



VOTRE OBJECTIF SPORTIF

# MONTER SUR LE RING



# MONTER SUR LE RING

**COURS N°1** SACS - BOXE ANGLAISE

**COURS N°2** ARSENAL - CIRCUIT TRAINING BOXE

**COURS N°3** SACS - BOXE ANGLAISE (en changeant de Professeur)

**COURS N°4** ARSENAL - BA - PATTES D'OURS

**COURS N°5** RING - BA - PATTES D'OURS (en changeant de Professeur)

**COURS N°6** RING - BA - INITIATION DÉBUTANT.E.S

**COURS N°7** SACS - BOXE ANGLAISE (en changeant de Professeur)

**COURS N°8** ARSENAL - BA - PATTES D'OURS (en changeant de Professeur)

**COURS N°9** RING - BA - INITIATION DÉBUTANT.E.S (en changeant de Professeur)

**COURS N°10** SACS - BOXE ANGLAISE

**COURS N°11** RING - BA - INITIATION DÉBUTANT.E.S (en changeant de Professeur)

**COURS N°12** RING - BA TECHNIQUE