

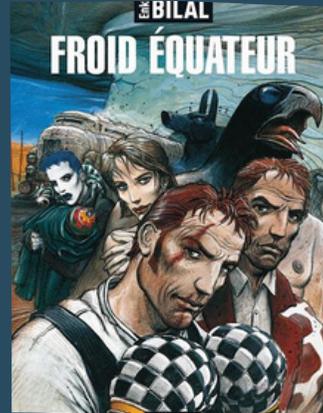
Chessboxing adapté



La lutte corps et âme

LE CHESSBOXING ADAPTÉ

Issu de l'imagination d'Enki Bilal, le chessboxing, une discipline innovante qui alterne jeu d'échecs et boxe éducative



Objectifs pédagogiques

- Stimulation cognitive
- Intelligence émotionnelle
- Mobilisation corporelle



L'intérêt du chessboxing adapté

- Fonctions exécutives (planification, attention, inhibition)
- Estime de soi et sentiment de compétence
- Maîtrise corporelle et gestion du stress
- Respect des règles, écoute et coopération

🕒 Modalités d'intervention

- Atelier découverte, cycle de 6 à 15 séances ou projet annuel
- Intervention in situ, en salle de motricité ou à la salle de boxe
- Matériel fourni (échecs, boxe)



**Une activité pensée
pour les jeunes
accompagnés en IME**



- TND
- difficultés de régulation émotionnelle
- TDAH
- troubles du comportement ou TSA

Contact & renseignements

Antoine Lalos

Atlantique Herblinois

Chessboxing Club

Affilié à la Fédération Française

Sport Adapté



✉ chessboxing@proton.me

☎ 0674667394

🌐 atlantique-chessboxing.fr