

CHESSBOXING



introduction

- J'ai choisi ce sujet parce que j'aime la boxe ainsi que les échecs et afin de faire découvrir ce sport peu connu du public .

- **SOMMAIRE:**

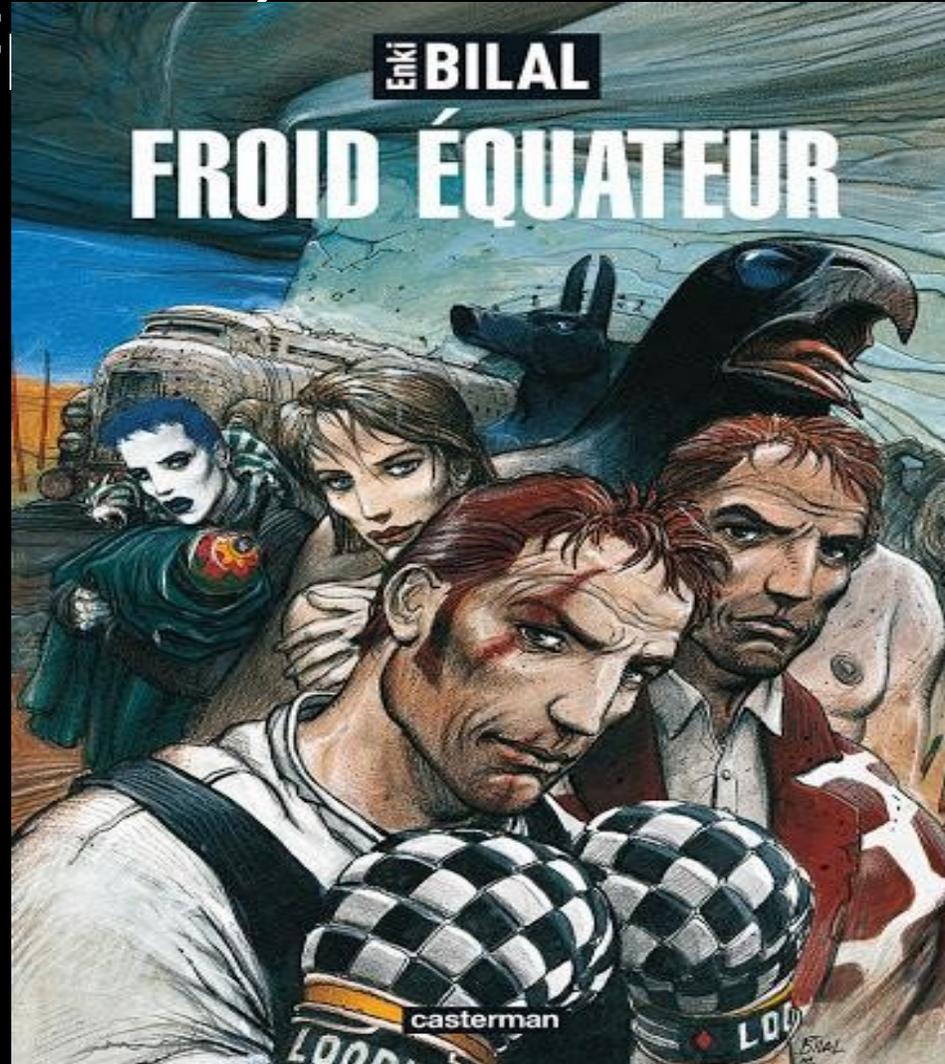
- **L'origine du chessboxing**
- **Comment se pratique ce sport (équipement)**
- **Les bien faits sur la santé (physique et mentale)**

L'ORIGINE DU CHESSBOXING

- Le chessboxing a été inventé par Enki Bilal en 1992 , dans l'album de bande dessinée « Froid Équateur » .
- L'idée était de créer un sport complet , qui symbolise à la fois la force physique et l'intellectuel .
- Puis en 2003 , Lepel Rubingh , un artiste néerlandais , qui était à la fois joueur d'échecs , boxeur et fan d' Enki Bilal , a décidé de lancer un premier combat en vrai en 2003 à Amsterdam .
- C'est lui qui a inventé les règles du chessboxing qui mêle le jeu d'échec et combat de boxe .
- Ce sport est particulièrement connu au Royaume – Unis , en Inde , en Finlande et en Russie .
- L'établissement le plus proche de Bouvron pour pratiquer ce sport se trouve à Saint – Herblain le club : Atlantique Herblinois chessboxing .

PAGE de Couverture de LA bande dessinée

« F



COMMENT SE PRATIQUE CE SPORT ? (ÉQUIPEMENT)

- Pour pratiquer cette activité il faut un équipement :
- Bandages et gants de boxe pour protéger les poignets et les mains , absorber les coups de votre adversaire
- Coquilles de protection pour protéger les parties sensibles .
- Casque anti bruit pour les parties d'échecs .
- Le casque pour la boxe est obligatoire pour les rounds de boxes amateurs .
- Un échiquier .
- Une table .
- Deux chaises .
- Comment se déroule ce sport :

LES Bienfaits SUR LA SANTÉ (PHYSIQUES ET MENTALES)

- Au chessboxing , il faut faire preuve de stratégie , réflexion , concentration et rapidité d'exécution pour réussir dans les deux disciplines . La boxe améliore la condition physique générale , tandis que les échecs stimulent la pensée stratégique et la concentration . Ensemble , ils forment un entraînement complet du corps et de l' esprit ce qui améliore la concentration et le bien être mentale .

Lesatzen Bourguilleau Lahlrier
14 Rue Jean Baptiste Olivier
44130 Bourson
tel. 06 36 93 97 98
mail : bourguilleau.patricia@gmail.com

Atlantique Hoblinois chessboxing club
15 Rue de la Johardière
44800 Le-Hautain

Bourson, le 5 avril 2025

Objet: Demande de Renseignements

Bonjour, Madame ou Monsieur,

Je m'appelle Lesatzen, je suis en CM2 à l'école St Laurent de Bourson.

Je dois préparer pour la fin de l'année scolaire un exposé avec un dossier. Cela s'appelle le chef d'œuvre. J'ai choisi un sujet: sport et loisirs et j'ai choisi le chessboxing. J'ai choisi ce sujet parce que j'aime la bourse et les échecs et afin de faire découvrir ce sport peu connu du public.

Pourrions-nous nous rencontrer pour que je puisse vous poser quelques questions? On peut aussi se téléphoner.

J'attends votre réponse avec impatience.
Je vous remercie.

Cordialement

Lesatzen Bourguilleau
de Lahlrier

J'ai écrit dans un premier temps au club de Saint Herblain mais ma lettre n'est pas arrivée à destination

J'ai fait une erreur dans l'adresse que j'avais trouvé sur internet « Rue de Bordeaux » alors que c'était « 15 rue de la Johardière ».

J'ai décidé d'écrire un mail avec de l'aide et le 6 AVRIL 2025, Mr LALOS Antoine m'a répondu qu'il y avait peu de documentation à ce sujet et il m'a adressé deux liens internet pour pouvoir réaliser mon sujet.

Que je remercie !

LIGNE DU TEMPS

1992

Départ du
chessboxing

2003

- Première
compétition
officielle

2005

Premier
championnat
du monde

2008

- Première
compétition
en Inde

2011

Premier club
Indien

2013

- Lancement
de
chessboxing
global

2024

Logan Noche
Champion
d'Europe
De
chessboxing

schéma



Enquêtes

Connais-tu le chessboxing ?

Problème

- Un acheteur va au magasin il achète un plateau d' échec à 45,21€ plus des gants de boxe à 11,90 € et enfin des pions d' échecs à 5,50 € .
- Combien va-t-il payer ?

PoÉSIE

- Le chessboxing
- Dans ce sport faut que ça bouge
- Gants en main pour avancer sans fin
- La sueur coule comme une boule
- En alternant les coups de poing
 - Puis la dame entre en jeu
- Avec ses jolis yeux blancs et noir
 - Et ça finit par échec et mat
- Le temps écoulé il est tant d'arrêter

Annexe : MES sources

TYPES DE DOCUMENT	TITRE DU DOCUMENT
Internet	L'origine de chessboxing
Internet (plusieurs sites + You tube)	Comment se pratique ce sport
Internet	Les bienfaits sur la santé (physique et mental)

Mon Art



CONCLUSION

Lors de la réalisation de mon chef d'œuvre, ce n'était pas facile de trouver de la documentation à ce sujet et de faire une sélection sur les éléments importants lors de mes recherches sur internet.

Mais, j'ai adoré découvrir ce sport que je ne connaissais pas, auquel je suis tombé dessus par hasard en cherchant une thématique pour mon exposé.

Petites vidéos

<https://www.youtube.com/watch?v=Q9f8sADtgm>

<https://www.youtube.com/watch?v=UrfR2GfFiC0>