

ББК 75.729  
С 29

**Рецензенты:**

*Г. Ф. Васильев*, кандидат педагогических наук,  
ведущий научный сотрудник ВНИИФК;  
*А. О. Акопян*, кандидат педагогических наук,  
руководитель Центра спортивных единоборств ВНИИФК.

**С. П. Селезнёв**

С 29 Бокс в трёх стойках. Учебно-методическое пособие для тренеров-преподавателей и боксёров высшей квалификации / С. П. Селезнёв, А. И. Качурин, В. В. Созинов, В. В. Гаврилов. – М.: Спорт, 2019. – 58 с.

ISBN 978-5-9500182-0-6

В работе представлен комплекс специальных упражнений для обучения боксёров в трёх стойках. Данные упражнения проверены многолетней практической работой и показали свою эффективность для подготовки боксёров высокого класса.

Предполагаемая методика значительно обогатит и внесёт многообразие в объём технических приёмов бокса и может с успехом найти применение в практике бокса.

Настоящая работа может быть рекомендована для подготовки боксёров-юношей, молодёжи и взрослых.

Эту работу целесообразно использовать со сборными командами различного уровня и профессионалами.

Утверждено советом по издательской деятельности МГУПП.

**ББК 75.729**

Авторы учебно-методического пособия благодарят за оказанную помощь  
*Пристань Вячеслава Семеновича; Абганеева Рината Захаровича;*  
*Самушина Тимура Андреевича; Левана Хасая; Гусейнова Элмара.*

ISBN 978-5-9500182-0-6

© Селезнёв С. П., 2019  
© Издательство «Спорт»,  
оформление, 2019

