



PETIT ENTRAÎNEMENT AVANT LE COMBAT CONTRE BRAHIM!



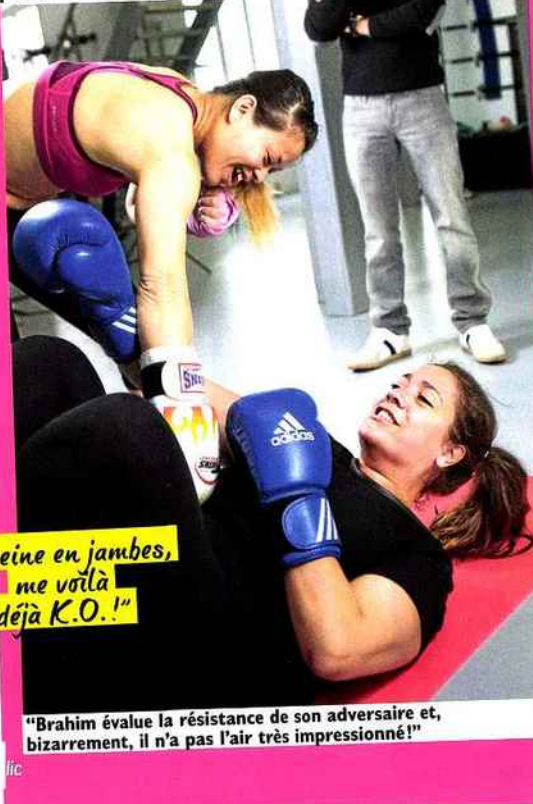
"Ma coach me demande d'imaginer ma pire ennemie et de frapper très fort..."



"... ça marche! Je suis prête pour les Jeux olympiques!"



"Très important, la prière à saint Rocky Balboa pour qu'il me protège pendant mon combat..."



"À peine en jambes, me voilà déjà K.O.!"

"Brahim évalue la résistance de son adversaire et, bizarrement, il n'a pas l'air très impressionné!"



UN COURS DE BO Brahim As

Il pourrait occuper sa retraite à compter les médailles qu'il a reçues au long de sa carrière, mais, à 34 ans, Brahim Asloum n'a pas décroché de la boxe. À deux pas de la porte Maillot, le champion du monde des poids mi-mouche vient d'ouvrir Sweat[Boxing] une salle de sport qui propose de se défouler en musique en apprenant les principaux mouvements de boxe. Ni une ni deux, on a enfilé nos gants en mode Eye of the Tiger pour un petit tour sur le ring avec une légende!

Mercredi 15 mai

23h08 : Ça fait tellement longtemps que je n'ai pas fait de sport que la recherche de mes baskets s'apparente à la quête du Graal. Mais d'ailleurs, c'est quoi les dernières tendances look en matière de boxe? Le short en satin, ça se fait encore?

10h02 : Dans les vestiaires, j'envoie un message à mon boyfriend : "J'espère que je ne vais pas me prendre de coups, je ne suis pas sûre d'avoir une ombre à paupières qui matche bien avec un œil au beurre noir..." - "S'il te tape, je le tape. Dis-lui." Slow down chou-chou, tu ne ferais pas un pli!

Jeudi 16

9h45 : Je réalise que dans un quart d'heure, je vais me retrouver sur un ring face à un champion du monde de boxe. J'aurais dû réviser en regardant des épisodes de *Buffy*. Pas grave, j'y vais au talent.

10h16 : Me voilà en tenue, prête à en découdre! Avant de monter sur le ring face à Brahim, je vais m'entraîner avec Tevi, une spécialiste de la boxe. Elle me rassure en m'expliquant qu'au Sweat Boxing, il ne s'agit pas de prendre



Le champion du monde de boxe a ouvert sa salle en plein Paris. Nous sommes allés y faire un crochet!

XE AVEC loum

des coups, mais de transpirer! *"J'espère que tu es motivée car je suis une vraie sadique, tu vas en suer!"*

10h22 : Je dégouline. OK, la musique est bien sympa et c'est cool de taper dans le vide en imaginant sa pire ennemie, mais on pourrait aussi se prendre un petit verre en terrasse, à la place, non? Bon, je me tais et je continue à frapper!

"Je me sens habitée par Rocky Balboa!"

10h30 : Après avoir appris à esquiver, à coller des droites, des uppercuts et des crochets, je me sens habitée par Rocky Balboa! Seul souci, impossible de remettre son brushing en place avec des gants de boxe!

10h38 : Seule sur le ring face à Brahim Asloum, je commence légèrement à trembler! Fair-play, il m'aide à enfiler les gants et me

dit de toujours bien protéger mon visage. *"Moi, c'était le deal! Ma mère ne voulait pas que je fasse de boxe, quand j'ai commencé. J'ai négocié avec elle de continuer si je ne revenais pas à la maison avec le visage tuméfié. Résultat, je suis pratiquement le seul boxeur à ne pas avoir eu le nez cassé!"* Cela dit, à moi, ça me ferait une bonne excuse pour me payer une rhinoplastie! Faut toujours voir le bon côté des choses!

10h40 : Ça fait deux minutes que le combat a commencé et je n'ai toujours pas réussi à toucher Brahim. Trop rapide, il dégaine les coups avant que je puisse réagir. Sympa, il m'explique les bonnes positions, la meilleure technique à adopter pour frapper plus fort. *"C'est bien, tu comprends vite ce que je te dis."* J'ai peut-être un avenir dans la boxe.

10h47 : Dans les cordes, je me ravise. Non, définitivement, je vais m'en tenir au journalisme! Alors que Brahim est frais comme la rosée du matin, je suis au bout de ma vie. Même plus la force d'esquiver les coups. J'ai juste envie de me mettre en boule en attendant la fin. C'est clairement pas comme ça que je vais gagner les JO de boxe!

11 heures : Je rends mes gants. Et, comme au lycée, j'avais un p'tit béguin pour Brahim, j'en profite pour lui claquer la bise. Juste pour info, le prochain sur ma liste, c'est Leo DiCaprio...

Vendredi 17 mai

8h32 : J'ai mal partout. Il va me falloir un déambulateur pour le week-end! ■

Par Léa Hasvry



verdict de la rédaction



Brahim est pédagogue, patient et passionné. La salle est très agréable, loin du cliché des salles de boxe bien glauques. Et franchement, ça défoule!



Attention toutefois aux courbatures le lendemain! Il ne faut pas oublier de bien s'étirer après un cours de Sweat Boxing, sinon ça fait mal!

Testez-le! **Sweat Boxing**
142, av. Malakoff, 75016. Tél. 01 45 00 87 80