

## UTILISATIONS DES COOKIES

[Fermer](#)



En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de nos cookies afin de vous offrir une meilleure utilisation de ce site internet. Pour s'opposer à ce dépôt vous pouvez [cliquer ici](#).  
[En savoir plus](#)



**LEVALLOIS**  
1983  
SPORTING CLUB

## LUTTE - GRAPPLING - JJB - MMA

La lutte est une discipline sportive et un sport de combat existant depuis des millénaires. Il en existe un très grand nombre de variétés mais on peut en distinguer trois principales :

- la lutte libre semblable au style de lutte universitaire américaine : les prises sont en nombre presque illimité à condition de ne pas être dangereuses et peuvent être appliquées à n'importe quelle partie du corps
- la lutte gréco-romaine limite les prises à la partie supérieure du corps
- la lutte féminine.

La lutte est un système de combat à mains nues au cours duquel les adversaires se mesurent au corps à corps. L'objectif est de remporter le combat soit en faisant tomber l'adversaire au sol et en maintenant ses deux épaules collées au tapis : c'est le tombé ; soit en gagnant aux points. Il existe cependant des règles particulières selon les différents styles.

