

La boxe pour tous !



La boxe pour tous !

Kuid Boxing 32 (anciennement ASBLM 32) a repris le chemin des entrainements de Boxe Anglaise à L'Isle-Jourdain.

Si vous avez envie de découvrir la Boxe éducative, la Boxe loisir, n'hésitez pas à contacter Kouider SAHEL éducateur sportif de l'association Kuid Boxing 32.

Cette discipline est à la portée de tout le monde, quel que soit votre âge (à p de 7 ans) quelle que soit votre condition physique, venez découvrir ce sport qui est très complet sur tous le plans d'abord physiques (**votre corps se muscle, se tonifie dans son ensemble, vous développez des réflexes au niveau des mains, des pieds, vos sens ont une meilleure acuité** car vous êtes toujours aux aguets, toujours sur le qui-vive)

puis sur le plan mental (diminue le stress, améliore la confiance en soi, la coordination)

Les avantages de la boxe dépassent de loin les conséquences négatives qui peuvent venir avec ce sport, surtout si vous ne boxez pas en compétition, alors venez essayer les cours pour adultes et enfants/ados

Les horaires : mardi 18h/19h15 pour Enfants/Adolescents

mercredi de 19h/20H30 pour Adulte

(le vendredi même heure en cours de réalisation)

Et bien entendu, le 1er essai est gratuit, on vous attends au Quai 36, avenue Charles de Gaulle à l'Isle-Jourdain.

Tél. : 06/61/58/04/50



BOXE JG.jpg