

## Les disciplines que nous vous proposons.

### SAVATE BOXE FRANCAISE

Découvrez la Savate Boxe Française pratiquée en Assaut chez nous, une discipline unique alliant pieds et poings pour des rencontres basées sur la précision des touches. Adaptée à tout public, la Savate incarne les valeurs d'Ethique, d'Esthétisme, d'Efficacité et d'Education, en faisant l'essence des sports de combat français.

### SAVATE DEFENSE

La Savate Bâton Défense vise à enseigner des techniques d'auto-défense pour répondre à des attaques en saisie ou percussion, favorisant la progression dans la gestuelle et la compétence en auto-défense.

### CANNE DE COMBAT & BATON

La Canne de Combat et le Bâton sont des sports de combat utilisant des mouvements de frappe avec le côté de l'arme, respectant des règles techniques et une méthodologie précise.

### BOXE ANGLAISE

La Boxe Anglaise, pratiquée avec les poings, développe la coordination, la précision et le coup d'œil. Elle améliore la réactivité, la vitesse, renforce le corps, favorise la concentration et la confiance en soi.

Contactez-nous pour avoir des renseignements ou venez tout simplement essayer...



07.86.49.43.64



pat.guirard@free.fr



abfmuc\_savate



Académie de Boxe Française Montpellier



[mucomnisports.fr/boxe-francaise-savate](http://mucomnisports.fr/boxe-francaise-savate)



**Gymnase de BOUTONNET**

11 Rue du Colonel Marchand, 34090 Montpellier  
(Tram L1 Boutonnet)

**Palais Universitaire des Sports (VEYRASSI)**

1216 Avenue du Pic Saint Loup, 34090 Montpellier  
(Tram L1 Arrêt Occitanie)

**Gymnase Joël ABATI (CLAPIERS)**

1 Rue du Paraguay, 34830 Clapiers  
(Près des terrains de football)



SAVATE BOXE FRANÇAISE

