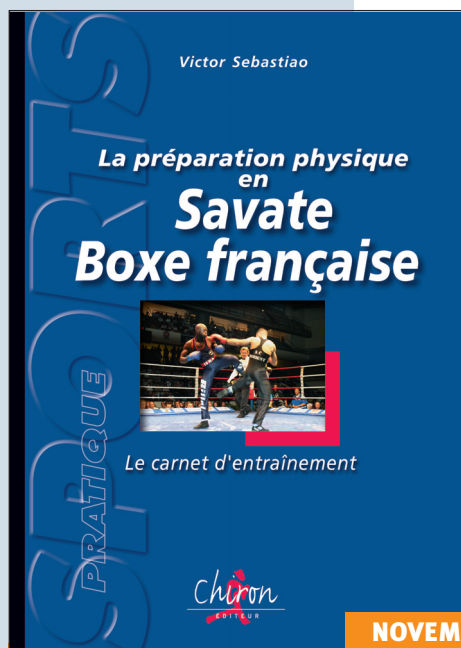


La préparation physique en SAVATE BOXE FRANÇAISE



**NOVEMBRE
2004**

ISBN : 2-7027-0990-7

Code : BFCE

Prix public TTC : 22 €

L'objectif de cet ouvrage est d'apporter au boxeur et au pratiquant d'arts martiaux, un outil d'aide à la préparation physique.

Y sont passées en revue, de façon claire et pédagogique les qualités physiques requises à une performance de haut niveau, la méthodologie, les ressources individuelles à exploiter, les évaluations, les tests, les bons profils technico-tactiques.

Des points de repère sous forme de fiches sont insérés dans l'ouvrage pour que le compétiteur puisse mettre en place son programme personnalisé de préparation physique au quotidien.

Victor Sebastiao est directeur technique national adjoint et chargé de formation au sein de la Fédération 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 - 10, rue Léon Foucault - 78184 Saint-Quentin en Yvelines

Nom :

Adresse d'expédition :

Je désire recevoir :

Je désire recevoir :	Code	Qté	Prix	Total
• La préparation physique en savate boxe française	BFCE	22 €

- Joindre votre règlement par chèque -