

Boxe light-contact: Détectives

Les pugilistes identifient les fautes qui se répètent.

Tous les participants frappent au sac ou boxent dans le vide. Désigne trois boxeuses ou boxeurs qui commettent une faute donnée un coup sur quatre. Deux détectives jouent l'un contre l'autre et tentent d'identifier aussi vite que possible les participants qui commettent les fautes. Chacun est tenu de dénoncer les trois coupables en même temps. Si un détective dénonce un innocent, c'est l'autre détective qui gagne.

plus facile

- Ne désigner que deux boxeuses ou boxeurs qui commettent des fautes.

plus difficile

- Désigner davantage de boxeuses ou boxeurs qui commettent des fautes.
- Laisser les boxeurs multiplier les fautes.

Matériel: Gants (pour les frappes au sac)

Source: Stefan Käser



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO