

**Section : BOXE LOISIRS****Age** : à partir de 16 ans**Période / Lieu / Horaires :**

- Lundi de 12h15 à 13h30, hors vacances scolaires et jours fériés
- Complexe Sportif et culturel de l'Argonaute  
73 Bd Marie Stuart  
45000 Orléans

**Date de démarrage & de fin de la section:**

- Le lundi 11 septembre 2023 au 24 juin 2024.

**Description des activités proposées :**

- Initiation à la boxe anglaise, travail de renforcement musculaire.
- Apprentissage des techniques de boxe (jab, uppercut, direct droit/gauche, etc, esquives) technique de déplacement.

**Tenue et matériel à prévoir :**

- Short, tee-shirt
- Gants de boxe
- baskets propre

**Contacts :****Direction des Sports et des Loisirs** : 02 38 79 29 91✉ : [emis-ovc@orleans-metropole.fr](mailto:emis-ovc@orleans-metropole.fr)**Responsable** : Sébastien TRIAU**Educateur du Boxing Club Victoria 45**