

Année

2009

France Académie Self-Défense

FORMATION

Dossier D'inscription

Instructeur en

Self Défense civile



Table des matières

TABLE DES MATIÈRES	2
COMPRENDRE LA SELF-DÉFENSE.....	3
QUI SOMME NOUS ?	5
NOTRE CONCEPT.....	6
SCHÉMATISATION DES CONDITIONS	7
DIPLÔME D'INSTRUCTEUR EN SELF-DÉFENSE CIVILE.....	8
LES MODULES À CONNAÎTRE.....	10
FICHE D'INSCRIPTION :	13
INFORMATION SUR LE STAGIAIRE	15
CHARTRE DE L'ENSEIGNANT FRANCE ACADÉMIE SELF-DÉFENSE	16

Comprendre la self-défense

La self-défense :

Elle concerne toute personne se sentant impliquée dans la protection de la personne.

Elle ne doit pas être vue comme un dérivé des sports de combat ou un assemblage de techniques sportives, méthodes qui seraient inadaptées pour le pratiquant.

En effet, ce qui fonctionne sur un tatami ou sur un ring ne fonctionne pas forcément dans le milieu urbain. De plus, les codes des sports de combat et du combat de rue ne sont pas les mêmes.

Selon nous, un concept de protection de la personne ne doit pas refléter directement l'action physique, mais au contraire, la conscience de celle-ci, la réaction psychologique.

Le but est de résoudre l'agression en la traduisant par une connaissance à moindre risque.

Cette synthèse sur la self-défense est constituée de point logique justifiant son utilisation.

C'est par l'observation des faits concrets et la réflexion entamer sur ces mêmes faits que l'on va influencer les conduites et les comportements.

L'enseignement :

L'enseignement de la 'self-défense' civile est généralement dérivé des Arts Martiaux Traditionnels. Le cursus destiné aux civils est d'insister lourdement sur l'utilisation des clés articulaires et des techniques de soumission (qui devient presque la « marque de fabrique » d'une méthode de self-défense, mais son application pratique l'est beaucoup moins lors d'un conflit.

Action défensive théorique simultanée à l'action (comme dans le cas des sports de combat), à la différence près que la certitude de l'imminence de l'attaque n'est pas forcément apparente au moment d'une agression.

Ce détail tactique rend pratiquement impossible, sur le terrain, la simultanéité de la défense avec l'attaque, et pose un très gros souci pour rester dans le cadre de la loi.

Qui somme nous ?

L'Association à vu le jour en 1995, mais a changé de dénomination en septembre 2008 pour devenir : France Académie Self-Défense.

Sous l'impulsion de Pascal HAMM, passionné d'enseignement, d'art martiaux et de tous sports de combat, ayant étudié de nombreux systèmes de Self-Défense, il a souhaité développer, structurer et faire reconnaître la Self-Défense comme une discipline à part entière dans le cadre légal de la légitime défense. (Voir dossier sur le cadre légal et les délits)

L'Association a donc pour but de développer la Self-Défense d'après ses statuts :

- 👤 L'Association France Académie Self-Défense a pour but de diffuser, de développer et de promouvoir la Self-Défense civile et professionnelle.
- 👤 Elle élabore, organise, contrôle et réglemente l'étude de 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 remise à niveau obligatoire.
- 👤 Afin de répondre aux besoins spécifiques de certaines structures ou organismes, elle met en place des formations par le biais de son comité pédagogique.
- 👤 L'Association s'engage à veiller au bon équilibre physique et moral de ses membres, à cultiver l'esprit de civisme, de camaraderie et de loyauté.
- 👤 Dans tous les cas, l'Association ne poursuit aucun but politique ou religieux.

Notre concept

Notre concept émane de différentes réflexions, d'interrogations, d'analyses critiques et d'échanges constructifs autour de certain constat fait sur :

- ☛ Les phénomènes de violence, les faits divers.
- ☛ Les questions relatives à la Self-Défense dans notre société.

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

Passionnés d'Art Martiaux et étant continuellement à la recherche de nouvelle technique, nous avons décidé de mettre en place notre propre conception de la Self-Défense qui répond au critère 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 produit miracle et nous ne prétendons pas faire disparaître la violence.

Néanmoins, nous proposons tout simplement, aux prix de notre sueur, lors de nos entraînements, un enseignement qui permet à chacun de trouver ou retrouver de l'assurance face à un conflit verbal ou physique.

Notre enseignement est basé dans un premier temps, sur la prévention, du aux différents risques d'agression verbal ou physique.

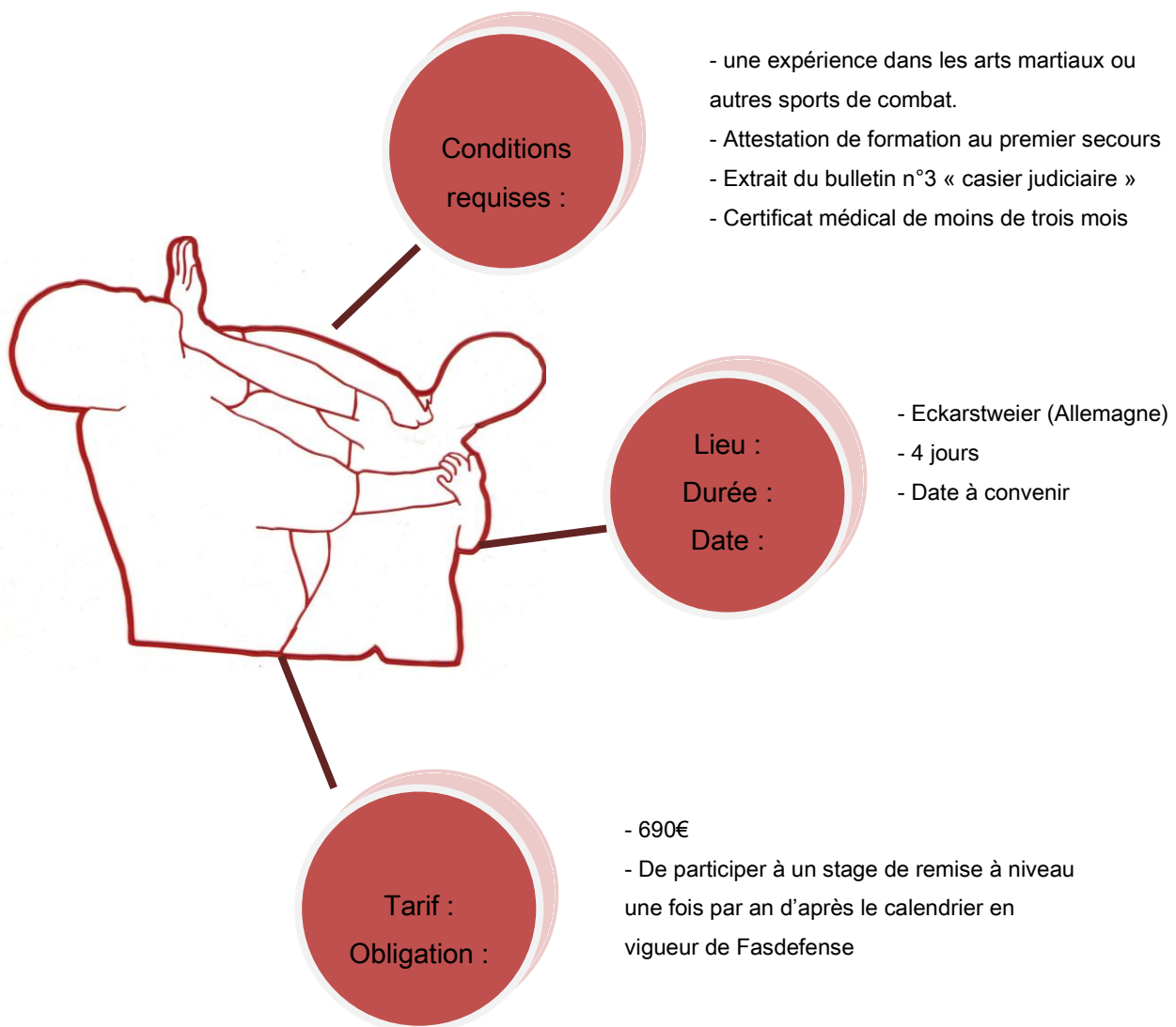
Dans un second temps, nous nous efforçons d'apprendre à nos élèves à gérer au mieux leurs émotions et à acquérir des notions essentielles pour pouvoir appréhender des situations conflictuelles.

Notre enseignement a pour finalité d'apprendre à nos élèves à 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.

Pour conclure, nous pouvons souligner que nos différentes techniques enseignées peuvent s'adapter à toutes sortes de situations agressives. Fort des de constater que lors d'une agression, il est primordiale de garder à l'esprit les règles fondamentales de la Légitime Défense.

Pascal HAMM

Schématisation des conditions



Diplôme d'instructeur en self-défense civile

Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent enseigner la Self-Défense à des Civils selon la chartre de France Académie Self Défense (F.A.S.D)

Cette formation est réservée aux personnes ayant une bonne condition physique, et possédant une solide expérience dans les arts martiaux ou autres sport de combat.

Un diplôme d'Instructeur fédéral ou brevet d'Etat est souhaitable.

Objectif de la formation :

Former des instructeurs capables d'enseigner tous les aspects de la Self-Défense à tous publics civils.

Avoir le sens de la préparation physique, psychologique, préventif. Une préparation à toutes situations de conflits, moral ou physique, sans rentrer dans l'excès.

Tarif :

690€ (repas du midi compris) possibilité de paiement en trois fois (230€x3)

Conditions d'inscription :

- C.V complet avec votre expérience en sports de combat
- Joindre le diplôme de secourisme AFPS ou équivalent (si vous ne l'avez pas, vous pouvez suivre la formation, mais en cas de succès, votre diplôme vous sera remis lorsque nous serons en possession de ce diplôme.)
- Copie des grades ou diplômes en sports de combat ou de vos expériences
- Une photo
- Joindre la feuille d'inscription
- Une enveloppe pour dossier 21x29.7, timbré à 2€
- Copie du bulletin n°3 (casier judiciaire)
- Joindre un chèque ou trois correspondant à la somme de la formation à l'ordre de France Académie Self Défense. (pour les paiements en trois fois le premier chèque de 230€ sera immédiatement encaissé pour vérifier son authenticité, pour les personnes n'ayant pas de chéquier votre banque à votre demande peut vous établir un chèque « de banque».

Durée de la formation :

4 jours, (à convenir, peut-être dissocier, non consécutif)

Horaires : 9h à 12h et 14h à 16h (repas pris en commun et compris dans le prix)

Lieu de la formation :

Eckartsweier (Allemagne) à 10km de Strasbourg

Matériel :

- Tenue de sport
- Coquille
- De quoi prendre note

Divers :

En cas de non réussite, le stagiaire aura la possibilité de se représenter après avoir effectué un travail personnel, et avoir suivi une formation de 2 jours (150 €).

La formation pourra être annulée, si le nombre de candidats retenus est insuffisant.

Toute somme versée sera immédiatement restituée.

Aucun remboursement ne sera fait pour désistement ou abandon de la formation.

Les modules à connaître

DS : Défense sur saisies

- Vis-à-vis
- Saisie inverse
- Au collet
- Variante
- Au collet à deux mains
- De côté
- Arrière à une main en vis-à-vis
- Arrière à une main en croisé
- Arrière à deux mains

DF : Défense sur frappes

- Coup de poing circulaire
- Coup de poing droit
- Sur uppercut
- Coup de tête
- Sur coup de pied frontal (droit au ventre)
- Sur coup de pied circulaire (tronc)
- Sur coup de pied circulaire (tibia)

DE : Défense sur étranglements

- De face
- De côté
- Arrière
- Guillotine (avant/arrière)

DAS : Défense au sol

- En cavalier sur le dos
- Sur le ventre
- De côté avec étranglement
- En cavalier avec menace couteau

DCA : Défense contre armes

Bâton

- Circulaire
- Du haut vers le bas
- En revers
-

Couteau

- En estoc
- Circulaire
- Du haut vers le bas (en pic à glace)
- En revers
-

Bouteille

- Circulaire
- Sur menace
- Du haut vers le bas

DAF : Défense sur arme à feu

- Menace de face
- Arrière
- Variante
- Frontale

AI : Armes improvisées

Revue

- Saisie une main

Parapluie

- Saisie de côté

- Sur coup de poing
- Saisie au collet

DDEC : Défense dans un espace confiné

Cage d'escalier

- Saisie de face
- Sur coup de pied
- Menace couteau par l'arrière
- Saisie de jambe

Sur chaise

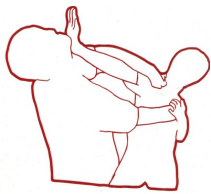
- Sur coup de poing
- Sur saisie

Couloir

- Saisie latérale
- Barrage avant
- Contre un mur

En sous-sol

- Saisie arrière
- Menace avant avec couteau
- Menace arrière avec couteau
- Menace couteau à la gorge
- Menace couteau de face



France Académie Self Défense

PASCAL HAMM

29 boulevard de Nancy

67000 Strasbourg

www.fasdefense.fr

Fiche d'inscription :

Formation instructeur en Self-Défense Civile

A renvoyer en deux exemplaires

Engagement à recopier et à compléter à la main « manuscrit » sur cette feuille.

Je soussigné (*Nom, Prénom*) m'engage sur l'honneur au cours de cette formation et après celle-ci :

- A respecter les lois régissant la Self Défense, la légitime défense
- De respecter le code moral des arts martiaux et des sports de combat, je m'engage à assumer pleinement la sécurité des candidats que j'aurais à former.
- A enseigner la Self-Défense avec honnêteté et loyauté.
- A parfaire mes connaissances par des formations physiques et mentales.
- A suivre la formation du au
- (noter la date de session qui vous correspond)

Fait à (*ville*) (*date*).....

(*Nom, Prénom*)

(*Signature*).....

Information sur le stagiaire

NOM :

Date et lieu de naissance :

PRENOM :

Adresse :

Numéro de sécurité sociale :

Téléphone (dom.) :

Téléphone (prof.) :

E MAIL :

Date et signature du STAGIAIRE :

Date et signature du PRESIDENT DE L'ASSOCIATION Mlle. HAMM Cathy

Date et signature du DIRECTEUR TECHNIQUE M. HAMM Pascal

Chartre de l'enseignant France Académie Self-Défense

Article 1 – Ethique :

- L'enseignant de France Académie Self Défense s'engage à diffuser son savoir dans le respect du cadre légal de la légitime défense.
- Il aura soin de choisir ses élèves et de ne réserver l'apprentissage de techniques dangereuses qu'à un public avancé ayant fait preuve de sa bonne moralité.
- Il s'engage à ne pas enseigner à des groupes politiques, religieux ou paramilitaire de quelque tendance que ce soit à l'exception des organismes de sécurité publics ou des entreprises privées.

Article 2 – Compétence :

- L'enseignant de France Académie Self Défense s'engage à continuer à se former et pour cela à participer activement aux divers stages et aux formations de recyclage afin de contribuer à son développement.
- Pour chaque contribution technique d'importance dont il sera l'auteur (technique de défense, exercice de préparation, etc.) son nom figurera dans les documents pédagogiques et de référence. Cette reconnaissance n'entraînera pas de droit spécifique supplémentaire.
- Il devra en outre continuer à s'entraîner régulièrement à la discipline qu'il enseigne et participera à au moins un stage par an de remise à niveau pour instructeurs organisé par France Académie Self Défense

Article 3 – Comportement :

- L'enseignant de France Académie Self Défense se doit d'avoir un comportement et une droiture irréprochable surtout quand il s'agit de représenter France Académie Self Défense.
- Il prendra soin de ne pas tenir de propos grossiers agressifs ou provocateurs (à caractère sexuel, politique, xénophobes ou racistes) ni d'avoir de débordements excessifs en public.

- Il fera respecter le règlement intérieur et les principes éthiques de France Académie Self Défense.

Par conséquent il interdira les discussions politiques ou religieuses dans ses cours ou ses stages.

Article 4 – Confidentialité :

- L'enseignant de France Académie Self Défense ne divulguera pas à d'autres disciplines, écoles, ou fédérations, les techniques et méthodes pédagogiques et d'entraînement spécifiques de France Académie Self Défense.
- Il s'abstiendra également de communiquer à l'extérieur les documents de France Académie Self Défense ou rédigés par lui portant sur ses techniques et méthodes pédagogiques et d'entraînements spécifiques.
- Les communications médiatiques devront être avisées par PASCAL HAMM ou la personne déléguée par lui, avant leur parution.

Je soussigné(e)déclare avoir pris connaissance de la chartre de l'enseignant FASD, et m'y conforme.

Date :

Signature de l'intéressé(e) :

Signature du Directeur technique :

(Une copie sera remise à l'intéressé)