

Zeitschrift: Revue Militaire Suisse
Herausgeber: Association de la Revue Militaire Suisse
Band: 137 (1992)
Heft: 9

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

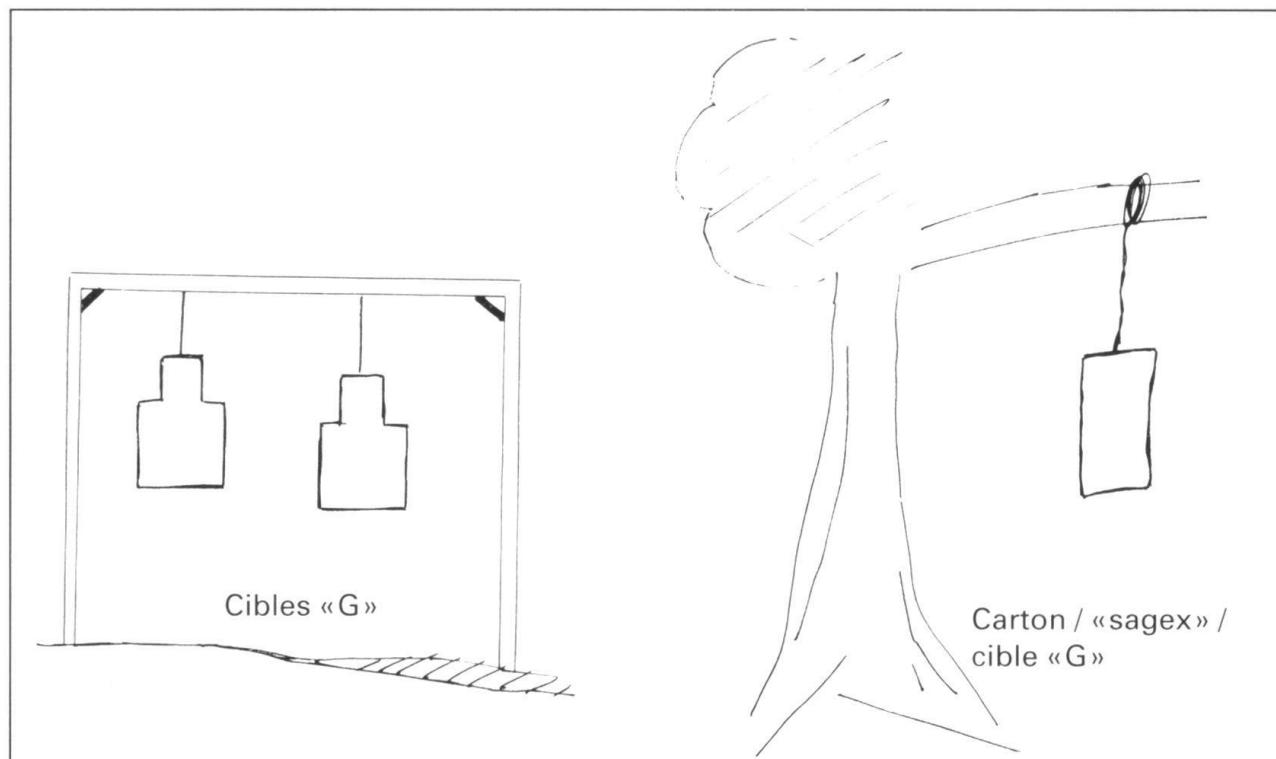
Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

d'un entraînement quotidien d'environ une heure. Avant de passer à la frappe sur cibles, on entraînera la position de garde, ainsi que l'attaque frontale. Comme pour les arts martiaux, la vitesse d'exécution déterminera l'issue du combat. Cette vitesse ne s'acquiert que par la répétition lente puis accélérée de mouvements acquis par l'individu. Cela prend du temps.

Dans une seconde phase, on s'exercera à percer des cibles en carton ou en «sagex», suspendues à une branche ou à tout autre support. Ces bases acquises, il sera alors temps de passer aux parades ainsi qu'aux différentes formes d'attaque.

J.-M. C.



Un seul partenaire pour toutes vos assurances et celles de votre voiture (responsabilité civile, occupants, casco). Et aussi pour votre **casco parc**!

*Toujours là
quand il faut!*

Siège social:
Pl. de Milan 1001 Lausanne

