



Kickboxing Aérobic



Cours garanti

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

20.08.2018 - 17.06.2019 / E_1216709

Horaire

19:00 - 19:50 h

Jours

Lu

Durée

40 Jours de cours. Total 40.00 périodes à 50 minutes

Ecolage

CHF 580.00
Cours annuel

Lieu du cours

Avenue de la Gare 28, 1870 Monthey

Dates

Jour	Date	Heures
1 Lu	20.08.2018	19:00 - 19:50
2 Lu	27.08.2018	19:00 - 19:50
3 Lu	03.09.2018	19:00 - 19:50
4 Lu	10.09.2018	19:00 - 19:50
5 Lu	17.09.2018	19:00 - 19:50
6 Lu	24.09.2018	19:00 - 19:50
7 Lu	01.10.2018	19:00 - 19:50
8 Lu	08.10.2018	19:00 - 19:50
9 Lu	15.10.2018	19:00 - 19:50
10 Lu	22.10.2018	19:00 - 19:50

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



Kickboxing Aérobie



Cours garanti

Dates	Jour	Date	Heures
	11 Lu	29.10.2018	19:00 - 19:50
	12 Lu	05.11.2018	19:00 - 19:50
	13 Lu	12.11.2018	19:00 - 19:50
	14 Lu	19.11.2018	19:00 - 19:50
	15 Lu	26.11.2018	19:00 - 19:50
	16 Lu	03.12.2018	19:00 - 19:50
	17 Lu	10.12.2018	19:00 - 19:50
	18 Lu	17.12.2018	19:00 - 19:50
	19 Lu	07.01.2019	19:00 - 19:50
	20 Lu	14.01.2019	19:00 - 19:50
	21 Lu	21.01.2019	19:00 - 19:50
	22 Lu	28.01.2019	19:00 - 19:50
	23 Lu	04.02.2019	19:00 - 19:50
	24 Lu	11.02.2019	19:00 - 19:50
	25 Lu	18.02.2019	19:00 - 19:50
	26 Lu	25.02.2019	19:00 - 19:50
	27 Lu	04.03.2019	19:00 - 19:50
	28 Lu	11.03.2019	19:00 - 19:50
	29 Lu	18.03.2019	19:00 - 19:50
	30 Lu	25.03.2019	19:00 - 19:50
	31 Lu	08.04.2019	19:00 - 19:50
	32 Lu	15.04.2019	19:00 - 19:50
	33 Lu	29.04.2019	19:00 - 19:50
	34 Lu	06.05.2019	19:00 - 19:50
	35 Lu	13.05.2019	19:00 - 19:50

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



Kickboxing Aérobic



Cours garanti

Dates

Jour	Date	Heures
36 Lu	20.05.2019	19:00 - 19:50
37 Lu	27.05.2019	19:00 - 19:50
38 Lu	03.06.2019	19:00 - 19:50
39 Lu	10.06.2019	19:00 - 19:50
40 Lu	17.06.2019	19:00 - 19:50

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