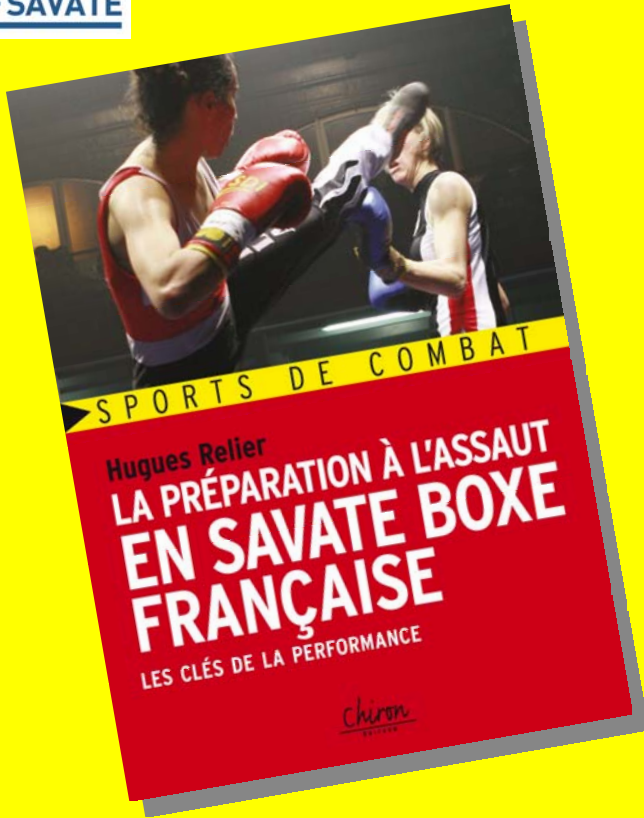




Bon de commande



La préparation à l'assaut en SAVATE boxe française – Hugues RELIER

L'objet de cet ouvrage est de proposer aux entraîneurs – moniteurs ou éducateurs sportifs – aux formateurs, aux compétiteurs et à tous les pratiquants, les clés permettant une préparation efficace aux exigences de l'assaut en savate boxe française.

Vous trouverez dans cet ouvrage :

- Des séances technico-tactiques complètes et commentées,
- Une séance de préparation physique spécifique à l'assaut,
- Des cycles de séances pour chacun des thèmes développés,
- Des exemples de planifications d'entraînements,
- Des fiches d'évaluations...

Les secrets techniques de quatre champions titulaires des Equipes de France complètent cet ouvrage agrémenté de nombreuses photos et conseils pratiques.

Coupon-réponse

Merci d'adresser ce coupon accompagné de votre chèque à l'ordre de la **Fédération Française de SAVATE boxe française et DA**
49, rue du Faubourg Poissonnière – 75009 PARIS. Tel : 01 53 24 60 60

Nom..... Prénom.....

Adresse.....

Code postal..... Ville.....

E-Mail..... Téléphone.....

Barème des frais de port :

- De 0 à 45€ = 3,50€
- De 46 à 75€ = 6,50€
- De 76 à 150€ = 9,50€

Je commande	Prix unitaire	Quantité	Prix total
<i>La préparation à l'assaut en SAVATE boxe française</i>	24€	x	
		Frais de port :	
		Total à payer :	

Merci de me renvoyer une facture.

Date..... Signature :