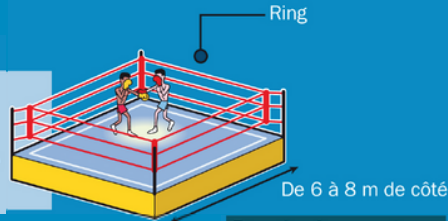


La boxe

Un sport de combat

2 adversaires s'affrontent en se donnant des coups de poing, sur un **ring**. Chaque coup qui atteint l'adversaire au visage ou au torse donne des points. Les adversaires doivent appartenir à la même catégorie de poids. Pour les boxeurs professionnels, il en existe 17, de la catégorie « mouches » (moins de 51 kg) à « lourds » (plus de 91 kg).



Déroulement d'un match

Chaque combat est divisé en 3 à 12 **rounds** de 3 minutes pour les hommes, espacés d'un temps de repos de 1 minute. Pour les femmes, le round dure 2 minutes.



Des règles strictes

Les coups en dessous de la ceinture sont interdits. Il est obligatoire de frapper avec la main et aucune autre partie du corps. Les coups donnés la main ouverte ou avec le côté de la main ne sont pas permis. Il est interdit de frapper son adversaire de dos ou lorsqu'il est au sol.

Victoire par points ou par KO

Il existe 2 manières de gagner un combat :

- Le boxeur qui a le plus de points remporte la rencontre.
- L'un des 2 parvient à mettre son adversaire à terre pendant 10 secondes : c'est le KO (Knock Out, qui signifie en anglais « faire sortir en frappant »).

Des équipements de sécurité

Les boxeurs portent des gants épais et un protège-dents. Le casque n'est autorisé que pour les boxeurs amateurs, ainsi que la **coquille**, pour les hommes.

Boxe américaine, française, anglaise...

Il existe plusieurs types de boxe, avec des règles différentes. Dans la boxe dite « américaine » (ou française, appelée la savate) par exemple, les coups de pied sont permis. La boxe anglaise est la plus pratiquée. C'est la seule qui est représentée aux Jeux olympiques.

À quel âge commencer ?

Il est conseillé de ne pas débiter la boxe avant 6 ans. En France, il est possible de participer à des compétitions nationales à partir de 14 ans.

À RETENIR

- 1 La boxe est un sport de combat. 2 athlètes échangent des coups sur un **ring**. Seuls les coups au visage et au torse sont permis.
- 2 Il existe plusieurs types de boxe. La boxe anglaise est la boxe la plus

pratiquée. La boxe française autorise les coups de pied.

- 3 Le gagnant est celui qui a porté le plus de coups à son adversaire ou qui l'a mis KO au moins 10 secondes de suite.

Ring (ici) : estrade carrée entourée de cordes.
Round (ici) : partie d'un match de boxe.
Coquille (ici) : protection pour les parties génitales.

JO de Paris 2024 : déjà sept Français qualifiés en boxe

Davina Michel et Billal Bennama ont rejoint Wassila Lkhadiri, Amina Zidani, Estelle Mossely, Sofiane Oumiha et Makan Traoré dans le train des boxeurs et boxeuses français qualifiés pour les JO de Paris grâce à leurs performances aux Jeux Européens cette semaine.

Par Le Parisien
Le 1 juillet 2023 à 11h29



Autour d'Estelle Mossely, championne olympique en 2016, sept boxeurs français sont déjà qualifiés pour les Jeux de Paris. Icon sport

À Rio de Janeiro en 2016, les boxeuses et boxeurs français avaient collectionné six médailles, dont deux en or pour [Estelle Mossely](#) et Tony Yoka. Les Bleus sont déjà assez en effectif suffisant pour rêver réaliser pareille performance à Paris, huit ans plus tard. Ce vendredi, Davina Michel (-75 kg) et Billal Bennama (-51 kg) ont été les sixième et septième Tricolores à se qualifier pour les Jeux olympiques 2024. La sportive de 26 ans et le vice-champion du monde de 25 ans ont rallié la finale des [Jeux Européens](#), premier tournoi qualificatif pour les JO.

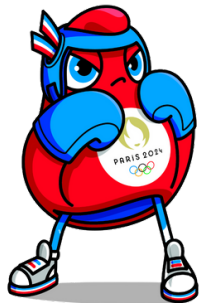
Si la qualification de Bennama, victorieux de Kieran MacDonald (5-0) en demi-finale, était attendue, celle de Michel est plus surprenante. La Martiniquaise a révélé à L'Équipe avoir fait un malaise le jour du tirage au sort, avant d'arriver en Pologne pour se frotter à la concurrence.

Les deux Frenchies rejoignent cinq Bleus qui avaient déjà obtenu leur sésame cette semaine. Wassila Lkhadiri (-50 kg), Amina Zidani (-57 kg), Estelle Mossely (-60 kg), [Sofiane Oumiha](#) (-63,5 kg) et Makan Traoré (-71 kg) ont brillé à Nowy Tag. La France a donc débuté en beauté sa phase de qualifications, alors que treize boxeuses et boxeurs français pouvaient espérer se propulser vers Paris 2024 dès ce tournoi.

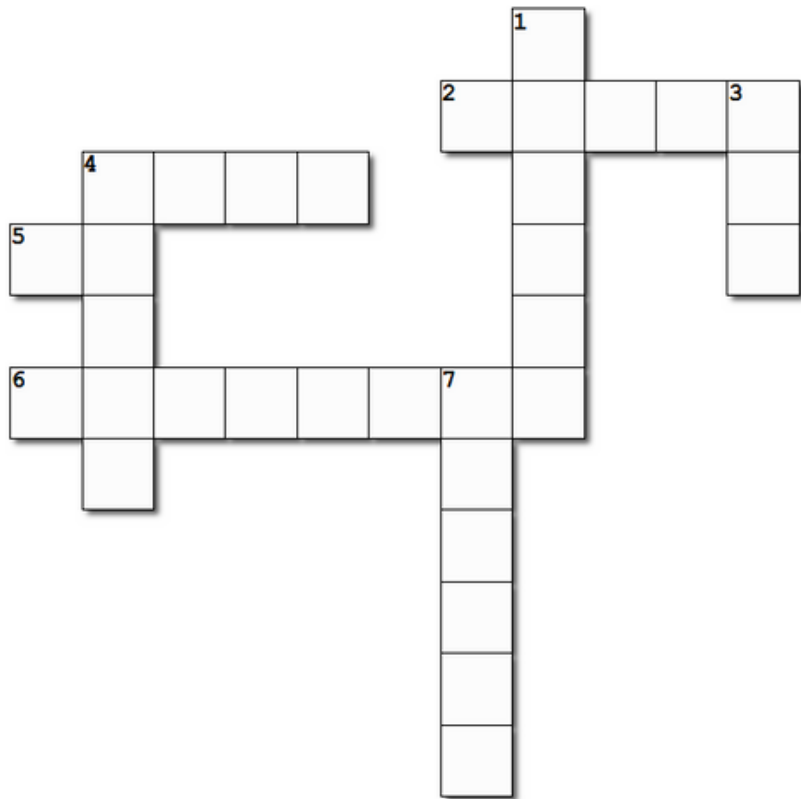
L'équipe de France a aussi profité de ces Jeux Européens pour faire le plein de médailles. Traoré et Mossely, [médaillé d'or au Brésil en 2016](#), se sont parés de bronze. Le reste de la bande aura l'occasion de viser l'or ce week-end. Ils sont tous engagés en finale de leur tournoi respectif.



BOXE - PARIS 2024



La boxe



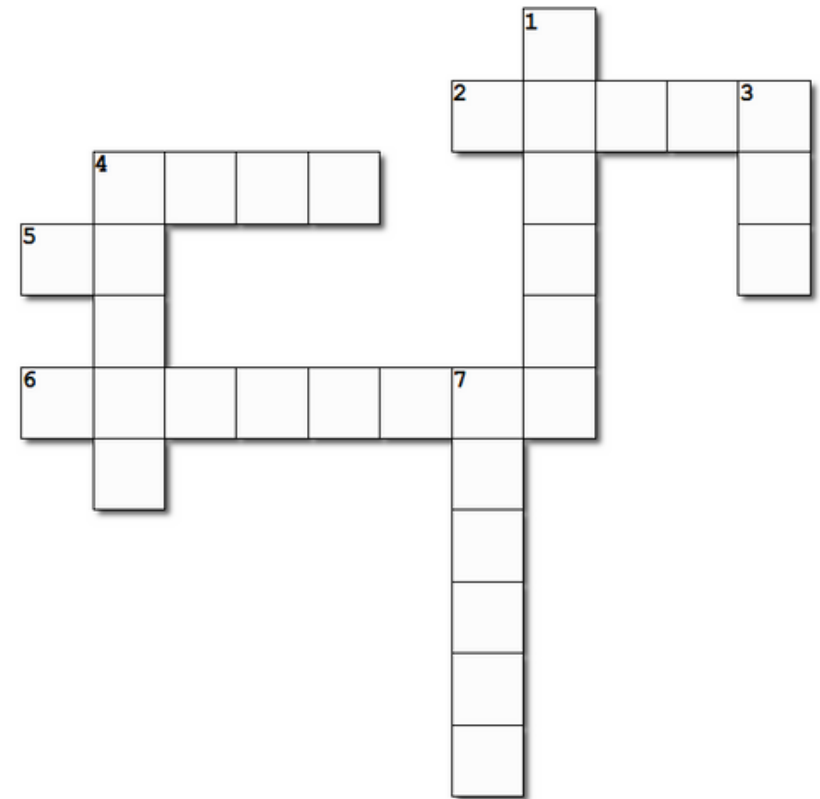
Vertical

1. Plus petite catégorie des boxeurs professionnels
3. Age auquel un enfant peut commencer la boxe
4. Partie d'un match de boxe
7. Nom de la boxe française

Horizontal

2. Ce qui détermine la catégorie
4. Estrade carrée où se déroule le combat
5. Manière de gagner un combat
6. Boxe la plus pratiquée

La boxe



Vertical

1. Plus petite catégorie des boxeurs professionnels
3. Age auquel un enfant peut commencer la boxe
4. Partie d'un match de boxe
7. Nom de la boxe française

Horizontal

2. Ce qui détermine la catégorie
4. Estrade carrée où se déroule le combat
5. Manière de gagner un combat
6. Boxe la plus pratiquée