

## **MAZIÈRES-EN-GÂTINE**

### **« Kick-boxing - fitness, une activité ouverte »**

A partir d'aujourd'hui, Amah Oswald, président du club Kick n'fit, propose des séances de kick-boxing et de fitness à la salle multisports intercommunale, dès 17 h 30, pour les jeunes à partir de 10 ans et les adultes.

#### **Qu'est-ce que le kick-boxing et que propose le club ?**

**Amah Oswald :** « Le kick-boxing allie des techniques pieds-poings. Ludiques, intenses, tonifiantes en cadence rythmée. Les séances proposées par le club Kick n'fit allient les gestes du kick-boxing et les mouvements du fitness et développent une solution sportive sans contact et spécialisé tout public. Notre philosophie prône la parité homme-femme, l'activité est également adaptée aux personnes à mobilité réduite. Cette activité permet d'évacuer le trop plein de stress, de retrouver le bien-être, affiner la silhouette. »



Amah Oswald propose samedi à 17 h 30 une séance de kick boxing et fitness

#### **Vous êtes un dirigeant sportif itinérant ?**

« Le siège social de Kick n'fit est à Melle. J'apporte une activité sportive au plus près des gens. Kick n'fit veut développer ces activités en milieu rural, au sein des différentes com-

munautés de communes en Deux-Sèvres, du lundi au samedi. Le club se déplace vers le public, nous pouvons nous rendre dans les entreprises pour le bien-être des salariés, à domicile, dans les salles... »

#### **Quel est votre parcours ?**

« Je suis titulaire du Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialisé pugilistique de sport de contact. Dix ans de compétition en kick-boxing no low kick dont deux fois champion de France et cinq ans de compétition en boxe française, en 2<sup>e</sup> série, avec 70 combats à mon actif. »

Samedi 6 octobre 1<sup>re</sup> séance salle multisports intercommunale dès 17 h 15.

Renseignements et réservations :  
06 88 74 74 12. Mail : kicknfit@yahoo.com