



Kickboxing Aérobie

Description	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.
Date	sur demande / D_60565
Durée	Total 1.00 période(s)
Ecolage	CHF 14.50 Cours annuel
Lieu du cours	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
ecole-club.ch

