



## Vocabulaire sur la lutte

Petit lexique franco-anglais qui vous aidera à suivre les compétitions internationales, à naviguer sur les sites et forums de lutte sur Internet, ou à discuter avec des amis lutteurs étrangers (Source : INSEP).

Français	Anglais
lutte	wrestling
lutte gréco-romaine	greco-roman wrestling
lutte libre	freestyle wrestling
lutte féminine	female wrestling
lutter	wrestle (to)
lutteur / lutteuse	wrestler
Installations / Matériel	Facilities / Equipment
aire de combat	wrestling area
bâche	canvas cover
balance	weight scale
bord du tapis	edge of the mat
centre du tapis / cercle	center of the mat
chaussures de lutte	wrestling shoes
coin du tapis	corner of the mat
coin rouge/bleu	red/blue corner
coquille de protection	athletic supporter

espace libre autour du tapis	safety space around the mat
gong / signal sonore / avertisseur	gong / horn / buzzer
haut du tableau	top of the table
maillot de lutte	wrestling singlet/uniform/costume
plate-forme	(wrestling) podium
protège-oreilles	ears protector
salle de lutte	wrestling hall
salle d'échauffement	staging area
salle de pesée	weighing-in room
surface de combat	contest area
surface centrale de lutte	central wrestling area
tableau d'affichage	notice board
tapis réglementaire	regulation mat
tenue d'arbitre	referee's uniform
zone/aire d'échauffement	warming-up area
<b>Règlement / Arbitrage</b>	<b>Rules / Refereeing</b>
à terre	on the ground
abandon / forfait	Default
abandonner le combat	quit (to)
action !	action !
allez !	davaï !
amener son adversaire à terre	bring one's opponent to the mat (to)
annonce du résultat du match	announcing the result of the match

annuler une prise	annul/cancel/void a hold (to)
appariement	pairing
apparier	pair (to)
arrêt de 30 secondes entre deux combats	30 seconds of rest between two rounds
arrêt du chronomètre ; arrêt du combat	stop time / stop of the clock
arrêt du combat	stoppage of the bout
arrêter le combat	stop the bout (to)
attention !	attention !
attention : élimination !	attention: elimination !
attribution des points	allocation of the points
attribution des points de pénalisation	allocation of the penalty points
avantage aux points	point advantage
avantage ou risque	advantage of
avertissement / observation verbale / mise en garde	caution
avertissement amical	friendly caution
avertissement pour fuite de tapis	caution for fleeing the mat
avertissement verbal	oral warning
bulletin de pointage	scoring form ; scoring paper
cas d'avertissement	cases incurring cautions
catégorie de poids	weight category
centre !	centre !
chef de tapis	chief of the officials / mat chairman
classification des prises	categorization of holds

coin attribué : rouge/bleu	designated corner: red/blue
combat de lutte	wrestling match
commission de la pesée	weighing-in committee
compétition en poules	round robin
compétitions éliminatoires	elimination competitions
constatation d'un tomber	declaration of a fall
constater un tombé	call a pin (to)
contact !	contact !
continuez !	continue !
corps d'arbitrage	jury / officials / officiating team
coup de coude	elbow hit
coup de gong	sound of the gong
coup de tête	butting
danger !	danger !
debout !	up !
décision arbitrale	decision by officials
défaite aux points	loss on points
défaite par tombé	loss on fall ; loss by fall
départ !	start !
dessus	above
directeur de l'appariement	pairing master
donner des coups de tête	butt (to)
double défaite ; les deux lutteurs déclarés battus	mutual loss

durée de l'assaut	duration of the bout
égalité de points	tie on points
élimination pour passivité	elimination for passivity
en sudation	perspiring
entrée	initiation of a hold
épreuve de lutte libre	freestyle competition
excédent de poids	overweight
faute !	fault !
faute grave	serious fault
feuille d'appariement / tableau des rencontres	pairing sheet
fin !	fin !
fin du combat	end of the bout
finale	immobilization
forfait	forfeit
fuir le tapis	flee the mat (to)
fuir une prise	flee a hold (to)
fuite volontaire dans la zone de passivité	intentionally leaving the passivity zone
fuite volontaire en dehors du tapis	intentionally leaving the mat
garde à terre ; position initiale	referee's position
infraction aux règles	rule infringement
interruption de l'assaut	interruption of the bout
interruption du combat	rest period / pause
intervention !	intervention !

jambe !	jambe !
lever le bras du vainqueur	raise the winner's arm (to)
levez la tête !	head up !
licence de concurrent	competitor's license
liste de départ	initial classification / list of wrestlers in order of competition
liste de pesage	weighing-in list/sheet
lutte active avec risque	active wrestling with risk factor
lutte non réglementaire	unfair wrestling
lutter de façon passive	wrestle in a passive manner (to)
lutteur fautif	wrestler at fault
lutteur passif	passive wrestler
manchette bleue/rouge	blue/red cuff
marquage des points	recording of the points
match nul	draw bout
match de qualification	qualifying bout
mettre en garde	announce a caution (to)
mise en danger	putting in danger
mise hors combat	disqualification from competition
non !	non !
numéro d'ordre	number
ordre de passage	start list
passif !	passif !
passivité	stalling

pause	sparing time
période	round / round period of the bout
perte de temps	ragging
pesée des concurrents	weighing-in of the competitors
point de pénalisation	bad mark
point pour une lutte active	point for active wrestling
points de classement	classification points
position !	position !
position de mise en danger	near fall position
position en danger	position of danger
poussée en dehors du tapis	push off the mat
présenter au tapis (se)	appear on / step up to the mat (to)
prise de tête seule	chancery hold
prise non réglementaire	illegal hold
prise réglementaire	fair/legal hold
prise valable	valid hold
prolongation	overtime / extension
recevoir un avertissement	receive a caution (to)
refus de débiter le combat	refusal to start
règlement sanitaire	health regulations
remarque !	remark !
remarque pour passivité	warning for passivity
repêchage	repechage

reprise	round
reprise du combat	continuation of the bout
réunion technique ; stage	clinic
salut	salute
serrer la main (se)	shake hands (to)
signal sonore	acoustic signal
signaler le tomber	indicate/signal a fall (to)
situation menaçante par tombé	menacing fall situation
stop !	stop !
sudation	sweat
surveillance du combat	supervising the fight
temps mort	timeout
temps réel du combat	actual wrestling time
temps réglementaire	regulation time
terminer le combat	end the match (to)
tombé	pin
tombé ! touche !	touch !
tomber	pin (to)
touche au-delà de la surface de combat	pin/fall outside the mat
tour de classement	classification round
tour éliminatoire	preliminary round
tour final	final round
vainqueur aux points	point winner / winner by points

vainqueur par forfait	winner by forfeit/default
vainqueur par supériorité technique	winner by technical superiority
vainqueur par tombé	winner by fall
victoire aux points	victory on points / win on points / decision by points
victoire minime	close/narrow win
victoire par abandon	victory for abandon
victoire par blessure	victory for lesion
victoire par disqualification	victory for disqualification / win by disqualification / disqualification victory
victoire par grande supériorité	victory for great superiority
victoire par tombé	victory for touch / win by fall
violence	roughness
zone !	zone!
zone de passivité	passivity zone
zone rouge	red zone
<b>Technique / Tactique</b>	<b>Technique / Tactics</b>
accrochage	clinch
accrocher	grapple (to)
accroupir pour plonger (s')	duck (to)
action / prise	action
action de grande technique / prise de grande amplitude	major technique / great height with arching turning
amené à terre	standing take-down
amené à terre en demi-souplesse	body throw
amené à terre en demi-souplesse ; bras roulé	three-point takedown by body throw

amener au sol	throw down (to) / pull down (to)
amorcer une prise	initiate a hold (to)
arraché	lifting hold
arracher au sol	raise from the ground (to)
attaquant	attacking/offensive wrestler
attaqué ; lutteur attaqué ; lutteur contrôlé ; lutteur dominé ; lutteur en défense	defender
attaquer	shoot (to)
attaque aux jambes	leg attack
auto-touche	auto-touche
bascule	lift-over / tilt
blocage du pont	blocking of the bridge
bras à la volée	arm throw / shoulder throw
bras éloigné	far arm / further arm
bras roulé	body throw / twisting take-down
ceinture	waist lock
ceinture ; ceinture avant	tight waist
ceinture à rebours	cross body-hold and lift
ceinture arrière	throw while twisting the opponent
ceinture arrière ; bras roulé	flying mare
ceinture arrière exécutée en souplesse	standing rear body-lock and lift
ceinture avant	waist-hold ; waistlock
ceinture avant ; contrôle de ceinture avant	front waist lock
ceinture avant par-dessus	waist lock from above

ceinture de côté	tight waist to the side
ceinture de côté en pont	gut wrench
ceinture de côté en pont ; ceinture en pont	tight waist roll
ceinture en arrière	wrist butlock
ceinture en pont ; ceinture de côté en pont	turn over with body hold
ceinturer	tackle (to)
changement de prises / de contrôles	change of holds
chassé	ankle trip
chassé de côté	neck hold and leg trip
chute	drop
clé de bras ; ramassement de bras par-dessus	arm lock
clef de tête allemande	german head lock
clef de tête simple ; prise de tête	head lock
clef double / double clef de tête	full Nelson
collé au tapis	pinned
combat	match
combinaison de prises	combination of holds
combinaison tactico-technique	tactico-technical combination
conduite du combat	conduct of the bout
contre-attaque	counter wrestling
contre-prise	counter
contrer une prise ; parer une prise	counter a hold (to)
contrôle	immobilization

contrôle à plat ventre	parallel hold-down
contrôle au corps	body lock
contrôle dans le prolongement	hold-down at the head
contrôle de bras	arm control
contrôle de bras, de tête, de jambe	control of the arm, the head, the leg
contrôle de fourche et crochet intérieur	inside stop throw
contrôle de tête	head control
contrôle des bras	hacking
contrôle double ; prise double ; saisie double	double grip/gripping; double hold
contrôle du côté de l'épaule	hold-down at the shoulder
contrôle du tombé	maintaining a fall
contrôle en ceinture	double body hold
contrôle en ceinture arrière	rear waist lock
ceinture arrière en souplesse	backward bending throw
contrôle entre les jambes	hold-down between the legs
contrôler	ride (to)
contrôler en pont	control in bridge position (to)
contrôler son adversaire	control one's opponent (to)
corps à corps	infighting
coucher à plat ventre (se)	lie flat on the stomach (to)
coup de tête dans le ventre	spike drive
crochet	hook
crochet de jambe	leg lock

crochet ; entrée en crochet	leg hook
crochet de jambe arrière ; chassé arrière	back trip
crochet intérieur ; croisé de cheville	leg scissors
croisillon	ankle lace
cuisse à rebours	crotch lift
debout	standing position (in the)
décalage arrière	double leg
décalage avant	single leg tackle
dégager de la prise (se)	free oneself from the hold (to)
demi-pont	half bridge
déséquilibre par poussée sur blocage arrière	twisting move
déséquilibrer	take off balance (to)
déséquilibrer l'adversaire	get/put the opponent off balance (to)
dessous	bottom position
dessus	on top
distance rapprochée	at close quarters
double feinte	double feint
double Nelson	double Nelson
double prise de bras hanchée	double underhook hip throw double arm hip throw
double ramassement de bras	double arm hold
double ramassement de jambes	double leg hold
échapper (s') ; dégager (se)	escape (to)
en basculant l'adversaire par-devant	rolling forward

en tournant par-devant l'adversaire	turn-over across the back
enchaînement	chain wrestling
enfouchement	fireman's carry
enfouchement arrière	rear crotch pick-up
esquive	escape
être prêt à combattre	be on deck (to)
faire lâcher prise ; rompre une prise	break a hold (to)
faire retomber les 2 épaules contre le tapis	pin fall (to)
faire un pas de côté en ceinturant l'adversaire	side-step (to)
faire une prise	catch (to)
faire une prise ; saisir	hold (to)
fausse attaque	fake attack
Feinte	feint
finale / immobilisation	hold-down
finale à plat ventre	blocking from the side
fuir une prise / le tapis	flee the hold / the mat (to)
fuite de prise	escape from hold / hold escape
fuite du tapis	mat escape
garde	guard
garde ; garde debout	wrestling stance
garde basse	bending position
garde debout basse	crouching position
garde debout droite	right-hand guard

garde debout frontale	front wrestling positon
garde debout haute ; garde haute	standing position
garde droite	right position
garde gauche	left guard
garde haute	high on guard
garder l'équilibre	maintain balance (to)
grande amplitude	grand amplitude
immobiliser le pont	prevent a bridge (to)
jambe éloignée	further leg
jambe simple	single leg
kliket arrière	lateral grapevine throw
lâcher prise	release a hold (to)
lancer (n.) debout	throw from a standing position
lancer (n.) par une flexion en avant	forward bending throw
liane	grapevine
liane ; crochet	leg scissors (single leg)
liane double	double grapevine
lutte à distance	long-distance wrestling
lutte à terre	position on the mat
lutte à terre ; lutte au sol	ground wrestling
lutte de près	short-distance wrestling
lutte de près	close contact
lutte debout	standing wrestling

lutte ouverte	aggressive/open wrestling
lutte passive	passive wrestling
lutte tactique	tactical fight
lutter au sol ; lutter à terre	wrestle from a kneeling position (to)
lutter debout	wrestle from a standing position (to)
lutter ouvertement	wrestle openly (to)
lutteur actif / dynamique	active wrestler
lutteur dessous	wrestler at the bottom / wrestler underneath / under man
lutteur dessus	wrestler in the top position / wrestler on top / top man
maintien en pont	blocking a bridge / holding in the bridge
mettre en position de garde (se)	take up a position (to)
mettre en position de garde à terre (se)	take ground position (to)
mettre en position debout (se)	take up a position (to)
mise en danger	putting in danger
mouvement de feinte	fake hold
par tirade en avant	around and over take-down
parer une prise	parry a grip/hold (to)
passage en pont	momentary bridge
passage sous le bras	duck under
passer en position à genoux, mains à terre	go on all fours (to)
perdre une occasion	miss a chance (to)
plongée	ducking
plongeon sous l'adversaire	diving under arm

pont	bridge ; bridge position
ponter	bridge (to)
porter une prise	apply a hold (to)
position à genoux, mains à terre	on all fours
position à terre	down position
position à terre ; position défensive	defence position
position au-dessus	top position
position de mise en danger ; mise en danger	near fall position
position d'infériorité ; position en dessous	behind
position en danger	position of danger
position en dessous	underneath position
position initiale du lutteur à terre	initial position of the wrestler on the ground
poussée	push off
poussée du bras	elbow push-up
pousser hors du tapis	push off the mat (to)
pression	pressure
prise	hold / grip / lock
prise à deux mains	two-on-one grip
prise à terre	hold at ground level
prise au sol	ground wrestling hold
prise croisée	cross hold
prise d'avant-bras	forearm hold
prise de bras	arm grip

prise de cheville	ankle hold
prise de corps et de bras	body and single arm hold
prise de cou	neck hold
prise de doigts / saisie de doigts	finger hold / finger lock
prise de hanche	crotch hold
prise de jambe	leg grip / leg hold
prise de jambe / contrôle de jambe	leg ride
prise de poignet	wrist hold
prise debout	standing hold
prise des deux bras	double arm tie-up
prise réussie	complete hold
prises au sol	ground holds
projection ; déséquilibre	throw
projeter	throw (to)
ramassement de bras	taking the arm
ramassement de la jambe par l'extérieur	outside crotch hold
ramassement de la jambe par l'intérieur	inside crotch hold
renversement	turn-over
reprendre le combat	resume the match (to)
reprise	reprisal
rester en pont	maintain a bridge position (to)
retournement	reversal
risque	risk factor

rompre une prise	loosen a grip (to)
rotation	spin / twist
rotation par-devant l'adversaire	around the head turnover
rouler d'une épaule à l'autre	expose the shoulders (to) roll over the shoulders (to)
rouler sur l'adversaire	move on to the opponent (to)
saisie ; prise	grip ; gripping
saisie de côté	hold from the side
saisir	grip (to)
sortie du tapis	leaving the mat
soulevé	pick-up
soulevé ; levé	lift ; lifting
souplesse	backward bending throw
surpassé	reversal and escape
tirade	pull ; pulling
tirade de bras ; passage arrière	arm drag
tirade de bras croisée	cross-arm drag
tirade de tête	drag by the head or neck
tombé ! / touche !	fall !
tombé / touche	touch
tombé instantané	instant fall
tomber l'adversaire / vaincre par tombé	beat by touchdown (to)
tour	turn
tour de hanche	hip roll / hip throw