

La savate-boxe française



La savate est fondamentalement un sport de combat utilisant les percussions pieds-poings. Il s'agit d'une méthode de défense naturelle sans aucun risque.

Deux personnes s'affrontent seul sur un ring. Les seules armes utilisées sont toutes les parties de la chaussure de Savate recouvrant le pied et la partie avant du gant recouvrant la main lorsqu'elle est fermée.

La pratique de la savate permet de libérer les tensions nerveuses, améliore la confiance en soi et le contrôle de ses émotions.

Les tireurs et les tireuses sont classés suivant les huit catégories d'âges (des pré-poussins aux vétérans) et suivant les catégories de poids (des moustiques aux lourds).

Il existe deux formes de rencontre en savate:

- L'assaut se déroule entre deux personnes du même sexe. Les deux notations tiennent compte de la maîtrise technique et du style.
- Le combat oppose deux tireurs(euses). Ils sont notés suivant la technique, la précision, l'efficacité des coups et la combativité des tireurs(euses)

Cette discipline peut-être pratiquée par les jeunes à partir de 6-7ans

Plus d'informations: www.savate-belgium.be