

Muay Thai – Lady Boxing

2022-2023 !

Encadré par la Championne du Monde 2017 de Muay Thai Sandra MANDRET. Diplômée DEJEPS Muay Thai et BMF 2 Boxe Pieds-poings.

REPRISE LUNDI 5 SEPTEMBRE 2022

LIEUX DE PRATIQUE :

Salle de Boxe 1er étage, Dojo et Salle de Gym de l'Espace Sportif Virginia, 30 rue Virginia à Caudéran. **Pas de cours pendant les vacances scolaires.**

HORAIRES DES SEANCES et TARIFS :

-MUAY THAI JEUNES (-de 14 ANS) : 1 séance/sem

Mercredi de 14h30 à 16h00 (Miguel ou Sandra) - Salle de Boxe au 1er étage-

Tarif : 170€/an (=140€+30€ adhésion club)

-LADY BOXING : 1 ou 2 séances au choix /sem + accès Cardio Boxing

Lundi de 19h00 à 20h15 (Nizar) - Salle du Dojo 1er étage

Mardi de 18h15 à 19h30 (Sandra ou Nizar) - Salle de Boxe 1er étage

Mercredi de 19h15 à 20h30 (Nizar) - Salle de Boxe 1er étage

Jeudi 18h45 à 20h00 (Sandra) - Salle de Boxe 1er étage

Tarif : 250€/an (=220€+30€ adhésion club)

-MUAY THAI LOISIR ADULTES : 1 ou 2 séances/sem + accès Cardio Boxing

Mardi de 19h30 à 21h00 (Sandra) et /ou Jeudi de 20h00 à 21h30 (Sandra) - Salle du Dojo

Tarif : 250€/an (=220€+30€ adhésion club)

-MUAY THAI COMPETITION (Séance orientée vers la compétition) : 1 séance/sem

Vendredi de 19h00 à 20h30 (Miguel) - Salle de boxe 1er étage

Tarif : 250€/an (=220€+30€ adhésion club)

+ CARDIO BOXING (place limitée): Salle de Gym au rez de chaussée

Samedi de 11h00 à 12h00 (Miguel ou Nizar)

Modalités d'inscription

1 bulletin d'adhésion + règlement cotisation + Certificat médical obligatoire

CONTACT Secrétariat : 05 56 00 72 60 / MAIL : club@stade-bordelais.com

