Boxe pieds-poing-genoux. la pratique de ce sport apporte de nombreux avantages:

Prendre confiance en soi, se défouler, perdre du poids, se forger un physique d'athlète ou encore à se défendre.

Ambiance conviviale, travail technique et sérieux sont de mise.

La pédagogie est adaptée en fonction du public.

Section loisirs et compétiteur.

Boxe Anglaise: perfectionnement en techniques de poings, la boxe Anglaise est une base indispensable à tous sports pieds-poings. Une fois par mois, un spécialiste vient comme la saison précédente, vous aider à vous perfectionner dans ce domaine.