



L'objectif de ce livre est de proposer aux moniteurs, aux titulaires du brevet d'État 1^o (ou brevet professionnel), aux formateurs et aux compétiteurs de Savate boxe française un état des lieux et un ancrage théorique. De plus, il apporte un outil didactique et méthodologique simple pour aider à la préparation technico-tactique du tireur en combat (adaptable à l'assaut et à d'autres boxes pieds poings, sports de combats et arts martiaux).

Vous trouverez dans cet ouvrage, outre un discours théorique, des bases sous forme d'étapes et d'objectifs :

- 1^{re} étape : faire un bilan, définir un objectif
- 2^e étape : utiliser des grilles d'observation
- 3^e étape : élaborer un plan technico-tactique
- 4^e étape : construire et organiser des séances d'entraînement

Avec un carnet de bord et de nombreuses fiches vous préparant de façon concrète à l'entraînement, ainsi que de nombreux enchaînements illustrés de photos.

Victor Sebastiao est Directeur Technique National Adjoint en charge du secteur formation de la Fédération Française de Savate boxe française et Entraîneur National de l'équipe féminine combat de Savate boxe française.

SEPTEMBRE 2007

ISBN : 978-2-7027-1210-4

Code : PRETAB

Prix public TTC : 24 €

www.sophrogym.com

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 :

	Code	Qté	Prix	Total
• La préparation techno-tactique en Savate boxe française	PRETAB	24 €

- Joindre votre règlement par chèque -