

Reprise des cours le 2 septembre 2019 !

Written by Cedric

Thursday, 15 August 2019 10:38 - Last Updated Sunday, 24 November 2019 20:41

There are no translations available.

! BIENTOT LA REPRISE !

☐ Reprise des cours le lundi 2 septembre !

Une séance d'essai gratuite !

☐☐ Boxe Thai, Kick Boxing, K1, Cardio Boxing, Cross Training, Préparation Physique.... C'est au PERFECT MUAY THAI que ça se passe !!

☐☐ Cours tous les jours du lundi au vendredi, ouvert à tous, hommes, femmes, enfants, débutants ou confirmés, loisirs ou compétition, tout le monde trouve sa place !!

- Le PERFECT c'est :
- 2 éducateurs sportifs diplômés d'état (BPJEPS)
- 7 moniteurs fédéraux
- 13 cours au total du lundi au vendredi

- Dojo du Stade Gabriel Montpied
rue Robert Lemoy
63000 Clermont Ferrand

- Gymnase de Blanzat
route de Clermont
63112 Blanzat

☐ Horaires et Sections :

Reprise des cours le 2 septembre 2019 !

Written by Cedric

Thursday, 15 August 2019 10:38 - Last Updated Sunday, 24 November 2019 20:41

Boxe Thaï (K1, kick):

- Lundi : 19h15 à 21h15 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)
- Mardi : 19h30 à 21h30 (gymnase de Blanzat)
- Jeudi : 19h15 à 21h15 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)
- Vendredi : 19h30 à 21h30 (gymnase de Blanzat)

Cardio Boxing :

- Lundi : - 19h15 à 20h00 : Cardio / Pilates - 20h00 à 21h00 : entrainement au Sac de Frappe (gymnase de Blanzat)
- Mardi : 19h30 à 21h00 : Cardio / Pilates / Relaxation / Fen Shui (Dojo du Stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)
- Jeudi : 20h05 à 21h20 : entrainement au Sac de Frappe ou Cross Training (gymnase de Blanzat)

Cours de Boxe Thaï 100% féminin :

- Lundi : 18h00 à 19h15 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)
- Jeudi : 18h00 à 19h15 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)

Cross Training :

- Mercredi : 19h30 à 21h00 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)

Course à pied - Préparation physique :

- Samedi : 10h00 à 12h00 (stade de Blanzat)

Cours Enfants Boxe Thaï :

- Mardi : 18h00 à 19h00 (gymnase de Blanzat)
- Jeudi 18h00 à 19h00 (stade Gabriel Montpied à Clermont Fd)

☐ A partager sans modération !!

Reprise des cours le 2 septembre 2019 !

Written by Cedric

Thursday, 15 August 2019 10:38 - Last Updated Sunday, 24 November 2019 20:41

On vous attend nombreux pour cette nouvelle saison remplie de projets !!

Montez le son et mettez en HD !