

# Een vol hoofd? Ga kickboksen!



Kom uit  
jouw luie stoel!

**Durft uw kind de uitdaging aan? Kickboksen is een actieve sport, waarbij uw kind zijn\* hoofd lekker leeg maakt en daarbij ook nog een goede conditie opbouwt. Door het beoefenen van een deze sport wordt uw kind niet alleen sterker, maar krijgt hij ook meer zelfvertrouwen. Wij werken samen met uw kind aan zijn lichamelijke en geestelijke conditie. Een mooi samenspel met een nog mooier resultaat.**

## Leren wat je grenzen zijn

Kan uw kind het goed gebruiken om regelmatig op een fijne manier uitgedaagd te worden? Kickboksen is een goede manier om energie kwijt te kunnen. De lessen zijn ook bestemd voor kinderen die niet bij 's Heeren Loo wonen of dagbesteding hebben.

Met een paar keer per week een half uurtje kickboksen is uw kind op een leuke, positieve en effectieve manier met zijn lijf en hoofd bezig. Kickboksen heeft niet zozeer te maken met het 'uitdelen van klappen'. Het is een sport waarbij tactiek, uithoudingsvermogen en doorzetten van groot belang zijn.

## Wat doet kickboksen voor uw kind?

Het gaat tijdens de les ook om het krijgen van meer zelfvertrouwen, rustig te blijven en concentratie. Uw kind leert focus te houden op de oefeningen.

Naast mentale voordelen wordt met kickboksen natuurlijk ook het uithoudingsvermogen en de spierkracht getraind. De lessen worden op een speelse en uitdagende manier gegeven, die past bij het niveau en de behoeften van uw kind.

Kortom, met behulp van kickboksen krijgt uw kind heel veel vaardigheden aangeleerd, waar hij buiten de sportzaal heel veel aan kan hebben.

## Meer weten?

Neem dan contact op met:

### Klantcontact

0800 - 355 55 55

(ma t/m vr 08.00-18.00 uur)

[info@sheerenloo.nl](mailto:info@sheerenloo.nl)

\*Vanzelfsprekend is kickboksen voor zowel jongens als voor meisjes.

