



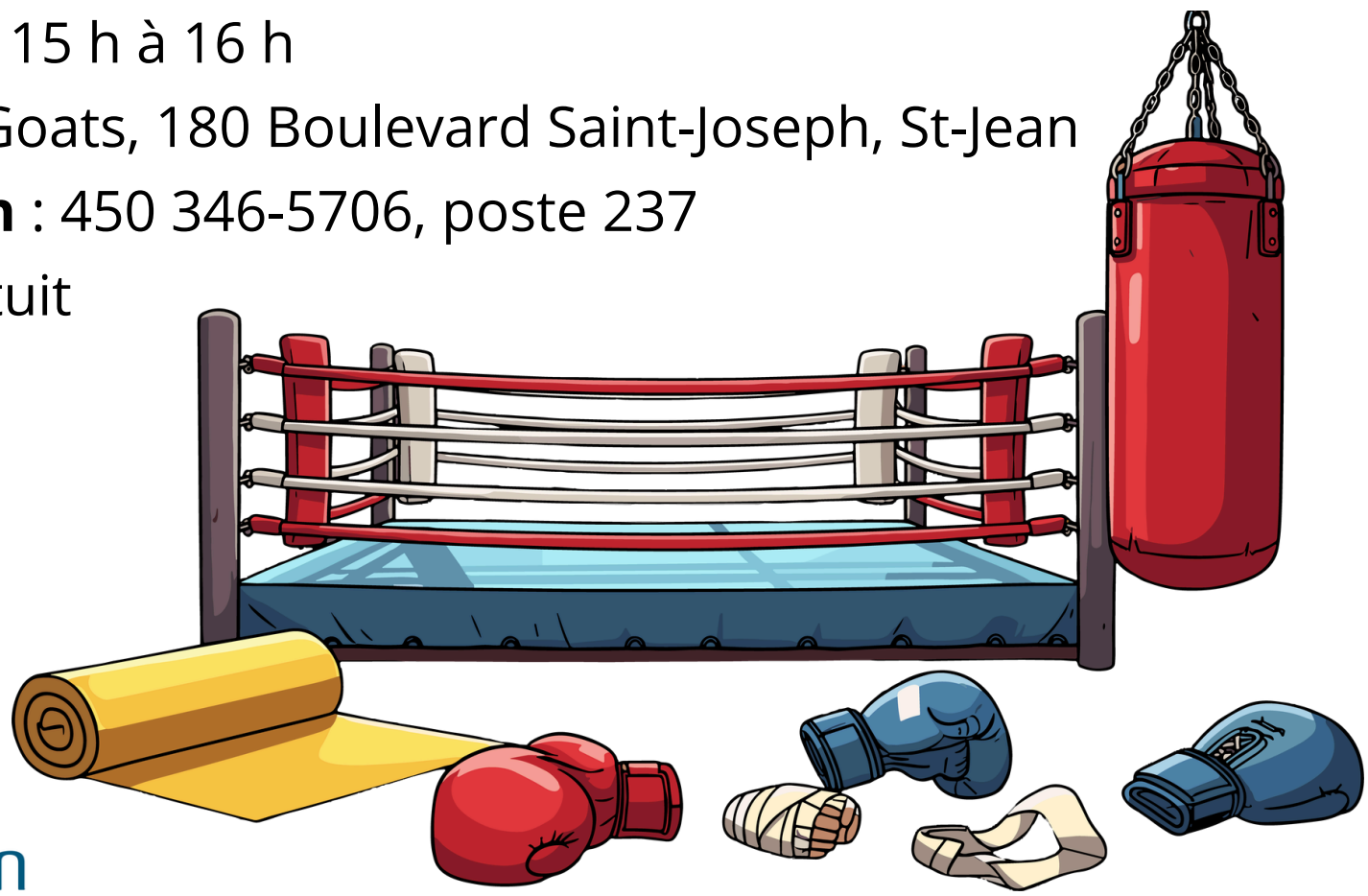


Viens explorer la boxe avec un instructeur du Club de boxe Goats Gym !

Cette opportunité est offerte à toutes et à tous, que vous soyez très en forme ou que vous souhaitiez l'être davantage. Les notions de base vous seront enseignées, en tout respect du rythme de chaque personne.

L'équipement est prêté, il suffira d'apporter vos vêtements de sport : t-shirt, shorts et espadrilles, Pensez aussi à apporter une gourde d'eau à remplir et une petite serviette.

Pour qui : aux personnes en suivi, en attente de suivi et les membres clients de Maison le Point Commun.
Quand : les lundis 30 novembre 2026, 18 janvier, 15 février et 8 mars 2027
Heure : de 15 h à 16 h
Où : Gym Goats, 180 Boulevard Saint-Joseph, St-Jean
Inscription : 450 346-5706, poste 237
Coût : Gratuit



Maison le Point commun