

BOXEOA OIONEN

EKAINAK 6 LARUNBATA-OION DEPORTIVO-n (udal gimnasioa)

Boxeoa ikasi eta kirola modu aktibo eta desberdin batean egin nahi duzu?

IZENA EMAN HASTAPENENKO MASTERCLASSean!

1. SAIOA
10:00-11:30

JARDUERARAKO MATERIALA:

- Boxeoko eskularruak
- Bendak (aukerakoak)
- Mugitzeko gogoak!

2. SAIOA
11:30-13:00



CLASE IMPARTIDA POR PABLO PÉREZ
Tecnico Nacional Nivel 1 - Monitor de Boxeo
en Universidad de La Rioja-Monitor de boxeo
en LogroñoDeporte

Izena eman
udal gimnasioko
harreran!

OIONDEPORTIVO



agua y jardín

**KIROL DESBERDIN, DIBERTIGARRI ETA DINAMIKO BAT PROBATU NAHI DUZU?
EKAINAREN 6AN, LARUNBATA, BOXEOAREN MUNDUAN HASTEKO AUKERA DUZU
MAILA GUZTIETARAKO PENTSATUTAKO MASTERCLASS BATEKIN, BAITA AURRE-
TIK INOIZ ENTRENATU EZ BADUZU ERE.**

 OION DEPORTIVO (UDAL GIMNASIOA)

 1. SAIOA: 10:00 - 11:30

 2. SAIOA: 11:30 - 13:00

- ✓ IKASI OINARRIZKO TEKNIKA
- ✓ MUGITU ETA SASOIAN JARRI
- ✓ ENTRENATU GIRO ONEAN
- ✓ HASIBERRIENTZAT APROPOSA

BEHARREZKO MATERIALA:

-  BOXEO ESKULARRUAK
-  BENDAK (AUKERAKOA)
-  ETA GOZATZEKO GOGO HANDIA!

PLAZAK MUGATUAK DIRA, BERAZ, EMAN IZENA LEHENBAILEHEN UDAL GIMNASIOKO HARRERAN.

ANIMATU ETA ETORRI BOXEOA BARRUTIK EZAGUTZERA! 