

Boxe Américaine

(CSL de Bons-en-Chablais)



Termes généraux liés à l'attaque

ASSAUT :

Situation d'opposition où la puissance des coups est interdite.

ATTAQUE :

Action destinée à toucher l'adversaire

FEINTE :

Action offensive destinée à fixer l'attention de l'opposant dans le but de le perturber et de le tromper pour le toucher

CIBLE :

Surface codifiée permettant la localisation des touches

OPPORTUNITE :

Choix de la meilleure action au meilleur moment

PREPARATION D'ATTAQUE :

Actions précédant immédiatement le déclenchement de l'attaque (déplacement, placement, geste, feinte).

Création de la meilleure situation pour toucher.

CONTRE :

Coup efficace déclenché après le début d'une action adverse et qui arrive avant que celle-ci n'aboutisse.

CONTRE-ATTAQUE :

Coup ou enchaînement de coups déclenchés après avoir neutralisé l'attaque adverse par une technique de défense.

ENCHAINEMENT :

Suite d'actions offensives ou défensives.

GRADE :

Indication du niveau technique