



OFFICINA 25^{SSD}
sports & fitness centre

KICKBOXING Ragazzi

KICKBOXING Ragazzi è una disciplina completa, che sviluppa forza, velocità, equilibrio, astuzia e soprattutto consapevolezza dei propri mezzi.

I corsi, dedicati ai ragazzi dai 9 ai 13 anni, gettano le basi degli sport da combattimento, insegnando la disciplina e il rigore richiesto ad un atleta degno di chiamarsi tale.

Ci sarà spazio anche per momenti ludici dove si cercherà di migliorare capacità e abilità dei ragazzi attraverso attività divertenti.

Dal 5 ottobre 2018 tutti i venerdì alle 18:30



Damiano Poletti

ALLENATI CON I MIGLIORI!!

Avrai l'opportunità di apprendere questa disciplina con due atleti di grande esperienza che contano numerosi incontri a livello professionistico



Gabriele Galasso



OFFICINA 25^{SSD}
sports & fitness centre

KICKBOXING Adulti



La KICKBOXING è una disciplina che fa bene al corpo e alla mente. È uno sport da combattimento adatto anche alle donne che, oltre a imparare un efficace strumento di difesa personale, possono seguire combinazioni di esercizi per dimagrire, tonificare i muscoli, scaricare la tensione e allenare corpo e mente. Nella KICKBOXING ogni muscolo del corpo viene sollecitato. Dalle gambe alle braccia, dal volto all'addome, tutti i distretti sono costantemente chiamati in causa e ciò assicura che il loro tono sia sempre elevato. Inoltre SNATCH FIGHT DEPT. si occupa anche di agonismo a contatto pieno, permettendo ai propri atleti di partecipare a numerosi eventi ad ogni livello!

Lunedì - Mercoledì - Venerdì alle 19:30 e alle 20:30

ALLENATI CON I MIGLIORI!!

Avrai l'opportunità di apprendere questa disciplina con due atleti di grande esperienza che contano numerosi incontri a livello professionistico



Damiano Poletti



Gabriele Galasso