



NICE NORD BOXING CLUB

Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901

BOXE ENFANTS

Mercredi 16H-17H30 Gymnase Brancolar
3, Avenue de seilern

Samedi 18H30-19H30

BOXE LOISIRS

Lundi 20-22H Gymnase Brancolar
Jeudi 20H-22H 3, Avenue de seilern

Mardi 18H-19H ZR Team Boxing Centre
7, Rue Pie Scoffier

Mercredi 18H-19H
Vendredi 18H-19H

BOXE COMPETITION

Lundi 20-22H Gymnase Brancolar
Jeudi 20H-22H 3, Avenue de seilern

Mardi 19H-20H ZR Team Boxing Centre
7, Rue Pie Scoffier

Mercredi 19H-20H
Vendredi 19H-20H

SPARRING COMPETITEURS

Samedi 18H30-20H30 Gymnase Brancolar
3, Avenue de seilern

AEROBOXE

Jeudi 18H-19H ZR Team Boxing Centre
7, Rue Pie Scoffier

COURS COLLECTIFS BOXE ANGLAISE

ADULTES 300€ pour 3 séances
par semaine à l'année

450€ pour 5 séances
par semaine à l'année

**ENFANTS -
10ANS** 250€ pour 2 séances
par semaine à l'année

**COURS
PARTICULIERS** 30€ la séance

CONTRAT D'ENGAGEMENT

Je soussigné(e) _____ et m'engage à suivre les entraînements avec une assiduité maximale.

Je m'engage à n'oublier aucun matériel en venant et en sortant de chaque entraînement. Je m'engage à avoir dans mon sac de sport, au minimum, une tenue de sport spécifique à la pratique de la Boxe Anglaise : des chaussures de course, une paire de gant de boxe, des mitaines, un protège-dent, une corde à sauter, une serviette et une bouteille d'eau toujours à disposition afin d'éviter tout aller-retour inutile.

Je m'engage à participer au dynamisme du groupe dans son ensemble.

Je m'engage à ne contredire aucune instruction.

Je m'engage à respecter mon entraînement et celui des autres adhérents en minimisant les bavardages, les chipotages, les distractions, en respectant les temps de récupérations et de repos, à être présent à la reprise de chaque exercice.

Je m'engage à donner un minimum de 100% à chaque entraînement, exercice et consignes données dans un souci de respect de mon entraînement et des autres (compétiteurs plus particulièrement et autres personnes investies).

Je m'engage à respecter chaque consigne, chaque sanction et chaque exercice avec le sourire et sans rien contredire que cela me plaise ou non.

Je m'engage à avoir pris connaissance et à respecter les dispositions du club, des lieux d'enseignement, les règles spécifiques du club et l'éthique sportive (fairplay, solidarité, hygiène de vie...).

Je m'engage à m'investir dans le projet sportif du club : respecter les planifications d'entraînement et les calendriers de compétitions, les encadrants par leur présence et leurs consignes, les compétiteurs assidus... Et réaliser les objectifs fixés par et avec le responsable du club (obligation de moyens et de résultats).

Je m'engage à respecter tous autres règles, consignes que l'on pourrait de donner par écrit ou à l'oral au cours de la saison même si celles-ci n'ont pas été consignées sur ce contrat d'engagement dans la limite du respect de l'intégrité des membres du club, l'entraîneur et moi-même.

Je m'engage à respecter la sanction de ne plus faire partie du groupe si je ne respecte aucunes des consignes d'engagements précédents.

Signature (précédé de la mention « lu et approuvé ») :