

Duel avec limitation

Nr. du poste

Mise en place du poste:

-

Matériel:

Par participant:

- 1 paire de gants de boxe
- 1 sautoir

Exerice:



Deux boxeurs munis d'un seul gant et d'un sautoir accroché à leur ceinture s'affrontent. Tout en boxant (cibles: front et ventre), ils essaient d'attraper le sautoir de leur adversaire. Les frappes ne visent qu'à empêcher l'adversaire de voler le sautoir. Les points sont attribués pour le gain du sautoir uniquement. Les touches trop appuyées donnent automatiquement un point à l'adversaire.

Variantes:

- Touche = 1 point. Vol du sautoir = 3 points. 10 points = victoire.
- Le sautoir est placé soit sur le côté où l'on a pas de gant ou sur le côté opposé.