



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 Monthey (en cours de planification)

Ecole-club Migros Monthey

Tel. +41 27 720 67 60

Avenue de la Gare 28
1870 Monthey

eclub.monthey@migrosvs.ch
ecole-club.ch

école-club

MIGROS