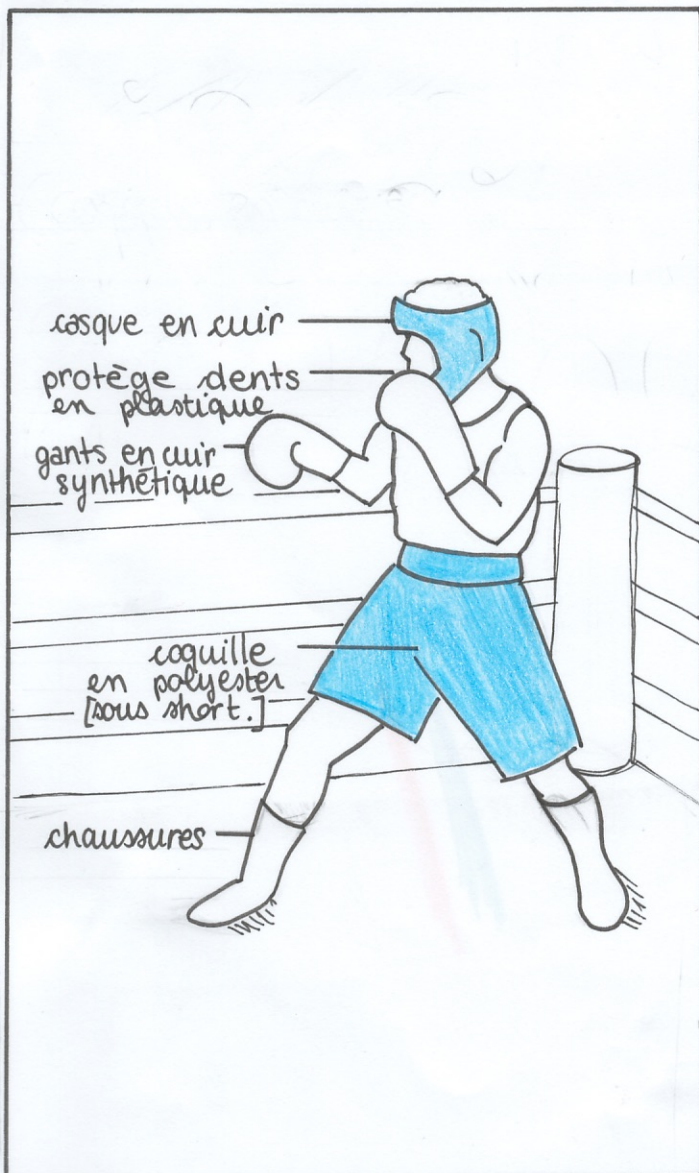
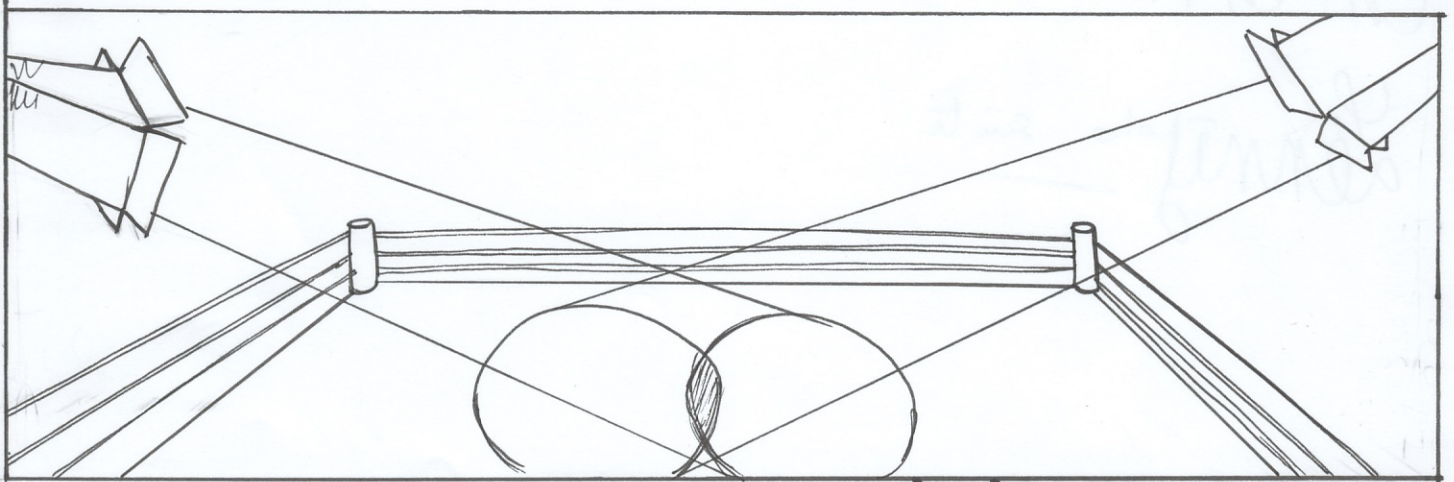
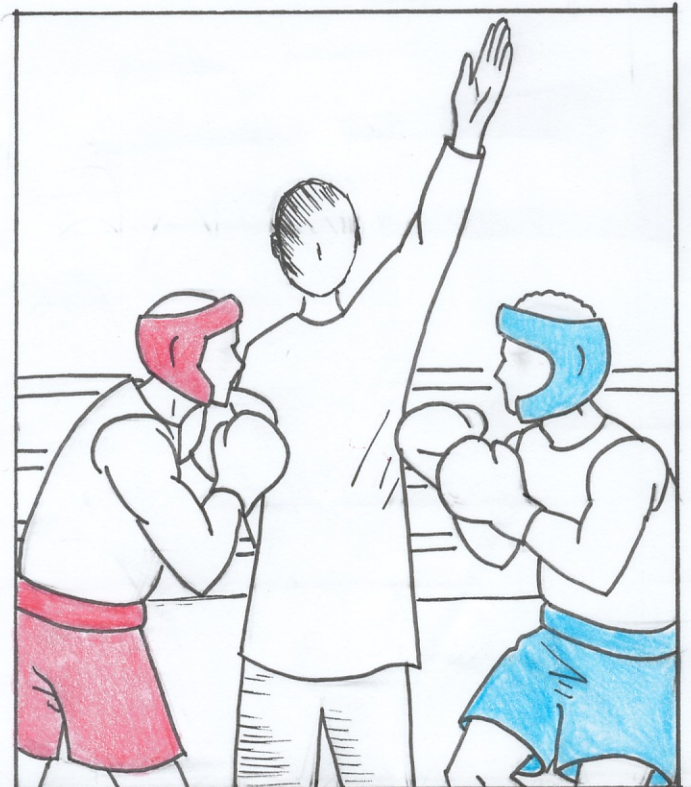


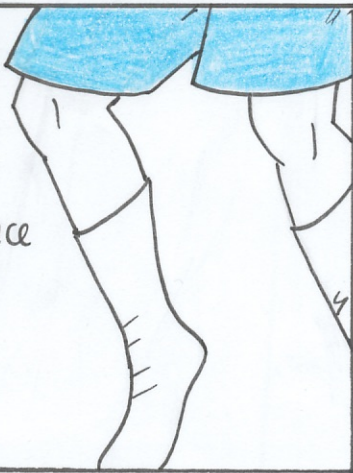
C'est l'ouverture des J.O de Paris 2024!
Le premier combat de boxe anglaise
oppose le célèbre latino Alvaro Moreno au
jeune espoir français Paul Duval.



DING
DING

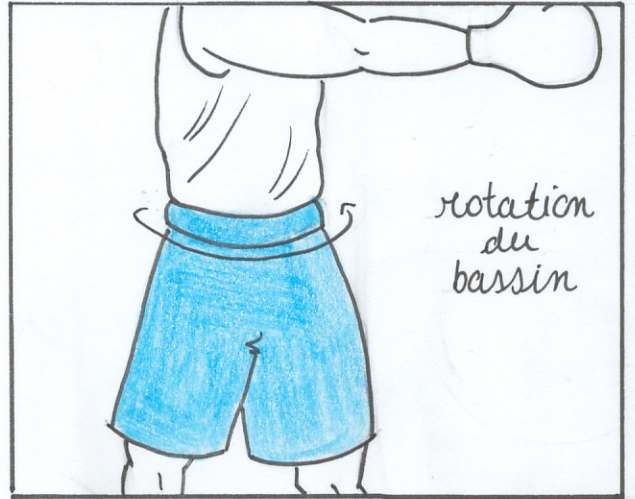
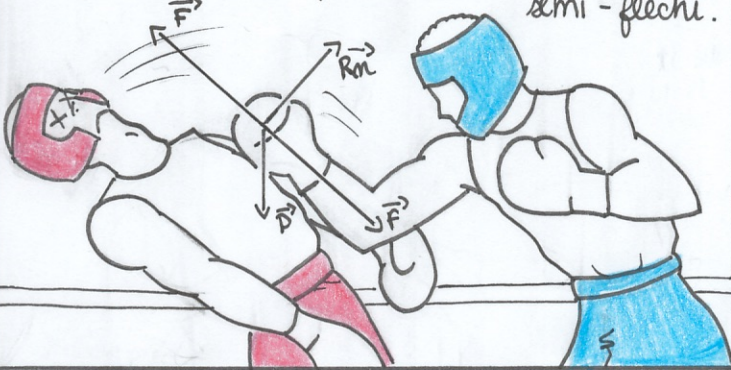


rotation du genou avec une légère flexion
 → transfert de la puissance à l'avant bras



Le transfert de la puissance est diminué si la position des articulations n'est pas bonne, donc ça crée beaucoup de fatigue car l'efficacité de l'énergie dépensée est trop faible.

C'est une action de contact, il y a un transfert de la force sur le pied avant, la force est dirigée vers l'avant-bras semi-fléchi.



rotation du bassin

