

**90 €
l'année**

**le mardi 19h30
le jeudi 20h00
à la salle des fêtes**



**A partir du
11 septembre**

CARDIO KICKBOXING

HERNY

Renseignements:

06.84.17.06.90

06.15.93.12.44

Le cardio kickboxing est un sport alliant un entraînement cardio à des mouvements issus de différents sports de combat.

Avec des pratiques empruntées à la boxe et aux arts martiaux, le cardio kickboxing tonifie les muscles de tout le corps, améliore l'endurance et brûle un maximum de calories!

Sous forme de cours collectif, les séances dynamiques sont chorégraphiées en musique.

Venez tester votre premier cours gratuitement !

(Chaussures adaptées et bouteille d'eau indispensables)

 **Cardio Kickboxing - HERNY**