



# INITIATION À LA BOXE ANGLAISE



Envie de vous affirmer grâce à la boxe anglaise ?

Pour reprendre le contrôle de votre corps et dépasser vos peurs.

Au programme:

Technique > apprendre des coups et des esquives.

Éthique > faire respecter vos limites, célébrer vos réussites.

Sécurité > s'exercer exclusivement entre femmes.

Un moment d'empowerment en sororité.



**Mardi**

**19:00 - 20:00**

12 mai 2026



Inscription jusqu'au vendredi  
8 mai 2026



Mara Kapsopoulos  
coach de boxe



CHF 15.-      standard  
CHF 5.-      petit budget