



# Boxe Fitness

C'est l'alliance parfaite entre le fitness et la boxe. Sur une musique rythmée, vous apprenez à enchaîner coups droits, uppercuts et crochets, mais aussi coups de pieds, tout en y associant des mouvements d'aérobic classiques au cours de chorégraphies.

Horaire :

Tout les Mercredis pendant la période scolaire  
de 17h00 à 18h30