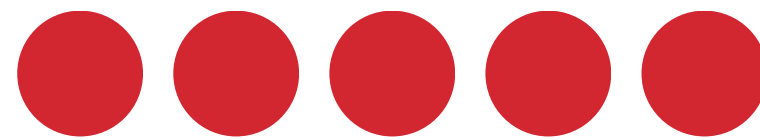


HBX BOXING

INTENSITAT



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6:45					30'
9:00				30'	
10:30	30'				
15:35		30'			
18:15			30'		
20:50	30'				

DESCARREGA L'ESTRÈS

És un programa d'entrenament amb una base musical que utilitza els diferents tipus de cops de boxa, kick boxing i arts marcials sense contacte. L'únic adversari serà el sac de boxa i un slamball sobre els que descarregar tot l'estrès i l'energia negativa.

