



Kickboxing Aérobic (petit groupe) / Cours d'été

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	14.07.2022 - 14.07.2022 / E_1594676		
Horaire	18:10 - 19:00 h		
Jours	Je		
Durée	1 Jours de cours. Total 1.00 périodes à 50 minutes		
Ecolage	CHF 20.00		
Lieu du cours	Place de la Gare 2, 1950 Sion		
Dates	Jour	Date	Heures
	1 Je	14.07.2022	18:10 - 19:00