MAISONS-LAFFITTE

TEAM DAMOTA

BOXE THAÏ·KICKBOXING·K1

ENTRAINEUR
José Ribeiro

LIEU DES COURS
Gymnase Colbert (salle annexe)
Avenue Beaumarchais - Parc de Maisons-Laffitte

DATE DE REPRISE DES COURS
Lundi 13 septembre 2021

INSCRIPTIONS
Sur place aux jours & horaires des cours
à partir du **lundi 13 septembre 2021**

RENSEIGNEMENTS
☎ 06.76.86.86.11

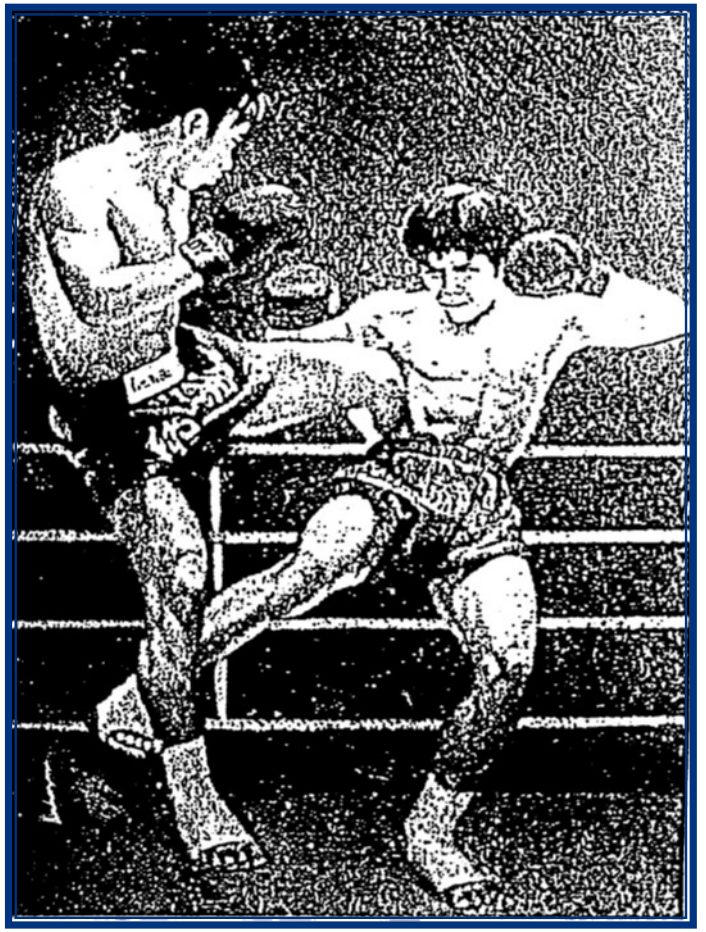
SITE INTERNET
http://boxethai-teamdamota.fr

USML
Maisons Laffitte / Le Mesnil-le-Roi

MAISONS-LAFFITTE TEAM DAMOTA BOXE THAÏ·KICKBOXING·K1

USML BOXE THAI

2021.2022



BOXE THAILANDAISE
KICK BOXING
K1 RULES

BOXE THAILANDAISE

En Thaïlande, la boxe incarne :

- **Un moyen de défense,**
- **Les valeurs morales des sports de combat,**
- **Un esprit,**
- **Une tradition,**
- **Un art de vivre.**

Sport de combat complet alliant physique, technique, Vitesse, souplesse, courage, mental.

Entraînements basés sur des techniques diversifiées de poings – jambes – coudes – genoux – corps à corps

Elle permet le développement d'une musculation souple et tonique.

K1 RULES

Le K1 rules provient à l'origine de l'art traditionnel du Siam, mais c'est au Japon que sa forme actuelle fut créée.
Sport de combat basé sur des techniques de poings-jambes.
Coups de genoux directs.

KICK BOXING

Le Kick-Boxing provient de la fusion de deux arts anciens : la boxe anglaise et le karaté. Sport de combat basé sur des techniques de poings-jambes.

Cours mixtes
Jeunes à partir de 13 ans & adultes
Débutants – Confirmés
Combattants
Initiation et préparation physique
Compétitions
CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE

PLANNING DES COURS

JOUR	HORAIRE	NIVEAU
LUNDI	19 H 30 – 21 H 30	ADULTES MIXTES
MARDI	18 H 00 – 19 H 15	ENFANTS ET COMBATTANTS
MERCREDI	19 H 30 – 21 H 30	ADULTES MIXTES
JEUDI	18 H 00 – 19 H 15	ENFANTS ET COMBATTANTS
VENDREDI	19 H 30 – 21 H 30	ADULTES MIXTES

TARIF ANNUEL 2020-2021		
Age	**Renouvellement inscription**	**Nouvelle inscription**
13/17 ans	170 €	180 €
< de 20 ans	180 €	190 €
> de 20 ans	190 €	200 €