

BOXE en GS B

Aujourd'hui, nous avons eu notre première séance
de boxe à l'école.

Notre séance a commencé avec un petit échauffement.



Nous avons appris à nous mettre **en garde**, donner un coup de poing **direct** et un coup de pied **chassé frontal**.



La séance s'est terminée par des étirements.



Article dicté à la maîtresse par des élèves de la classe.