

Les bases de la SAVATE BOXE FRANÇAISE et des boxes pieds-poings

Du débutant au confirmé



ISBN : 978-2-7027-1266-5
Code : BASA
Prix public : 20 €
Janvier 2009

Cet ouvrage répond aux différentes questions que se posent les pratiquants et futurs pratiquants de Savate boxe française, en particulier, et sur les boxes pieds-poings en général. Il est également destiné aux entraîneurs et enseignants d'éducation physique et sportive qui souhaitent disposer d'un outil pédagogique adapté.

Vous trouverez dans ce livre de référence :

- Une présentation de la Savate boxe française.
- 4 à 11 séances de Savate boxe française permettant plusieurs mois, voire plusieurs années d'entraînement.
- Un glossaire technique.
- Une présentation des techniques de la Savate boxe française.
- De nombreux conseils techniques, pédagogiques et didactiques.
- Une séance de préparation physique spécifique.
- Des exercices de relaxation.

Victor Sebastiao est professeur de sport, Directeur Technique National Adjoint en charge du secteur formation de la Fédération Française de Savate boxe française et Disciplines Associées et Entraîneur National de l'équipe de France féminine de Savate boxe française.

LIVRE DISPONIBLE CHEZ VOTRE LIBRAIRE HABITUEL
OU, À DÉFAUT, MERCI DE NOUS RETOURNER LE BON DE COMMANDE CI-DESSOUS

BON DE COMMANDE

ENVOI FRANCO DE PORT

À retourner avec votre règlement à :

Éditions Chiron – 1, rue Guynemer – CS 30504 – 78771 Magny-les-Hameaux

Nom

Adresse d'expédition

Je désire recevoir :

- Les Bases de la Savate boxe française

Code	Qté	Prix	Total
BASA	20 €

Joindre votre règlement par chèque