

Geneva boxing club-GBC

La boxe est un sport complet qui travaille le physique et le mental. Un sport qui s'adresse tant aux hommes qu'aux femmes et qui convient tout particulièrement aux enfants.

Aux GBC, nous accompagnons les personnes par le biais d'un programme d'entraînement étape par étape, afin de contrôler et de réduire le surpoids, de tonifier le corps et d'augmenter l'endurance.

Notre philosophie : Un esprit sain dans un corps sain.

Le cours Kid Boxing est dédié enfants. Il s'agit d'une boxe éducative, ludique fondée sur le développement des réflexes, de la coordination, de l'estime de soi et renforce la l'autodiscipline.

La boxe présente de nombreux intérêts pour le développement et la santé des enfants. Elle est un excellent moyen d'expression et un défouloir sans précédent.

Jours : Les MARDIS **18h30-19h30 Kid boxing à partir de 6ans ;**
19h30-20h45 pour les ados & adultes ;

Niveaux : Débutant, moyen et avancé

Lieu des cours : Ecole des Genêts, Salle 014 au rez

Tarifs : 1^{er} cours d'essai gratuit ; Kid Boxing 12 CHF le cours ou 140 le trimestre ; Ados et adultes 15CHF le cours ou 170 le trimestre

+ 1 cotisation/frais administratifs APE des Genêts CHF par famille et par année

Renseignements et inscriptions :

Un dossier d'inscription sera à rendre et tout vous sera expliqué à l'issue de votre cours d'essai. Pour le cours d'essai, veuillez amener juste une tenue de sport (short, t-shirt et baskets d'intérieur)

e-mail : gvaboxingclub@gmail.com ; **instagram** : @gvaboxingclub

Début des entraînements : 3 Novembre à 18h30