**LISTE DES EQUIPEMENTS SAISON 2024/2025**

**Association Chris’ Fight Bondy**

***Les inscriptions sont à faire pendant les cours***

**Baby Boxe Thaï (de 5 à 7 ans):** Tous les lundis de 18h à 19h

**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 entrainement.