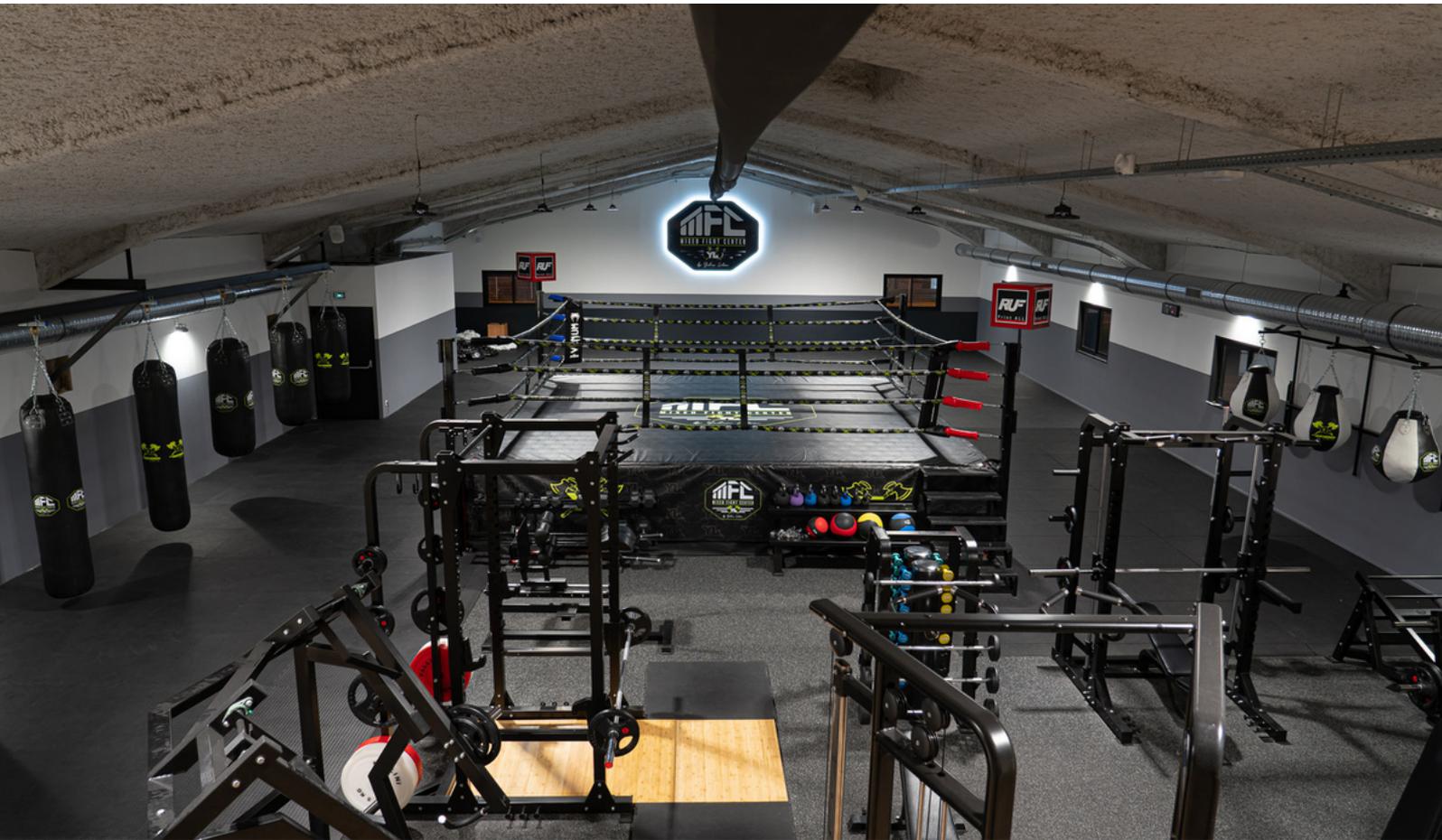


NOVEMBRE 2023, NUMÉRO 19

MIXED FIGHT CENTER

La newsletter mensuelle de votre salle de boxe



-EVENEMENT A VENIR -

INTERCLUB

Intercub le 9 décembre

PLANNING VACANCES D'HIVER

Désormais, le planning de cours adultes sera modifié pendant les périodes de vacances scolaires. (Détail plus bas)

FERMETURE DÉCEMBRE

La salle sera fermée du 25 au 1er janvier (inclus)

Reprise des adultes le 2 janvier.

Reprise des enfants le 8 janvier.

NOUS RETROUVER

• 146 Rue des Glières,
38150 Salaise-sur-Sanne

• 09 72 58 89 43

• www.mixedfightcenter.fr

•  : mixedfightcenter

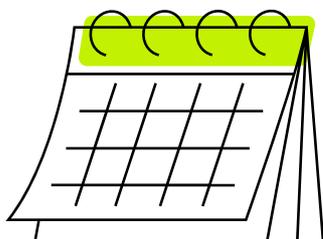
•  : Mixed Fight Center

•  Mixedfight

•  mixed_fight_center

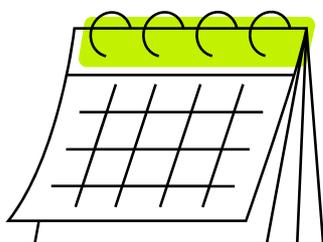


-PLANNING DES VACANCES D'HIVER-



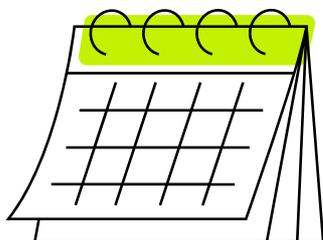
FERMETURE DE LA SALLE

Semaine du 25 au 31 décembre



JOUR FÉRIÉ

Lundi 1er janvier



HORAIRES MODIFIÉES

Semaine du 1er au 7 janvier

- . Mardi 02/01/2024 Cours Boxing Girls à 18h30
- . Mercredi 03/01/2024 Cours Co Préparation Physique Boxing à 18h30
- . Jeudi 04/01/2024 Cours Boxing Girls à 18h30
- . Vendredi 05/01/2024 Cours Co Préparation Physique Boxing à 18h30

NB : Durant cette semaine, ce sont uniquement les horaires de cours qui sont modifiés, un cours par soir. L'accès libre reste ouvert aux horaires habituelles



INTERCLUB 9 DECEMBRE

Le Mixed Fight Center organise un interclub Ado/Adulte le 9 décembre. Cette journée sera également l'occasion de collaborer avec l'association **Jeune et Rose** qui a pour objectif la **prévention du cancer du sein**.

La matinée sera consacrée à l'association **Jeune et Rose**. Des ateliers seront proposés et une initiation **Boxing Girl** ouvertes à toutes sera donnée à **10 h 00**.

12 h 30 Pesé des combattants.

14 h 00 Début des assauts.



RÉCOMPENSES



**ENTRÉE GRATUITE
ET OUVERTE À TOUS**



BUVETTE SUR PLACE

Inscriptions interclub au
bureau
(sous réserve d'acceptation
des coachs)

**144 Rue Des Glières
38150 SALAISE SUR SANNE**



JEUNE & ROSE

Auvergne-Rhône-Alpes



INITIATION À LA BOXE

Venez vous dépenser et montrer votre soutien en participant à une initiation à la boxe de 1h30 avec Vincent Courtial, un instructeur passionné.

de 10h à 13h30 le 9/12/2023 au Mixed Fight Center

 146 Rue des Glières, 38150 Salaise-sur-Sanne

REJOIGNEZ-NOUS POUR UNE MATINÉE ANIMÉE ET ENRICHISSANTE SOUS LE THÈME D'OCTOBRE ROSE !

AU RENDEZ-VOUS :



Prévention Active Visitez notre stand de prévention dédié à la sensibilisation au cancer du sein. Vous y trouverez des informations essentielles sur la détection précoce, la prévention, et les ressources disponibles.

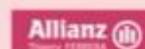
Bien-Être Naturel La naturopathe Eugénie sera également présente pour partager ses connaissances en naturopathie et ses conseils pour une santé optimale. Explorez les approches naturelles pour vous sentir bien dans votre corps.

Dégustation Vinicole venant du Domaine Christelle Betton Joignez-vous à David de la brasserie des lieux dits et sylvie pour une dégustation de vins exquis. Découvrez l'histoire derrière chaque vin et appréciez l'art de la dégustation.

Photographie L'artiste photographe Tiphane exposera ses œuvres en lien avec le thème d'Octobre Rose. Ses photographies célèbrent la force et la beauté des femmes.

Fasciathérapie Franck, praticien en fasciathérapie, vous expliquera en quoi consiste sa technique de soin holistique. Découvrez comment la fasciathérapie peut contribuer à votre bien-être.

Style Solidaire Des t-shirts et leggings spécialement conçus pour Octobre Rose seront disponibles la semaine prochaine. Un buste mannequin les exposera, et vous aurez l'occasion de les acheter pour montrer votre soutien à la cause.



-LA NUIT DES CHALLENGES 22-

Prévente disponible au Mixed Fight Center, n'hésitez pas nous contacter !



The poster features two muscular Muay Thai fighters in a ring, wearing traditional helmets and boxing gloves. One fighter is in a defensive stance while the other is in an offensive stance, kicking. The background shows a dimly lit arena with a classical building facade. The text 'KIMUAY THAI' is visible in the top left corner. A small logo is in the top right corner.

**LA NUIT
DES CHALLENGES 22**
SAMEDI 2 DECEMBRE
PALAIS DES SPORTS 62 RUE CARNOT 69190 ST FONS
OUVERTURE DES PORTES A PARTIR DE 18H30 GRADINS 25C
1 CHAMPIONNAT D'EUROPE WKN

-STAGE DE MMA BY YOHAN LIDON // THOMAS LOUBERSANES-

Les adhérents MFC peuvent également s'inscrire à la salle. Pour cela rien de plus simple, rapprochez-vous de l'accueil pour effectuer votre réservation !

SUR LA SAISSE

16 & 17 DÉCEMBRE

SAMEDI 16 DÉC
10H-13H AU MFC
 146 RUE DES GLIERES
 SALAIZE SUR SANNE (38)

DIMANCHE 17 DÉC
10H-13H
 BOXING CLUB ST PRIEST
 GYMNASSE FRANÇOIS ARNAUD

& LYON

STAGE

PIED POING & GRAPPLING

YOHAN LIDON

THOMAS LOUBERSANES

CONTACT & TARIF:

1 JOURNÉE:	2 JOURNÉES:
40€ EXT	60€ EXT
30€ CLUB	50€ CLUB
20€ ENFANT	30€ ENFANT

MFC MIXED FIGHT CENTER

RÉSERVATION CONTACT INSTAGRAM: @THOMASLOUBERSANES