



Boxe - Coaching Privé

Full Contact, Boxe anglaise

Faites monter l'énergie de vos équipes avec des séances de boxe adaptées à tous les niveaux.



Objectifs

Gagner en tonicité
Libérer les tensions
Renforcer sa condition physique
Retrouver confiance en soi

Formats

- Cours en **entreprise**
- **Ateliers** de boxe pour séminaires
- Coaching à **domicile**
(individuel ou en petit groupe)

Tarif

Sur devis selon la structure et les besoins
Possibilité de forfaits réguliers

Pour plus d'informations :

Votre coach : Christian PROLA
Téléphone : 06 87 74 01 06
email : aresboxing@orange.com

RESERVEZ VOTRE
SEANCE