

Kick Boxing

Es un arte marcial derivado del Mua-Tai tailandés en el que se utilizan codos y rodillas. Se permite dar golpes de piernas, tanto en la parte superior como inferior del cuerpo. Junto al Full Contact es uno de los deportes más efectivos que existen actualmente en lucha y defensa personal. **Rafael Vázquez** es también el responsable de esta sección en el Club Sportiu Pantiquet.

Aerobic

Práctica deportiva en la que se trabaja todo el cuerpo, con especial atención a la coordinación y la coreografía. La música es parte fundamental, ya que se ejercita siguiendo los bloques musicales. El Aerobic se imparte en el Club Sportiu Pantiquet desde hace cinco años, siempre bajo la dirección de **Conchi Mateo**. Dentro del Aerobic existen varias modalidades, siendo el step y salsa las que más se practican en el centro de Mollet.

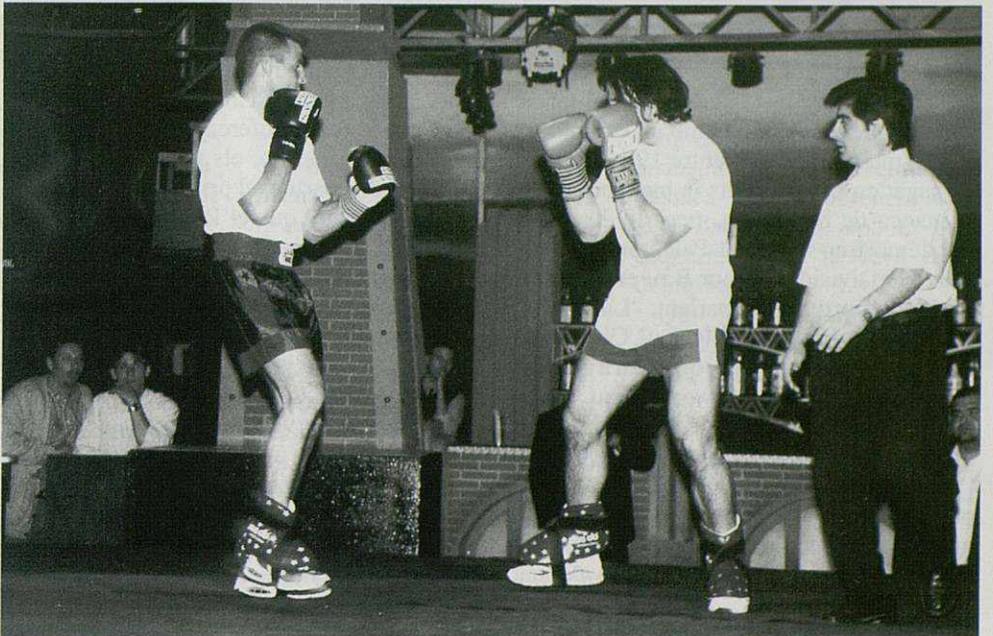
CLUB SPORTIU PANTIQUET

Pau Picasso-Can Flaqué
Tel. 593 77 50
Mollet del Vallès

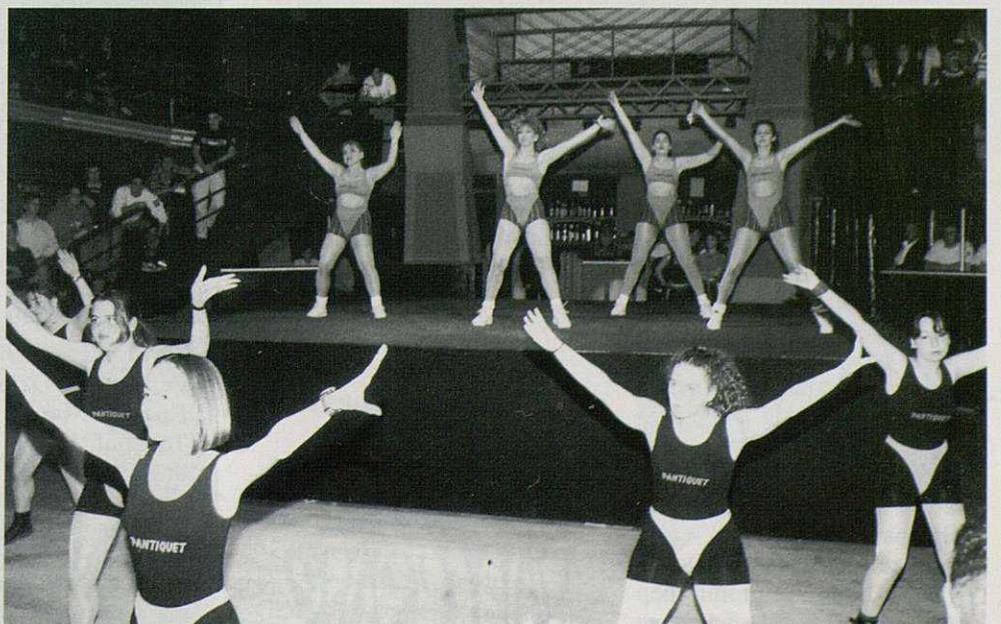
NATACIÓ - GIMNÀSTICA
SQUASH - BÀSQUET
MUSCULACIÓ - AERÒBIC
SOLÀRIUM - TENNIS
SAUNES - SOL UVA
FUTBOL SALA - BAR
ARTS MARCIALS



Full Contact



Kick Boxing



Aerobic