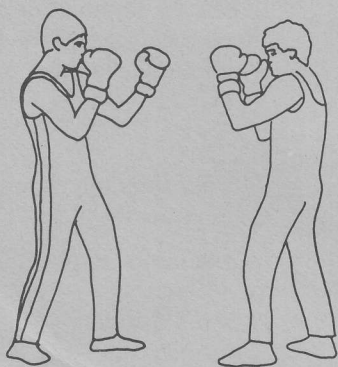


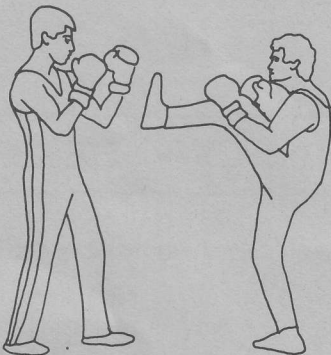
PAGE TECHNIQUE de BOXE FRANÇAISE

LES COUPS "FACIAUX" DE BOXE FRANÇAISE



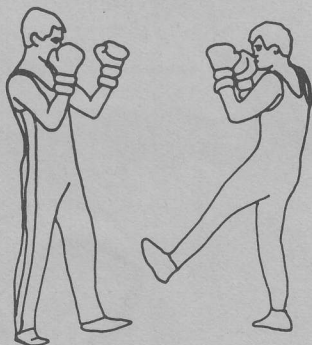
Position classique de garde à gauche.

Armé d'un chassé de face.



- . bras sur l'avant
- . cuisse sur la poitrine
- . pied de frappe en flexion, pointe dirigée vers le haut
- . jambe d'appui semi fléchie, pied légèrement ouvert.

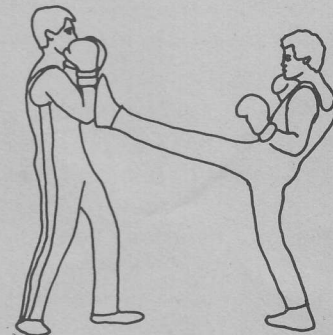
Armé d'un revers de face.



- . bras en position de garde
- . balancé de la jambe avant tendue.

Chassé de "Face"

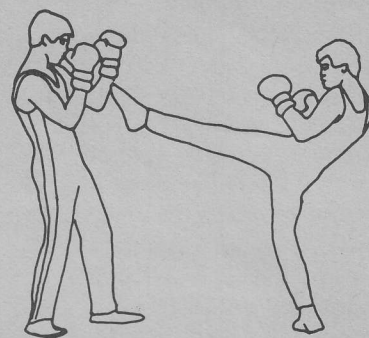
Chassé de face Médian avec parade bloquée sur les avant-bras.



- . les bras restent en protection sur l'avant
- . détente de la jambe de frappe, le pied restant en position fléchie
- . jambe d'appui semi-fléchie
- . poussée du bassin vers l'avant (par rapport au pied d'appui).

Revers de "Face"

Revers de face Médian avec esquive en retrait

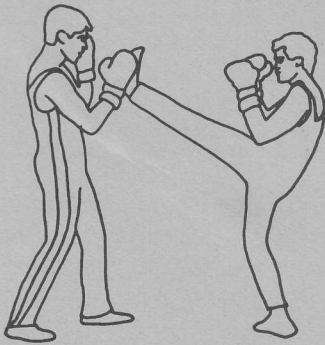


- . les bras restent en protection sur l'avant
- . balancé tendu de la jambe de frappe
- . pied de frappe en extension
- . jambe d'appui semi-fléchie
- . pied d'appui légèrement ouvert
- . poussée du bassin vers l'avant.

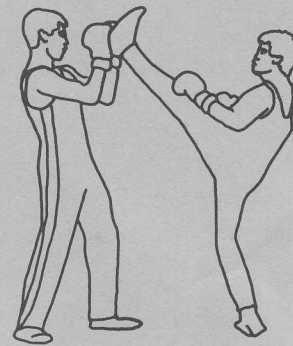
EN LIGNE MÉDIANE ET HAUTE DONNÉS DE LA JAMBE AVANT

ou "Frontal"

Chassé de face Médian avec parade déviée.

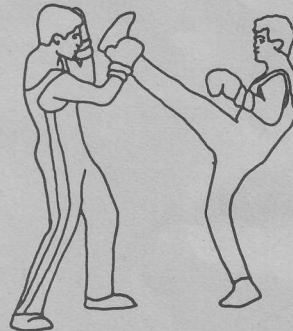


Chassé de face visage avec parades protection des 2 mains.



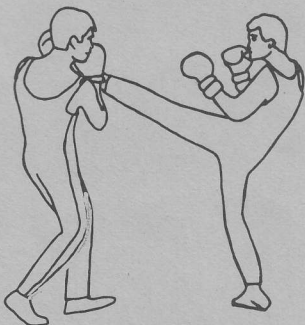
- les bras restent en protection
- détente de la jambe de frappe en direction de la poitrine,
- le pied restant fléchi.

Chassé de face visage avec parade esquive, déviation latérale.



ou "Frontal"

Revers de face Médian avec parade opposition du bras arrière.



Chassé de face visage avec parade opposition du bras arrière.

