

# Programme Hebdomadaire des Cours de Groupe



- Cardio de boxe
- Adolescents (13 - 17)
- Enfants (7 - 12)
- Boxe pour femmes
- Le Ring Running (all ages)
- Open for all \*\*

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
6h00	Le Ring Jogging		Le Ring Jogging		Le Ring Jogging		Le Ring Jogging
7h00							
8h00							Open for all **
9h00							Open for all **
10h00							Open for all **
11h00						Femmes	Open for all **
12h00	cardio de boxe		cardio de boxe		cardio de boxe		Open for all **
13h00							
14h00							
15h00							
16h00							
17h00		Enfants		Enfants			
18h00							
19h00	adolescent	adolescent		adolescent	adolescent		
20h00							
21h00							

Scan to Download



## Termes et Conditions pour les Cours de Boxe en Groupe

- **Réservation à l'Avance** : Tous les participants doivent réserver leur place à l'avance. Les réservations peuvent être effectuées jusqu'à 24 heures avant le début du cours.
- **Nombre Minimum de Participants** : Un minimum de 8 participants est requis pour qu'un cours puisse avoir lieu. Si le nombre minimum n'est pas atteint, le cours peut être annulé ou reporté.
- **Retards** : Les participants qui arrivent en retard de plus de 10 minutes ne pourront pas rejoindre le cours, pour assurer la sécurité et le bon déroulement de la session.
- **Équipement** : Les participants doivent apporter leur propre équipement de protection (gants de boxe, bandages, etc.) à moins qu'il ne soit fourni par l'organisation.
- **Sécurité et Responsabilité** : Les participants sont tenus de suivre les instructions de sécurité données par l'entraîneur. L'organisation n'est pas responsable des blessures résultant d'une négligence de la part des participants.
- **Comportement** : Tout comportement inapproprié ou dangereux entraînera une exclusion immédiate du cours sans remboursement.