

LISTE DES EQUIPEMENTS SAISON 2023/2024

Association Chris' Fight Bondy

Les inscriptions sont à faire pendant les cours

Baby Boxe Thaï (de 5 à 7 ans): Tous les lundis de 17h30 à 18h30

Boxe Thaï, K1, Kick-Boxing Enfants (de 8 à 14 ans): Tous les mercredis de 17h30 à 18h30 et vendredis de 18h à 19h

Boxe Thaï, K1, Kick-Boxing Ados/Adultes (A partir de 15 ans): Tous les mercredis de 18h30 à 20h & vendredis de 19h à 20h30

Lieu : Palais des Sports, 4 Avenue Max Dormoy 93140 BONDY

MMA (A partir de 14 ans): Tous les mercredis & vendredis de 20h30 à 22h

Lieu : Gymnase Pierre Curie, rue René Char 93140 BONDY

Lady Boxing (A partir de 16 ans): Tous les mercredis & vendredis de 21h à 22h

Lieu : Gymnase Pierre Curie, rue René Char 93140 BONDY

Voici la liste de votre matériel de boxe indispensable à chaque entrainement:

- ✓ **Tenue officielle T-shirt + short du club**, une paire de basket propre
- ✓ Une paire de gants de boxe/ une paire de gant de boxe MMA
- ✓ Une paire de bande
- ✓ Protège tibias
- ✓ Coudières uniquement pour la Boxe Thaï
- ✓ Protège dents
- ✓ Casque

- ✓ Coquille pour garçons & filles (uniquement pour la boxe Thaï et le K1)
- ✓ Corde à sauter
- ✓ Une serviette et une bouteille d'eau

Nous vous conseillons vivement pour que votre matériel de boxe perdure dans le temps, de l'aérer après chaque entraînement.

