

BOXE

WITH AMANDINE

ENFANTS & ADOS

**Boxe française enfants
Kickboxing ados**

ENFANTS 7 - 10ANS
mercredi 10h30 - 11h30

ADOS 11 - 17ANS
mardi 17h20 - 18h30



BOXE ÉQUIPEMENT

COURS ENFANTS

Sport en chaussures propres
& semelles fines



Avec système d'ajustement de la taille



Avec scratch



Sans la protection pied



Fille : si début de poitrine
Garçon : dès 7ans



A mouler avant la séance

MAGASINS/SITE : DECATHLON - FIGHT QUEST - VINTED- DRAGON BLEU

BOXE ÉQUIPEMENT

COURS ADOS

**Sport pieds nus
ou chaussettes anti-dérapantes**



AVEC la protection pied



Avec scratch



**Avec système
d'ajustement de la taille**



A mouler avant la séance



Corde



Obligatoire

MAGASINS/SITE : DECATHLON - FIGHT QUEST - VINTED- DRAGON BLEU

CARDIO TRAINING UNITÉ

WITH AMANDINE



Petite salle des fêtes

HORAIRE

mardi 18h45 - 19h45

ADULTES

à partir de 17ans

**Cardio, renforcement musculaire
Stretching, sport santé
Challenge , cardio boxing**

SCAN ME

GROUPE
WHATSAPP



Scanner avec whatsapp directement

BOXE ENFANT



SCAN ME

**GROUPE
WHATSAPP**



Scanner avec whatsapp directement

CARDIO TRAINING



SCAN ME

**GROUPE
WHATSAPP**



Scanner avec whatsapp directement

BOXE ADOS

