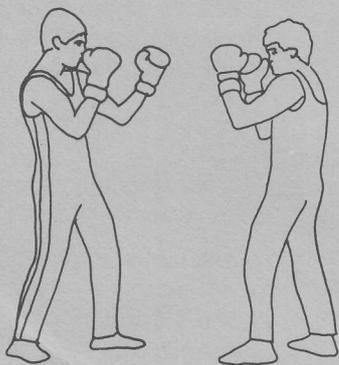


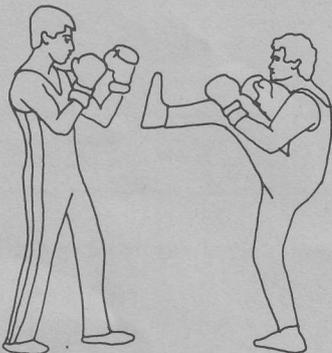
# PAGE TECHNIQUE de BOXE FRANÇAISE

## LES COUPS "FACIAUX" DE BOXE FRANÇAISE



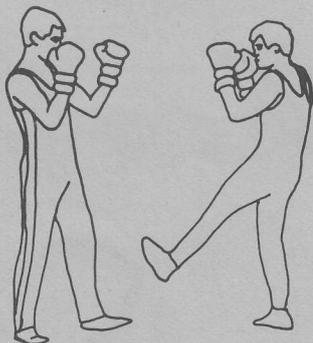
Position classique de garde à gauche.

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.

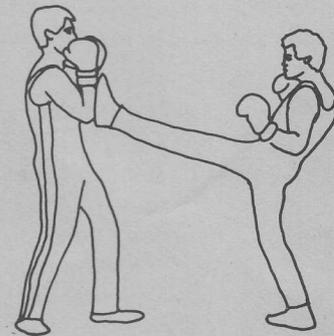
Armé d'un revers de face.



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

### Chassé de "Face"

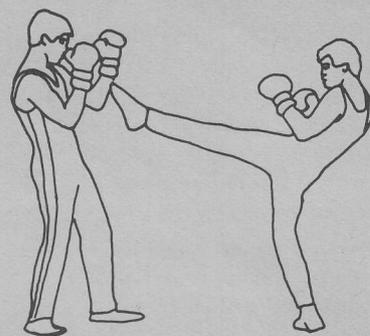
Chassé de face Médian avec parade bloquée sur les avant-bras.



- . 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

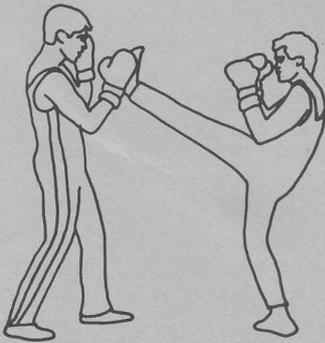


- . les bras restent en protection sur l'avant
- . balancé tendu de la jambe de frappe
- . pied de frappe en extension
- . jambe d'appui semi-fléchie
- . pied d'appui légèrement ouvert
- . poussée du bassin vers l'avant.

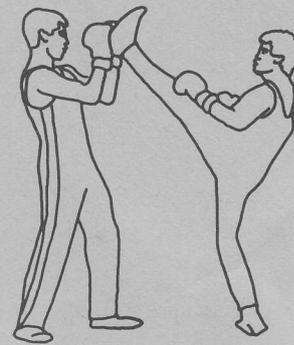
## EN LIGNE MÉDIANE ET HAUTE DONNÉS DE LA JAMBE AVANT

### ou "Frontal"

Chassé de face Médian avec parade déviée.

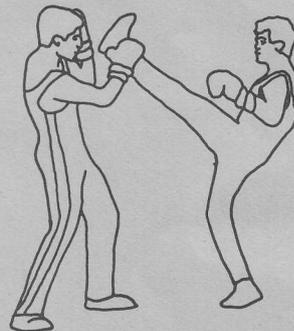


Chassé de face visage avec parades protection des 2 mains.



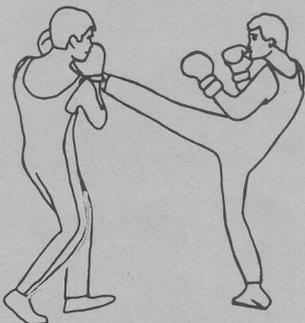
- les bras restent en protection
- détente de la jambe de frappe en direction de la poitrine,
- le pied restant fléchi.

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.

