

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

À LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS



CROSSTRAINING



Chaussures de sport propres



Gourde



Serviette



Tapis (type tapis yoga)



BOXE PIEDS-POINGS



Protège-tibias



Gants de boxe



Protège-dents



Coquille (hommes)



Bandes ou mitaines de boxe



Gourde



Tongs ou claquettes



MMA



Protège-tibias



Gants de MMA

(doigts ouverts, pouce libre uniquement)



Protège-dents



Coquille (hommes)



Bandes ou mitaines



Gourde



Tongs ou claquettes



RAPPEL IMPORTANT

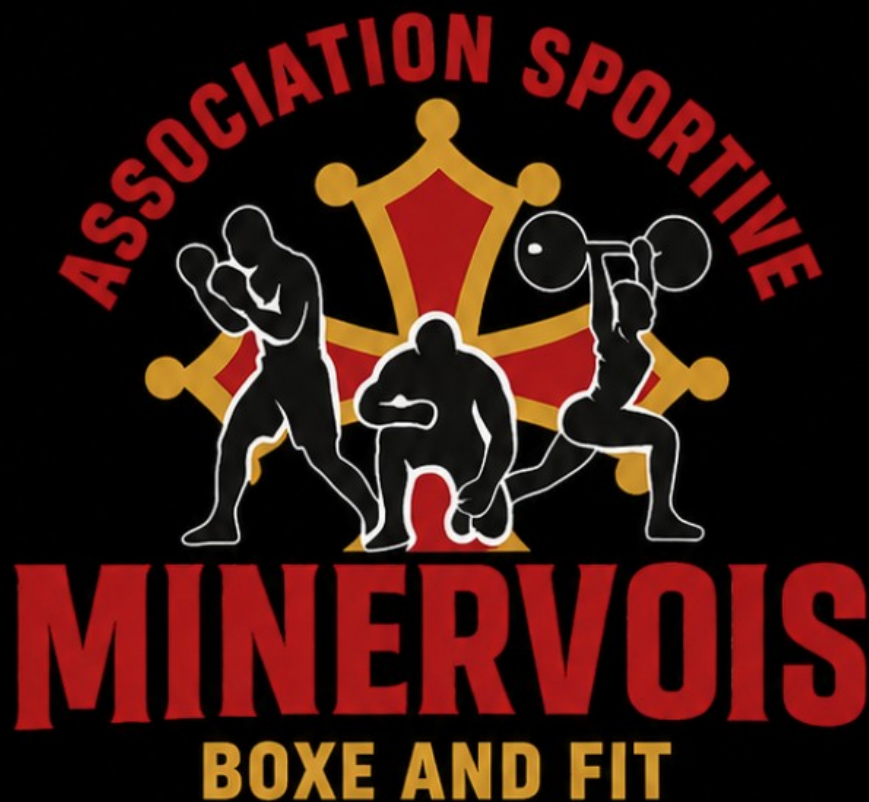
Une tenue adaptée à la pratique de la discipline choisie est obligatoire.

Pour des raisons de sécurité, les shorts comportant des fermetures éclair, des poches ou tout autre élément métallique sont **strictement interdits** en **MMA** et **Boxe pieds-poings**.



RESPECT - DISCIPLINE - PROGRESSION - ESPRIT D'ÉQUIPE





— RÈGLEMENT —

Chèque • Espèce • Virement bancaire

Paiement avant le 10/11/2026

C/C Contrat Pro Associations
ASSOCIATION SPORTIVE MINERVOIS

RIB	10057 19031 00021460801 38
IBAN	FR76 1005 7190 3100 0214 6080 138
BIC	CMCIFRPP



Merci de préciser votre **nom** lors du règlement par **virement**.

ASSOCIATION SPORTIVE



MINERVOIS

— BOXE AND FIT —

ENGAGÉ POUR TOI

REJOINS L'AVENTURE !



CROSSTRAINING



MMA /
GRAPPLING



BOXE PIEDS-POINGS



ÉVEIL
ENFANTS

NOS TARIFS MENSUELS



SIMPLE, FLEXIBLE ET ADAPTÉ À TES OBJECTIFS !

ACCÈS
1 SEULE ACTIVITÉ



13€
/MOIS

Accès à 1 seule activité
au choix :

- Crosstraining
- MMA / Grappling
- Boxe pieds-poings



IDÉAL SI TU VEUX TE
CONCENTRER SUR
UNE SEULE DISCIPLINE

MUSCULATION
À VENIR



15€
/MOIS

- Accès à la salle
de musculation
- Matériel complet
et adapté
- Suivi et conseils



OUVERTURE
PROCHAINE !

LE +
COMPLÉT

FORMULE
COMPLÈTE



17€
/MOIS

- Accès à **TOUTES** les activités
- Tous les cours
- Accès à la salle
de musculation



LE MEILLEUR DES
DEUX MONDES !

FORMULE
ÉVEILS ENFANT
PIEDS-POINGS



9€
/MOIS

- Cours adaptés aux
enfants
- Apprentissage ludique
et progressif
- Confiance, respect
et discipline



POUR APPRENDRE
EN S'AMUSANT !



ENGAGEMENT ANNUEL POSSIBLE | PAIEMENT : COMPTANT / 3 FOIS / 12 MOIS



UNE ÉQUIPE
PASSIONNÉE
À VOS CÔTÉS



SÉCURITÉ ET
BIENVEILLANCE
AVANT TOUT



PROGRESSE,
DÉPASSE-TOI
CHAQUE JOUR



PLUS QU'UN CLUB,
UNE FAMILLE

ICI, ON SE DÉPASSE ENSEMBLE !



asmerinville@outlook.fr



ASM MINERVOIS



asm_minervois

LUNDI

🕒 18H30 – 20H00

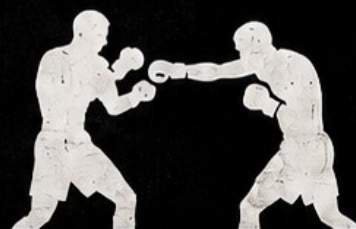
**CROSSTRAINING
ET MMA**



MERCREDI

🕒 18H15 – 20H00

**BOXE
PIEDS-POINGS
ADOS / ADULTES**



JEUDI

🕒 19H00 – 20H30

**CROSSTRAINING
EN EXTÉRIEUR
EN FONCTION DES
CONDITIONS MÉTÉO**



SAMEDI

🕒 9H30 – 10H30

**ÉVEIL
ENFANT
PIEDS-POINGS**



SAMEDI

🕒 10H00 – 12H00

**CROSSTRAINING
ET BOXE
PIEDS-POINGS
ADOS / ADULTES**



DÉPASSE-TOI
CHAQUE JOUR



FORCE – DISCIPLINE
RESPECT



UNE ÉQUIPE,
UNE FAMILLE

REJOINS L'AVENTURE !