



ESQUIVES LATÉRALES

(A placer sur des directs)

1. Flexion des jambes et placer son buste en torsion.
2. Garder les mains au niveau du visage.
3. Esquiver juste d'une largeur équivalente à la taille du gant adverse.
4. Riposte : 2 + 1 +2 (Pour Jab)
Celui qui croit savoir n'apprend plus, alors garde l'esprit ouvert.