d'examens- **certificat gratuit.**

Peut-être délivré par tout instructeur F.A.S.Défense, à toute personne ayant reçu une initiation à l'une des disciplines F.A.S.Défense.

Certificat délivré sous certaines conditions : respect des valeurs de notre concept...

## **Les différents niveaux en self-défense professionnelle**

### **1<sup>er</sup> niveau :**

Atteste de l'acquisition de techniques de base et de maintien à distance face à diverses agressions.

Il peut être délivré par tout instructeur F.A.S.Défense, à tout membre professionnel F.A.S.Défense, étant à jour de sa cotisation et ayant reçu une formation d'un minimum de 10 heures de pratique.

### **2<sup>ème</sup> niveau :**

Atteste l'acquisition des techniques à mi-distance et au corps à corps (debout). Il peut être délivré par tout instructeur F.A.S.Défense ayant au minimum le 2<sup>ème</sup> degré, et à tout membre déjà titulaire du 1<sup>er</sup> niveau.

### **3<sup>ème</sup> niveau :**

Atteste l'acquisition des techniques de conduite au sol. Il peut être délivré par tout instructeur F.A.S.Défense ayant au minimum le 3<sup>ème</sup> degré, et à tout membre déjà titulaire du 2<sup>ème</sup> niveau.

### **4<sup>ème</sup> niveau :**

Atteste l'acquisition des techniques de conduite au sol suivie d'immobilisation. Il peut être délivré par tout instructeur F.A.S.Défense ayant au minimum le 3<sup>ème</sup> degré, et à tout membre déjà titulaire du 3<sup>ème</sup> niveau.

## Les diplômes d'enseignements

### Instructeur 1<sup>er</sup> degré : **Initiateur**

Etre titulaire du 4<sup>ème</sup> niveau technique, être titulaire du 1<sup>er</sup> degré en self-défense civile ou suivre la formation d'instructeur.

L'instructeur 1<sup>er</sup> degré est habilité à attribuer un 1<sup>er</sup> niveau technique.

### Instructeur 2<sup>ème</sup> degré : **Moniteur**

Etre titulaire depuis 2 ans du diplôme d'initiateur ainsi que l'AFPS, et de justifier de deux actions de formation locale en qualité d'aide moniteur.

L'instructeur 2<sup>ème</sup> degré est habilité à attribuer jusqu'au 2<sup>ème</sup> niveau technique.

### Instructeur 3<sup>ème</sup> degré : **Professeur**

Etre titulaire depuis 2 ans du diplôme de moniteur ainsi qu'un diplôme fédéral, un tronc commun ou un brevet d'état en arts martiaux ou sports de combat.

L'instructeur 3<sup>ème</sup> degré est habilité à attribuer jusqu'au 3<sup>ème</sup> niveau technique.

## Les diplômes d'enseignements supérieurs

### Instructeur expert :

Etre titulaire depuis 3 ans du diplôme de professeur.

Justifier au minimum d'une action de formation au niveau régional en qualité de professeur.

L'instructeur expert est habilité à attribuer jusqu'au 3<sup>ème</sup> niveau technique et de former des instructeurs 1<sup>er</sup> degré.

Peut prétendre à un poste de conseiller technique départemental.

### Instructeur expert national:

Etre titulaire depuis 3 ans du diplôme d'instructeur expert. Justifier au minimum d'une action de formation au niveau régional en qualité d'expert.

L'instructeur expert est habilité à attribuer jusqu'au 3<sup>ème</sup> niveau technique et de former des instructeurs 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> degré.

Peut prétendre à un poste de conseiller technique régional.

### Instructeur expert international:

Etre titulaire depuis 3 ans du diplôme d'instructeur expert national. Justifier au minimum d'une action de formation au niveau national et international en qualité d'expert national.

L'instructeur expert international est habilité à attribuer jusqu'au 3<sup>ème</sup> niveau technique et de former des instructeurs jusqu'au niveau expert.

Peut prétendre à un poste de conseiller technique national.

## Cadre légal de la légitime défense

### LA LEGITIME DEFENSE

Art. 122-5 du Code Pénal:

N'est pas pénalement responsable la personne qui, devant une atteinte injustifiée envers elle-même ou autrui, accomplit, dans le même temps, un acte commandé par la nécessité de la légitime défense d'elle-même ou d'autrui, sauf s'il y a disproportion entre les moyens de défense employés et la gravité de l'atteinte.

N'est pas pénalement responsable la personne qui, pour interrompre l'exécution d'un crime ou d'un délit contre un bien, accomplit un acte de défense, autre qu'un homicide volontaire, lorsque cet acte est strictement nécessaire au but poursuivi dès lors que les moyens employés sont proportionnés à la gravité de l'infraction.

Art. 122-6 du Code Pénal:

Est présumé avoir agi en état de légitime défense celui qui accomplit l'acte :

- 1° - Pour repousser, de nuit, l'entrée par effraction, violence ou ruse dans un lieu habité ;
- 2° - Pour se défendre contre les auteurs de vols ou de pillages exécutés avec violence.

Art. 122-5 et 122-6 du Code Pénal

Dans la réalisation de ses missions, l'agent peut être amené, dans des situations précises d'agression contre les personnes ou les biens, à utiliser la force. Cette possibilité d'action s'inscrit toujours dans un cadre juridique défini par les règles de la LEGITIME DEFENSE.

A – La légitime défense des personnes :

L'Art. 122-5 alinéa 1 du code pénal précise que n'est pas PENALEMENT RESPONSABLE la personne qui :

- devant une atteinte injustifiée,
- envers elle-même ou autrui,
- accompli dans le même temps,
- un acte commandé par la nécessité de la légitime défense d'elle-même ou d'autrui,
- Sauf s'il y a disproportion entre les moyens de défense employés et la gravité de l'atteinte.

## **DE L'ENTRAVE AUX MESURES D'ASSISTANCE ET DE L'OMMISSION DE PORTER SECOURS**

Art. 223-5 du Code Pénal:

Le fait d'entraver volontairement l'arrivée de secours destinés à faire échapper une personne à un péril imminent ou de combattre un sinistre présentant un danger pour la sécurité des personnes est puni de 7 ans d'emprisonnement et de 106714,31€ d'amende.

Art. 223-6 du Code Pénal:

Quiconque pouvant empêcher par son action immédiate, sans risque pour lui ou pour les tiers, soit un crime, soit un délit contre l'intégrité corporelle de la personne, s'abstient volontairement de le faire est puni de cinq ans d'emprisonnement et de 76224,51€ d'amende. Sera puni des même peines quiconque s'abstient volontairement de porter à une personne en péril l'assistance que, sans risque pour lui ou pour les tiers, il pouvait lui prêter par son action personnelle, soit en provoquant un secours.

Omission de porter secours – Péril – Connaissance de sa gravité – Abstention de porter secours.

Le délit prévu par l'article 223-6, alinéa 2 du code pénal est constitué dès lors que le médecin dont le concours est demandé ne pouvait se méprendre sur la gravité du péril auquel se trouvait exposé le malade et qu'il s'est volontairement abstenu de lui porter secours.

Art. 223-7 du Code Pénal:

- Quiconque s'abstient volontairement de prendre ou de provoquer les mesures permettant, sans risque pour lui ou pour les tiers, de combattre un sinistre de nature à créer un danger pour la sécurité des personnes est puni de deux ans d'emprisonnement et de 30489,80€ d'amende.

Art. 73 CPP :

Dans les cas de crime flagrant ou de délit flagrant puni d'une peine d'emprisonnement, toute personne a qualité pour appréhender l'auteur et le conduire devant l'officier de police judiciaire le plus proche.

# **LES ARMES BLANCHES**

## **Sixième catégorie**

Tout objet susceptible de constituer une arme dangereuse pour la sécurité publique et notamment les baïonnettes, sabres-baïonnettes, poignards, couteaux-poignards, matraque, casse-tête, cannes à épée, cannes plombées et ferrées, sauf celles qui ne sont ferrées qu'à un bout, arbalètes, fléaux japonais, étoiles de jets, coups de poing américains, lance-pierres de compétition, projecteurs hypodermiques. (Classement des arbalètes en 6ème catégorie, ce qui aura des répercussions sur le transport).

Les générateurs d'aérosols incapacitants ou lacrymogènes :

A – Les générateurs d'aérosols lacrymogènes ou incapacitants à base de CS concentré à plus de 2 % tel qu'ils sont définis à l'article 12 de l'arrêté du 11 septembre 1995, relatif au classement de certains matériels, sont classés en 6ème catégorie. Ce qui signifie que tous générateurs d'aérosols lacrymogènes ou incapacitants à base de CS, dont les caractéristiques n'entrent pas dans le cadre de celles définies par l'arrêté susmentionné, n'est pas considéré comme une arme.

B – Autres générateurs : sous réserve de toute autre disposition réglementaire, tous les générateurs d'aérosols lacrymogènes ou incapacitants ne contenant pas de CS sont classés automatiquement en 6ème catégorie.

### **PORT ET TRANSPORT**

Interdit sans motif légitime, c'est-à-dire :

Transport en sac du domicile au lieu d'entraînement par l'itinéraire le plus direct. Pas d'utilisation ailleurs que dans un lieu privé avec autorisation du propriétaire (salle de sports, gymnase, dojo...).

Les fonctionnaires et agents de sécurité sont autorisés à porter sur eux, dans l'exercice de leurs fonctions, les armes de 6e catégorie qu'ils détiennent dans des conditions régulières. Toutefois, leurs utilisations sont limitées. Ils n'ont pas le droit de frapper à la tête ou de porter des techniques pouvant causer un préjudice grave.