



# Nouveau cours

## Body Kangoo Jump



**S'entraîner en s'amusant !!**



**Chaussures à rebond !!**

**Travailler son cardio,**

**Stimuler son métabolisme**

**&**

**Favoriser la perte de poids !!**

**Tout en préservant ses articulations grâce aux ressorts qui permettent d'atténuer l'impact du choc sur celles-ci !**

**Une ambiance de folie les mercredis de 20h00 à 21h00 à la salle des fêtes de Pringy (place du bel air, à côté des écoles primaires)**

Mail : [yamato.karate@hotmail.fr](mailto:yamato.karate@hotmail.fr) Téléphone : 06.31.76.45.29

Site Web : <https://yamatokarate.iimdofree.com/> ----- Instagram : [yamata\\_karate\\_club](#) ----- Facebook : Yamato Karate club de ponthierry

Ne pas jeter sur la voie publique