

# COACH SPORTIF EN SALLE ET A DOMICILE

---

***Nouveau sur Renage le CBE***

**Educateur sportif  
Diplôme d'état  
Option boxe française**

## **Cours**

**Savate boxe française  
(Techniques de pieds / poings et de l'auto défense)**

**Boxe & fitness  
(Technique de pieds / poings en musique)  
r un public à la recherche de la forme, de la santé et du bien être**

## **Séances**

**Développement Cardio / Vasculaire  
Endurance  
Renforcement / Musculaire  
Souplesse Articulaire  
Détente Physique et Mentale**

**[alain.cristina@sfr.fr](mailto:alain.cristina@sfr.fr) – 06 34 08 09 72**