



## BOXE THAILANDAISE



### KICK – BOXING

#### K1

- 2 PHOTOS
- CERTIFICAT MEDICAL (obligatoire pour l'inscription)
- SHORT THAI
- PROTEGE-DENTS
- PROTEGE-TIBIAS
- COQUILLE
- CORDES A SAUTER
- GANTS DE SAC
- GANTS DE 12.OZ ou 14.OZ
- BANDES DE PROTECTION

### COTISATIONS

#### SECTION + ASSURANCE ANNUELLE

➤ **1<sup>ère</sup> inscription :**

**Renouvellement :**

Adultes ..... 250 €

240 €

➤ **CHARGES ENERGETIQUES – MAIRIE ML 16 €**

➤ **Entraînement :**

® **Lundi**

® **Mercredi**

® **Vendredi**

19h00 - 19h30 : Echauffement personnel

19h30 - 21h30 : Entraînement

21h30 - 22h00 : Douche