

Afterwork boxing session @ BPM



"Afterwork boxing", het is eens iets anders dan een afterwork drink ! Zin in deze nieuwe uitdaging ?

- Wat ?** Een **afterwork boksles** als originele workout (met je collega, partner, ...), waarin op een leuke manier gewerkt wordt aan je **conditie, techniek, kracht, snelheid**, ... en waarin **controle en veiligheid** centraal staan. De les wordt gegeven door een **gediplomeerde** en zeer motiverende **coach**, en is geschikt voor elk niveau van sportiviteit en bokservaring. Het is ook een ideale manier om je **mentale batterijen** eens goed op te laden. **Dus twijfelen = gewoon doen !**
- Wat niet ?** Een opportuniteit om je collega's eens goed onder handen te nemen
- Waar ?** Sportzaal MSA, Zavelput 50, 9040 Gent
- Wanneer ?** Donderdagavond 30 maart van 18:30 tot 19:45
- Wat nodig ?** Sportieve kledij (eventueel al aan), een handdoek en water. BPM zorgt voor bokshandschoenen.
- Inschrijving ?** **Automatisch** na registratie en online betaling van een VKS-1-beurtenkaart voor **17 euro** via [deze link](#) (*)
Het aantal deelnemers is beperkt tot maximaal 20, dus wees er snel bij ! Deadline = 29 maart 12:00
- Voordeel VKS ?** Automatische **terugbetaling van 7 euro** per persoon
- Extra informatie ?** Surf naar website www.bpmboxing.be of mail naar lies.marguillier@arcelormittal.com of contacteer Lies op **0456/191568**

(*) Kies bij "Ik ken jullie via" voor de optie "Anders, namelijk:" en vul je AMGent stamnummer in voor vlotte terugbetaling door VKS

