

TIGERS-CLUB – KICK BOXING

CONTAMINE-SUR-ARVE

Reprise des cours **lundi 8 septembre 2025**

(1 cours d'essai pour les nouveaux adhérents uniquement)

HORAIRES DES COURS SAISON 2025-2026

Lundi de 18h30 à 20 h : kick boxing pour adultes et ados tous niveaux

Lundi de 20 h à 21h30 : MMA à partir de 16 ans

Mardi de 18h30 à 19h45 : kick boxing cours compétiteurs

Mardi de 19h45 à 20h45 : cardio Boxing pour ados et adultes

Mercredi de 18 h à 19 h : cours enfants 7 à 11 ans

Mercredi de 19 h à 20 h : cours ados 12 à 17 ans + enfants confirmés

TARIFS ANNUELS SAISON 2025-2026

Cours Kick boxing enfants 7 à 11 ans (mercredi à 18 h) :

200 € + Licence sportive obligatoire 30 €

Cours kick boxing ados 12 à 17 ans (cours lundi de 18h30 à 20 h et mercredi de 19 h à 20 h)

235 € + Licence sportive obligatoire 30 € (- 18 ans)

Cours Cardio Boxing ados (+ 15 ans) : 190 € + 30 € licence

Cours MMA à partir de 16 ans : 200 € + 30 €

Cours kick boxing + MMA (à partir de 16 ans) : 320 € + 30 € licence

Cours kick boxing + Cardio Boxing ados : 260 € + 30 € licence

PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

15 % de remise à partir de la 2^{ème} personne d'une même famille (la même adresse)
(Déduction sur la cotisation la plus faible)

Les cotisations et les licences doivent être réglées par chèque ou espèces.

Si vous avez le pass région, noter votre numéro et votre code d'utilisation sur la fiche d'inscription, réduction de 30 € pour les garçons et 60 € pour les filles.

- Réduction de 70 euros pour les personnes ayant le coupon sport (fournir la copie du coupon avec le numéro)

DOCUMENTS OBLIGATOIRES (A télécharger sur le site internet)

- Fiche d'inscription personnelle (signée) avec une photo
- Questionnaire médical avec attestation à compléter
- Règlement intérieur signé
- Pour les compétiteurs, faire compléter le certificat médical type

EQUIPEMENTS INDIVIDUELS ET PERSONNELS OBLIGATOIRES

Commande groupée en début de saison au Club

- Protège dent (simple) obligatoire dès le 2^{ème} cours (possibilité de l'acheter au club)
- Chaussures pour courir, corde à sauter, bouteille d'eau, serviette

- Coquille (garçons et filles) **et** Plastron (filles)
- Gants de boxe pour le kick boxing ou Gants de MMA pour le cours MMA
- Protège-tibias-pieds
- Short pour le kick et le K1 Rules
- Pour les compétiteurs, obligation d'avoir le tee-shirt du club (tenue propre exigée)

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS

LIEU DES COURS :

Salle du 2^{ème} étage du Château de Villy à Contamine-sur-Arve

Téléphone : 06.67.71.01.31 ou 06.74.58.93.31

Mail : sylvie.mermoux@gmail.com

Facebook : Tigers-Club-Kick-Boxing ou Tigers-Club-Full-Contact

Instagram : tigersclubkickboxing

Site : tigers-club-full-contact.com

Blog du club : <http://tigersclubfullcontact.skyrock.com/>

BONNE SAISON A TOUS