

Salle du Bas (Sous-Sol)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08h30 à 12h30 Boxe Olympique	08h30 à 12h30 Boxe Olympique	08h30 à 12h30 Boxe Olympique	08h30 à 12h30 Boxe Olympique	08h30 à 12h30 Boxe Olympique	08h à 10h Boxe Olympique
13h30 à 17h30 Boxe Olympique	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	14h à 15h Savate Boxe (6-11ans)	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	10h à 12h Boxe Anglaise Loisirs Sparring*
13h30 à 17h30 Boxe Olympique	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	15h à 16h Savate Boxe (12-15ans)	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	12h30-14h Boxe Féminine Aérobic
13h30 à 17h30 Boxe Olympique	17h45 à 19h Boxe Educative (12-15ans)	16h30 à 18h30	13h30 à 17h30 Boxe Olympique	17h45 à 19h Boxe Educative (12-15ans)	15h à 17h30 Boxe Olympique
19h à 20h15 Boxe Loisirs	19h à 20h15 Savate Débutant	19h à 20h15 Boxe Loisirs	19h à 20h15 Boxe Loisirs	19h à 20h15 Boxe Loisirs	
20h15 à 21h45 Boxe Olympique	20h15 à 21h45 Boxe Olympique	20h15 à 21h45 Boxe Olympique	20h15 -21h45 Boxe Olympique Préparation Physique	20h15 à 21h45 Boxe Olympique	

Salle au Rez-De-Chaussé

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
14h à 18h Entraînement Libre	14h à 18h Entraînement Libre	14h à 18h Entraînement Libre	14h à 18h Entraînement Libre	14h à 18h Entraînement Libre	10h à 11h Savate Boxe (6-11ans)
					11h à 12h Savate Boxe (12-15ans)
19h à 20h15 Savate Loisirs	19h à 20h15 Boxe Loisirs	19h à 20h15 Boxe Loisirs	19h à 20h15 Savate Loisirs	18h30 à 20h Savate Canne de Combat	
	20h15 à 21h45 MMA - Boxe Thaï	20h15 à 21h45 Kick Boxing / K-1	20h15 à 21h45 MMA - Boxe Thaï	20h15 à 21h45 Kick Boxing / K-1	16h à 17h30 MMA - Boxe Thaï

Pièces à Fournir :

- Feuille d'Inscription remplie par vos soins
- 1 Photo + pièce d'identité
- Certificat médical d'aptitude à la pratique de la Boxe Loisirs
- l'Autorisation parentale Signée « pour les mineurs »

Cours Proposés (Jeunes et Adultes) :

Loisirs et Compétition
Adhésion donnant accès à la pratique de
Toutes les disciplines proposées sur le planning
Possibilité de s'entraîner tous les jours
Cours d'Essai 10 € (Déduit de l'adhésion)

*Cours Individuel, Deux, Trois... Encadrés par un coach - Renseignements 06.98.85.21.08 – 06.98.89.21.08

*Sparring : Prévoir des gants de taille 14oz à 18oz selon votre poids, un casque et un protège dents.

Renseignements et Inscription :

Sur place aux heures d'entraînements
Inscription Toute l'année

Cotisation Annuelle (Toutes Disciplines Confondues)

Chèque à l'ordre du CSC BOXE 92 ou Espèces
Jeunes : 5/11ans (du 10/09 au 25/06) 270 € / 300 € non-Clicheois
Ados : 12/15ans (du 10/09 au 25/06) 270 € / 300 € non-Clicheois
Adultes : + 16ans: (du 09/09 au 31/07) 470 € / 490 € non-Clicheois

Equipement nécessaire :

- Une tenue de sport
- Une paire de chaussures de Boxe ou des Baskets de Salle
- Le Club vous propose du matériel « 12^{ème} Round » :
Paire de gants - paire de bandes - protège dents - Corde à sauter..

WWW.CLICHYBOXE.FR

1/- Le montant de la cotisation est valable pour 11 mois de septembre à Juillet, en cas d'inscription en cours d'année le montant est calculé au prorata par le bureau.

2/- Pour toute adhésion, la cotisation et la licence fédérale sont à régler simultanément et en totalité au moment de l'inscription soit "en espèces", soit par chèque(s) : 4 au maximum, le premier, encaissable immédiatement ; les autres seront mis en banque chaque mois suivant – date à préciser au dos des chèques.

COACHS

SAVATE BOXE FRANCAISE



Lionel

Franck

Ryad

Tony

Lionel

Jean-Louis

Bruno

BOXE ANGLAISE



Franck

Sot

Tony

Jean-Marc



Krim

Jean-Louis

Jérôme

Patrick

KICK-BOXING / BOXE THAÏLANDAISE / M.M.A.



Mounir

Raphaël

Arnaud

CANNE DE COMBAT



Lionel

Manu