



# Kickboxing Aérobie

<b>Description</b>	Cours explosif combinant l'échauffement du boxeur et des pas d'aérobic. Travail cardiovasculaire intensif. Excellent pour brûler les graisses et améliorer la coordination. Grâce à des mouvements dynamiques et rapides, il se produit un effet remarquable de tonification musculaire.
<b>Date</b>	sur demande / D_60565
<b>Durée</b>	Total 1.00 période(s)
<b>Ecolage</b>	CHF 14.50 Cours annuel
<b>Lieu du cours</b>	Ecole-club Migros Sion (en cours de planification)

**Ecole-club Migros Sion**

Place de la Gare 2  
1950 Sion

Tel. +41 27 720 65 20

[eclub.sion@migrosvs.ch](mailto:eclub.sion@migrosvs.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

