



**Kenza, 16 ans, est passionnée par la boxe. La jeune sarthoise raconte son parcours.**

**Pourquoi aimes-tu la boxe ?** Cette discipline est pour moi un moyen de me défouler.

**Comment as-tu débuté ?** J'ai commencé avec des filles de mon âge. Mais ça ne m'a pas trop plu, car entre filles, on n'osait pas mettre des coups. J'ai donc continué, mais avec des garçons plus âgés que moi ; j'y ai mieux trouvé ma place car il n'y a aucune hésitation à mettre des coups droits ou bien des crochets.

**Quels sont les difficultés rencontrées sur le ring ?** Au début, c'est compliqué. Il faut bien se placer et essayer de se mettre à peu près au même niveau que l'adversaire. Mais une fois qu'on a trouvé ses marques, on se sent à l'aise. Je remercie Julien (mon entraîneur) qui m'a beaucoup appris.

**Pas trop de blessures ?** Non ! Il y a des protections : le protège-dents, le casque si besoin, les gants et sous les gants, c'est mieux des mettre des bandes.

**Propos recueillis par Justine, 16 ans, en collaboration avec [Ecole de l'hôpital du Mans](#).**

© Droits réservés.

### **Partager :**

- [Cliquez pour partager sur Twitter\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Google+\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)