



Boxe

collection
grand soleil





Bibliothèque Nationale du Québec

Série A

Sports de combat

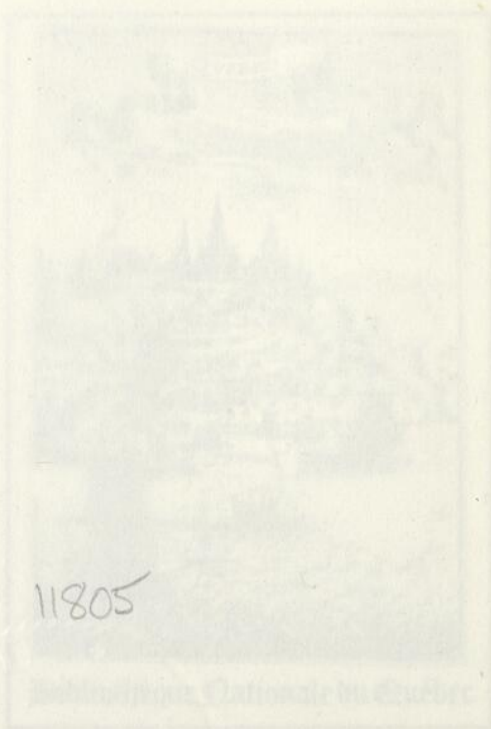
Boxe

collection
grand soleil

Éditeur officiel du Québec

89-74-277
D743151

Les brochures de la collection GRAND SOLEIL ont été réalisées avec la collaboration du haut-commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports.



© 1974, Éditeur officiel du Québec.

Tous droits de traduction et d'adaptation, en totalité ou en partie réservés pour tous les pays. Toute reproduction pour fins commerciales, par procédé mécanique ou électronique, y compris la micro reproduction, est interdite sans l'autorisation écrite de l'Éditeur officiel du Québec.

Dépôt légal — 2e trimestre 1974
Bibliothèque nationale du Québec

2

BQ 74-2592

D7431551

HISTORIQUE

La boxe, appelée aussi pugilat (escrime avec les poings), est un sport qui remonte à l'époque de la Grèce antique. Par la suite, les combats de boxe firent partie des jeux du cirque, sous l'empire romain. La boxe moderne, où il est question de catégories de poids, de port des gants et de limitation de combat, par reprises (rounds), naît au XVIII^e siècle. C'est au marquis de Queensberry que l'on attribue les règles et les principes de la boxe contemporaine.

Vers 1894, on parle déjà de championnat du monde et de challengers au titre. Les noms les plus prestigieux de cette époque sont John L. Sullivan, Charles Mitchell et Gentleman Jim Corbett.

Entre 1910 et 1920, quatre grands pugilistes font la manchette des pages sportives: Jack Johnson, Jim Jeffries, Jesse Willard et Jack Dempsey. C'est à cette époque que se développe le professionnalisme. En effet, le 4 juillet 1919, à Toledo en Ohio, une foule de 19,500 personnes assiste à la rencontre Dempsey - Willard. Les places de première loge se vendent déjà \$60 l'unité.

On peut jusqu'en 1955 considérer que la boxe professionnelle connaît ses années glorieuses, malgré certains événements tragiques. Ainsi le 14 septembre 1923, le combat entre Jack Dempsey et Luis Angel Firpo, au Polo Grounds de New York, attire une foule de 82,000 personnes. La recette se monte à \$1,188,603.

Le 22 septembre 1927, le match revanche entre Gene Tunney et Jack Dempsey, au Soldier's Field de Chicago, permet d'enregistrer une assistance de 104,943 personnes et une recette brute de \$2,658,660.

Depuis 1968, avec l'avènement de Cassius Clay alias Mohamed Ali, de Joe Frazier, puis de Foreman successivement champions du monde (toutes catégories), la boxe professionnelle retrouve sa popularité d'antan. Un combat entre Ali et Frazier, le 8 mars 1971, fait salle comble au Madison Square Garden de New York. La recette brute enregistrée, grâce au succès populaire et surtout — phénomène contemporain — grâce aux revenus considérables obtenus par la vente des droits de radiotélédiffusion, s'élève à \$18,000,000. Depuis ses débuts, une telle entreprise commerciale devait se heurter à des difficultés. Ainsi, à la suite de différents incidents, entre autres le décès de plusieurs pugilistes, certains gouvernements se sont préoccupés d'enquêter sur la boxe professionnelle, à l'image du gouvernement américain (enquête Kefauver). Les résultats de cette enquête entraînèrent l'adoption de mesures correctives visant à assainir le climat et surtout l'organisation des rencontres.

En 1928, la revue *Ring* (considérée comme la « bible » de la boxe) mit sur pied un classement, effectué par plusieurs spécialistes, qui permettait de sélectionner le meilleur boxeur de l'année. Depuis cette date, plusieurs boxeurs méritèrent plus d'une fois cet honneur: dix d'entre eux eurent droit à ce qualificatif à deux occasions, trois autres à trois occasions

(Joe Louis, Rocky Marciano et Joe Frazier). Joe Louis qui fut champion du monde des poids lourds de 1937 à 1945 se vit décerner quatre fois la « palme ».

L'éditeur de *Ring*, Nat Fleisher, autorité mondiale dans le domaine de la boxe, a dressé en octobre 1972 une liste des boxeurs qu'il considère comme les meilleurs de tous les temps. On y retrouve les noms de Jack Johnson, Jack Dempsey, Joe Louis, Rocky Marciano, Joe Frazier, Henry Armstrong, Ray Robinson, Benny Leonard, Cassius Clay, Tommy Loughran, Max Baer, Marcel Cerdan.

Au Canada, la boxe professionnelle connut son heure de gloire le 28 mai 1933, lorsque Jimmy MacLarnin de Vancouver, à l'âge de 26 ans, devint champion du monde des poids mi-moyens. Il faut mentionner parmi d'autres grands boxeurs: Georges Chuvalo, classé longtemps parmi les dix meilleurs poids lourds mondiaux; Yvon Durelle qui a failli décrocher la couronne mondiale des mi-lourds contre Archie Moore et également, Robert Cléroux, Joe Durelle, Fernand Simard. Actuellement plusieurs boxeurs, dont l'ex-représentant olympique à Mexico, Donato Paduano, Fernand Marcotte et Mashall Butler, voient leurs efforts encouragés par le public québécois.

L'aspect professionnel semble dominer cette discipline qui conserve, quelquefois avec difficultés, des statuts de sport amateur. Présentée pour la première fois aux Jeux olympiques de 1904, à Saint-Louis, puis exclue à ceux de Stockholm, en 1912, avant d'être réintroduite définitivement par la suite, la boxe amateur a réussi parfois à atteindre un très haut niveau dans ces compétitions. Les meilleurs amateurs de nombreux pays, dans toutes les catégories, se rencontrent ainsi tous les quatre ans, dans le cadre de longues compétitions. Cette manifestation des Jeux est celle qui offre à la boxe amateur l'occasion de présenter, en une seule fois, un « plateau » de champions, prêts souvent à franchir les cordes du ring professionnel, une fois les Jeux terminés. Régie par une fédération internationale, n'ayant aucun lien avec les associations professionnelles, la boxe amateur reçoit, à l'exemple de certains sports olympiques (soccer, cyclisme, ski, etc.), les avances du monde sportif professionnel. Le statut d'amateur se trouve de ce fait très ambigu, d'autant plus que les sportifs occidentaux contestent parfois, pour faire oublier leur situation, le statut de leurs homologues des pays communistes. Il n'en reste pas moins que la boxe amateur — aux sens originel et actuel — existe et continue d'intéresser un large public. Sur le plan mondial, elle a produit et continue à présenter une pléiade de champions tels que le fameux Mohamed Ali, passé depuis, comme bien d'autres, dans les rangs professionnels, le Hongrois Lazlo Papp, le Suédois Ingmar Johanson, etc. En dehors des Jeux olympiques qui constituent pour ce sport — sur le plan amateur — la plus importante manifestation, il y a d'autres rencontres (rencontres internationales le plus souvent entre deux ou trois pays).

Au Québec, le tournoi annuel des Gants Dorés permet de révéler de jeunes boxeurs talentueux, souvent hélas, trop isolés.

CARACTÉRISTIQUES ACTUELLES

La boxe, tant amateur que professionnelle, est divisée en catégories de poids.

Dans la boxe amateur

Ces catégories sont chez les amateurs: mouches = 105 lb (51 kg); coqs = 112 lb (54 kg); plumes = 119 lb (57 kg); légers = 125 lb (60 kg); super-légers = 139 lb (63.5 kg); welters = 147 lb (67 kg); super-welters = 156 lb (71 kg); moyens = 164 lb (75 kg); mi-lourds = 178 lb (81 kg); lourds = au-dessus de 178 lb.

Dans la boxe professionnelle, la division des catégories reconnues par les deux associations (World Boxing Association (WBA) et World Boxing Council (WBC)) sont les suivantes: poids mouches = moins de 112 lb; poids coqs = moins de 118 lb; poids plumes = moins de 125 lb; poids légers junior = moins de 130 lb; poids légers = moins de 135 lb; poids mi-moyens junior = moins de 140 lb; poids mi-moyens = moins de 147 lb; poids moyens = moins de 160 lb; poids mi-lourd = moins de 175 lb; poids lourds = plus de 175 lb.

Durée des rencontres amateurs: ces rencontres sont de trois reprises (rounds) de trois minutes. Le décompte se fait sur une base de 20 points par round. Le règlement veut, de plus, qu'en boxe amateur aucun point supplémentaire ne soit accordé pour le knock down (chute de l'adversaire au plancher pour le compte). Enfin, aux championnats d'Europe comme aux Jeux olympiques, cinq juges officient afin d'éviter les coalitions entre juges, au détriment d'un pays.

Durée des rencontres professionnelles: ces rencontres durent six, huit ou dix rounds. Cependant les combats ayant pour enjeu un titre national comptent douze rounds alors que les combats de championnats du monde et d'Europe en comptent quinze. En boxe professionnelle, le décompte se fait par round, sur une base échelonnée de 0 à 5 points. Un knock-down au plancher donne automatiquement la reprise à celui qui l'a infligé. Un compte de dix secondes (appelé compte réglementaire) met fin au combat par un verdict de mise hors de combat. Un combat peut également se terminer par décision de l'arbitre ou par abandon d'un des pugilistes. Dans les deux cas, il s'agit d'une mise hors de combat technique.

CONDITIONS DE PRATIQUE

Site

Les combats se déroulent sur un ring appelé aussi arène. C'est une plate-forme carrée de 15 à 20 pieds entourée de quatre cordes parallèles et recouverte d'une toile couvrant un tapis de feutre ou de mousse.

Matériel et équipement

L'équipement du boxeur comprend essentiellement des bandages pour les mains (bandes de gaze ou de crêpe) et des gants. Les gants sont faits de cuir et rembourrés de crin. Ils se serrent au poignet avec des lacets. Leur poids varie selon les catégories: 4 onces (143 g) des poids mouches aux poids légers; 6 onces (179 g) des poids mi-moyens aux poids moyens; 8 onces (227 g) pour les mi-lourds et les lourds. Les boxeurs amateurs utilisent par contre des gants de 10 onces (283 g).

À l'entraînement, les boxeurs utilisent des sacs lourds (sacs de sable), des ballons de vitesse (speed balls), des cordes à danser lestées, des ballons médicaux dont le poids varie de 9 à 20 livres, des casques d'entraînement à protecteur temporal et frontal, des protecteurs des régions hépatique et abdominale ainsi que des gants de 12 onces (340 g).

Apprentissage

L'apprentissage de la boxe comprend la maîtrise de la mise en garde, les déplacements avant, arrière et latéraux, la compréhension des techniques d'esquive, de parade, de riposte et, enfin, les combinaisons offensives.

Les parades: sont la parade bloquée du gant et la parade du coude.

Les coups: les plus utilisés sont

- *le direct à la mâchoire:* donné par une détente du bras vers l'avant;
- *le crochet:* donné avec le bras plié, par un mouvement de bas vers le haut;
- *le double crochet:* répétition simultanée du même geste;
- *le cross:* donné en riposte au jab, par un mouvement du bras plié de haut vers le bas;
- *le jab:* coup sec donné à répétition, à la tête de l'adversaire;
- *l'uppercut:* crochet donné de bas en haut, au cours d'une phase de corps à corps;
- *le une - deux:* gauche suivie d'une droite ou l'inverse.

Tous les coups portés à la nuque, aux reins, en bas de la ceinture ou encore portés à main ouverte sont interdits et entraînent une pénalisation durant un combat et éventuellement la disqualification du boxeur.



uppercut du droit
au menton



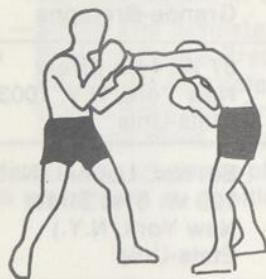
swing du gauche à la face



crochet du droit à la face



esquive sur un direct
du droit



direct du gauche,
bloqué par une parade



esquive d'un direct du gauche
et uppercut du gauche au foie

Entraînement

L'entraînement de la boxe vise essentiellement au développement de la résistance, de la force explosive, de la coordination et de la vélocité. La boxe exige de ses adeptes un effort dont l'intensité est d'un niveau élevé et dont la durée est relativement longue, avec des périodes courtes de récupération. Le travail d'un boxeur en gymnase exige donc un effort à une cadence sans cesse croissante jusqu'à ce que les possibilités maximales soient atteintes et ce, malgré une dépense d'oxygène accrue tout au long de l'effort. En règle générale, le boxeur travaille sur une base de reprises de trois minutes. Son entraînement comprend des reprises de sac d'entraînement pour l'amélioration de la force de frappe; de ballon de vitesse, pour l'entretien des réflexes et de la garde haute; de travail de simulation et de feintes, pour l'entretien des techniques de base; de sauts à la corde, pour l'augmentation de l'efficacité cardio-respiratoire et de travail dans le ring avec partenaire. Cette phase d'entraînement s'appelle aussi « faire du gant ». Le boxeur se soumet aussi à un travail d'assouplissement pour entretenir l'amplitude de ses gestes et à du « footing » (course en plein air). Une séance d'entraînement dure environ deux heures.

DOCUMENTATION ÉCRITE ET AUDIO-VISUELLE

Documentation écrite

Bulletins, revues, journaux, brochures (en anglais et en français qui traitent uniquement de l'activité qui vous intéresse).

<i>Titre</i>	<i>Adresse</i>
BOXE	
Association internationale de boxe	8, New Square Lincoln's Inn London, W.C. 2 Grande-Bretagne
Boxing Annual	67 W. 44th Street New York, N.Y. 10036 États-Unis
The Ring (U.S.)	Ed. Nat. Loubet. Nat. S. Fleischer 120 W. 31st Street New York, N.Y.) États-Unis
Boxing Illustrated	Champion Sports Publishing Co. 303 W. 42nd Street New York, N.Y. 10036 États-Unis
Boxing News	Ed. Tim Riley City Magazines, Aldwych House 81 Aldwych Londres, W.C. 2B4HL Grande-Bretagne

Ouvrages et autres publications

Des milliers d'ouvrages, d'articles et de rapports d'études ont été publiés, en français ou en anglais. Les principales maisons d'éditions qui publient des ouvrages et d'autres documents sur les sports et sur les activités de plein air sont:

- au Québec* — Éditions de l'Homme, Éditions du Jour, Éditions Leméac, Éditions La Presse.
- en France* — Éditions Amphora, Éditions Bornemann, Éditions Arthaud, Éditions du Seuil, Éditions Denoel, Éditions de la Table Ronde, Éditions Hachette.
- en Belgique* — Éditions Gérard et Co. (Marabout).
- aux États-Unis et en Grande-Bretagne* — Simon and Schuster, Prentice Hall, Ronald Press, Tafnews Press, Athletic Institute, Ed. Sports Illustrated, Pyramid Books, ATC Sports Products, Creative Sports Books, Sporting News, Harper & Row, Goodyear.

Les fédérations sportives ou d'activités de plein air publient fréquemment des documents techniques ou d'initiation.

Documentation audio-visuelle

Les organismes de production et de distribution de documents audio-visuels sont nombreux. Les plus importants sont:

- au Québec*
 - Office du Film du Québec
 - Office national du film
 - Service général des moyens d'enseignement
 - Radio Québec
 - Radio Canada
- en France*
 - Service de pédagogie audio-visuelle de l'institut national des sports
- aux États-Unis*
 - Action Films Inc.
 - Athletic Institute
 - Compagnie scientifique Ealing Ltd.
 - John Colburn Associates

Plusieurs fédérations sportives et récréatives nationales produisent ou distribuent aussi de nombreux documents audio-visuels. Renseignez-vous auprès de la Fédération de boxe amateur du Québec

Boxing Illustrations

Champion Sports Publishing Co.
525 W. 42nd Street
New York, N.Y. 10036
State-Line

Boxing News

Ed. Tim Foxe
City Magazine, Aldwych House
61 Aldwych
London, W.C. 2A 9DF
Grande-Bretagne

ORGANISMES COMPÉTENTS

Associations et fédérations

Boxe

Fédération de boxe amateur
du Québec 881 est, boul. de Maisonneuve
Montréal 132, Québec
Canada

Association canadienne de boxe
amateur 333, River Road
Ville Vanier, Ottawa K1L 8B9
Canada

Association internationale de boxe
amateur (A.I.B.A.) 8, New Square, Lincoln's Inn,
Londres W.C. 2 A 3QP,
Grande-Bretagne

Autres organismes

Les fédérations sportives ne sont pas les seules à jouer un rôle d'animation. En milieu scolaire, il existe des fédérations et des associations qui organisent le calendrier des manifestations sportives. Ces organismes fixent les lieux des rencontres et surveillent leur déroulement. Cependant, ils n'exercent pas les fonctions de réglementation et de régie qui sont de la compétence des fédérations sportives. Ces organismes sont:

- la Fédération du sport collégial du Québec
- la Fédération du sport scolaire
- l'Association des professionnels de l'activité physique du Québec
- l'Association sportive universitaire du Québec.

Le siège de ces fédérations est situé au siège social de la Confédération des sports du Québec, au 881 est, boul. de Maisonneuve, Montréal 132.

Les Conseils régionaux de loisirs exercent un rôle de soutien à l'endroit des organismes susmentionnés. Ils ont notamment pour mandat d'informer le public et de promouvoir les activités de loisirs. Pour ce faire, ils fournissent une aide administrative et technique aux fédérations et aux associations. Les Conseils régionaux de loisirs sont au nombre de 15 et sont situés dans les localités suivantes:

Est du Québec	140 ouest, rue St-Germain Rimouski
Saguenay - Lac St-Jean	132, rue Collard Alma
Québec	917, Mgr. Grandin, suite 300 Québec 10
Mauricie	Case postale 1174 1232, rue des Chenaux Trois-Rivières
L'Estrie	75, rue Chartier Sherbrooke
Outaouais	Case postale 723 115, rue Carillon Hull
Abitibi - Témiscamingue	768, 3e Avenue Val D'Or

Côte-Nord	898, rue Puyjalon Hauterive
Centre du Québec	Case postale 101 148, rue St-Jean Drummondville
Sud-Ouest du Québec	48, ave Grande Île Case postale 327 Valleyfield
Rive-sud Métropolitaine	360, rue St-Jean Longueuil
Richelieu - Yamaska	1871, rue des Cascades St-Hyacinthe
De Lanaudière	421, de Lanaudière Joliette
Des Laurentides	864, boul. St-Antoine St-Antoine des Laurentides
Montréal	Service des Loisirs 445, rue Saint-François-Xavier Montréal 125

SÉRIE E — Activités (autres)

- tennis
- longueur
- jeux d'échecs
- billard

SÉRIE L — Activités de plein air

- ski
- ski de randonnée
- équitation

SÉRIE F — Sports nautiques

- canoë synchronisé
- canotage
- plongeur
- water-polo

SÉRIE M — Activités de plein air

- randonnée pédestre
- cyclotourisme

SÉRIE G — Sports nautiques

- canoë
- canoë-kayak (plein air)
- canoë-kayak (eau vive)
- voile
- ski nautique

Liste des brochures de la collection GRAND SOLEIL

SÉRIE A — Sports de combat

escrime
boxe
judo
lutte olympique

SÉRIE H — Sports de neige

ski alpin
ski nordique
saut à ski

SÉRIE B — Sports de raquette

badminton
squash
tennis sur table
tennis

SÉRIE I — Sports de glace

patinage de vitesse
patinage artistique

SÉRIE C — Athlétisme (courses)

vitesse et relais
obstacles
demi-fond et fond

SÉRIE J — Sports de ballon

basket-ball
volley-ball
handball olympique
soccer (football)

SÉRIE D — Athlétisme (lancers)

poids
disque
marteau
javelot

SÉRIE K — Sports divers

haltérophilie
cyclisme
sports équestres
olympiques
crosse
gymnastique

SÉRIE E — Athlétisme (sauts)

hauteur
longueur
triple saut
perche

**SÉRIE L — Activités de plein air
d'hiver**

ski de randonnée
raquette

SÉRIE F — Sports aquatiques

nage synchronisée
natation
plongeon
water-polo

**SÉRIE M — Activités de plein air
d'été**

randonnée pédestre
cyclotourisme

SÉRIE G — Sports nautiques

aviron
canoë-kayak (plat)
canoë-kayak (eau vive)
voile
ski nautique

Affiches **Grand Soleil**

46 affiches de 57,15 x 95,25 cm (25,5 x 37,5 po) servent de réplique parfaite aux brochures : même titre, même illustration, même texte au verso. Alors que les brochures se présentent comme l'indispensable « livre de poche » de tout sportif, les affiches offrent l'avantage de servir simultanément à la décoration, à la publicité et à l'information. Grâce à la bande libre ménagée au bas de l'éclatante illustration, les fédérations, les associations de sport ou de plein air peuvent annoncer leurs principales manifestations et en décupler l'efficacité. Le texte d'information sert d'aide-mémoire tant aux sportifs chevronnés qu'aux débutants sur les aspects fondamentaux des sports ou des activités de plein air.

On peut se les procurer à des prix intéressants

- Dans une librairie de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez un libraire dépositaire des publications de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez l'Éditeur officiel du Québec, par commande postale

Toute commande adressée à l'Éditeur officiel du Québec est payable d'avance par chèque ou mandat-poste à l'ordre du ministre des Finances.

Expédier à : **Éditeur officiel du Québec**
675 est, boulevard Saint-Cyrille
Québec
G1A 1G7

parfaite
de
ément
e
ations
ations
ntaux

bec

ance

BNQ



C 000 011 805

Deacidified using the Bookkeeper process.
Neutralizing Agent: Magnesium Oxide
Treatment Date:

DEC 1998



BOOKKEEPER

PRESERVATION TECHNOLOGIES, L.P.
111 Thomson Park Drive
Cranberry Township, PA 16066
(724) 779-2111



L'Éditeur officiel du Québec

11805