

<http://ec-jules-ferry-amboise.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article305>



# Boxe éducative : séance type



Date de mise en ligne : mardi 3 février 2015

---

Copyright © Ecole Primaire Publique Jules Ferry AMBOISE (37) - Tous

droits réservés

---

Après l'échauffement, travail en ateliers : perfectionnement du "direct", des "parades", "ripostes" et "esquives", avant de finir par des assauts avec les casques !!!