



A K T I V

For *alle* som liker å trene

- både for nybegynnere og aktive idrettsutøvere.

Du får økter med instruktører og lærere med høy kompetanse.

Vi skal:

- lære å trene på treningssenter, styrke og utholdenhet (cardio).
- danse med profesjonelle danseinstruktører på Bølgen Dansestudio (valgfritt).
- få innføring eller videreutvikle ferdigheter innen boksing og kickboksing med Kai Robin Havnaa i ABBK (valgfritt).
- tilby skreddersøm opp mot idrett du satser på. Sammen med din klubbtrener og foresatte.

StFX AKTIV:

- Trener sammen fire ganger i uka.
- Oppstart skoleåret 2024/2025.
- Månedsbeløpet på 295,- kr belastes på samme faktura som skolepengene.

Kontakt Harald K på hvka@stfx.no for mer informasjon.



Arendal Bokse og
Kickboxingklubb

MOVA®