

Image not readable or empty

Ayuntamiento de María de Huerva

Publicado en *Ayuntamiento de María de Huerva* (<http://mariadehuerva.es>)

[Inicio](#) > KICK BOXING

KICK BOXING

16\Marzo\2015

Image not found

KICK BOXING  http://mariadehuerva.es/sites/default/files/styles/medium/public/images/noticias/noticia_CDM_kickboxing.png?itok=Xx2vQvRw

El kick-boxing es un deporte de contacto de origen japonés desarrollado a partir del Muay Thai (Thai Boxing) en el que se mezclan las técnicas de combate del boxeo con algunas artes marciales como karate y boxeo tailandés. En la actualidad es el sistema preferido en las MMA para el desarrollo de la lucha en pie

En las clases de kick-boxing no sólo se realiza un trabajo aeróbico intenso, sino que también se tonifican músculos, se ejercita la agilidad y se desarrolla resistencia y potencia. Permite también corregir nuestra postura corporal a la vez que constituye de por sí un método de defensa personal que proporciona seguridad, reduce el estrés y mejora los reflejos.

Inscripciones en el Centro Deportivo Municipal

TLF. 976 124 649

Source URL: <http://mariadehuerva.es/node/636>

Links

[1]

http://mariadehuerva.es/sites/default/files/styles/large/public/images/noticias/noticia_CDM_kickboxing.png?itok=b5h