



## Punch Boxing pour attaquer la rentrée en forme



[Visualiser l'article](#)

Chloé et Jules Bouscatel sont les fondateurs de Punch Boxing, tous deux jeunes entrepreneurs de 25 ans. Adeptes de sport, c'est à l'occasion d'un road trip aux Etats-Unis en 2017 qu'ils ont eu le déclic. Après avoir minutieusement parcouru tous les studios de sport sur la côte Ouest et Est, le couple a eu un coup de cœur pour ce concept innovant qui mélange la boxe et le bootcamp dans une ambiance inédite (plongé dans la



[Visualiser l'article](#)

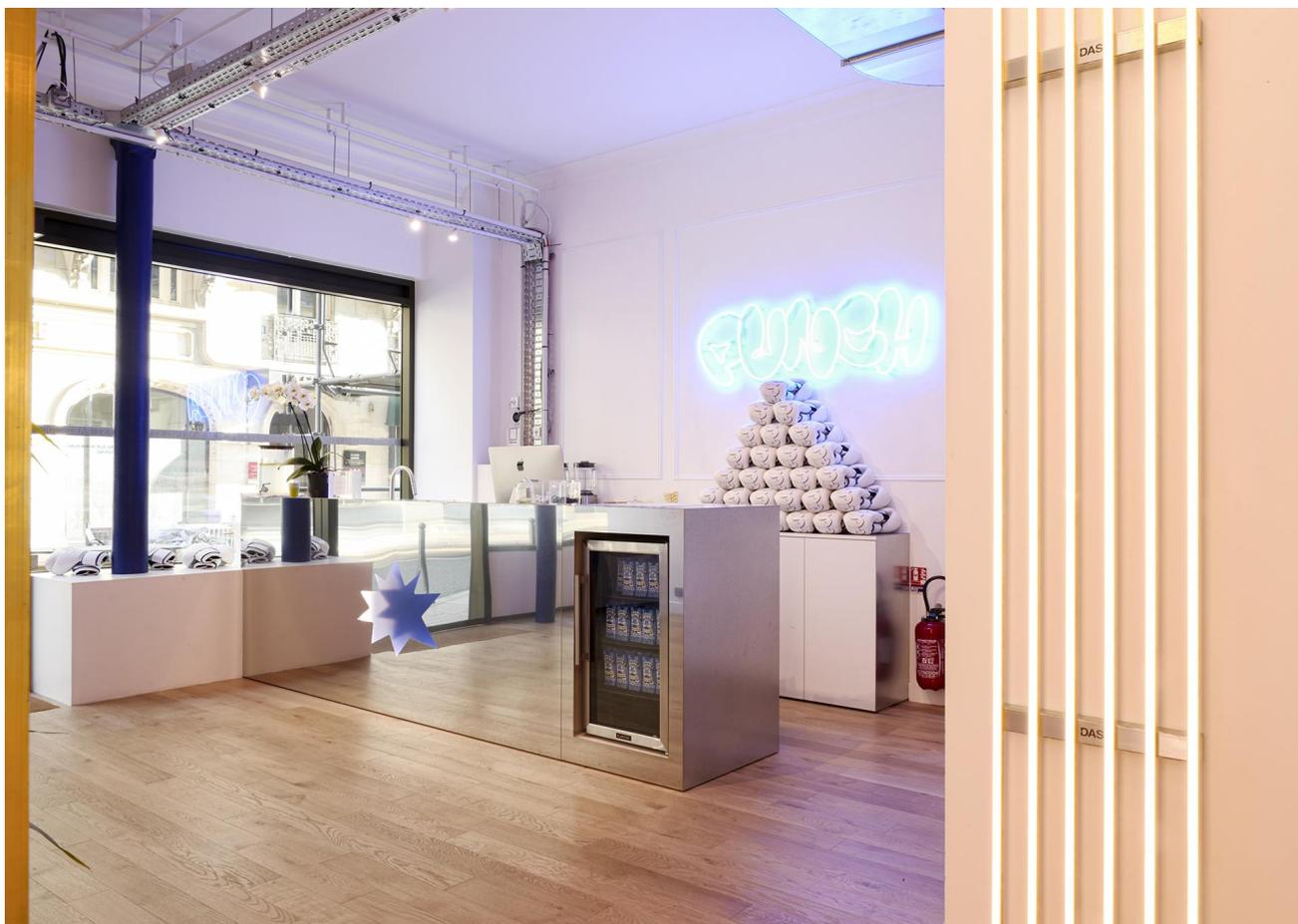
pénombre). Pour Jules et Chloé c'est travail complet sur tout le corps qui leur a plu, mais surtout la sensation de défoulement face à un sac de boxe et l'intensité des exercices qui leur a donné envie d'importer le concept en France. Leur ambition était d'ouvrir à Paris le studio dont ils avaient toujours rêvé. Car avant d'être les fondateurs, ils en sont surtout les premiers clients !

Idéalement situé à deux pas du Louvre, en plein Paris, le Punch Boxing vient d'ouvrir. L'expérience est fun, très cardio et intense. Destiné aux hommes comme aux femmes. Le studio Punch Boxing propose une nouvelle façon de faire du sport, sans aucun engagement. Vous payerez à la séance. Les sessions durent 50 minutes allient exercices de bootcamp et enchaînements de boxe.

STUDIO HAUT-DE-GAMME



[Visualiser l'article](#)



Chloé et Jules les fondateurs ont voulu faire de ce studio de boxing un lieu de bienveillance et de convivialité, mais c'est surtout un studio où le plaisir et le confort des puncheurs sont une priorité.

blakemag.com  
Pays : France  
Dynamisme : 0



[Visualiser l'article](#)



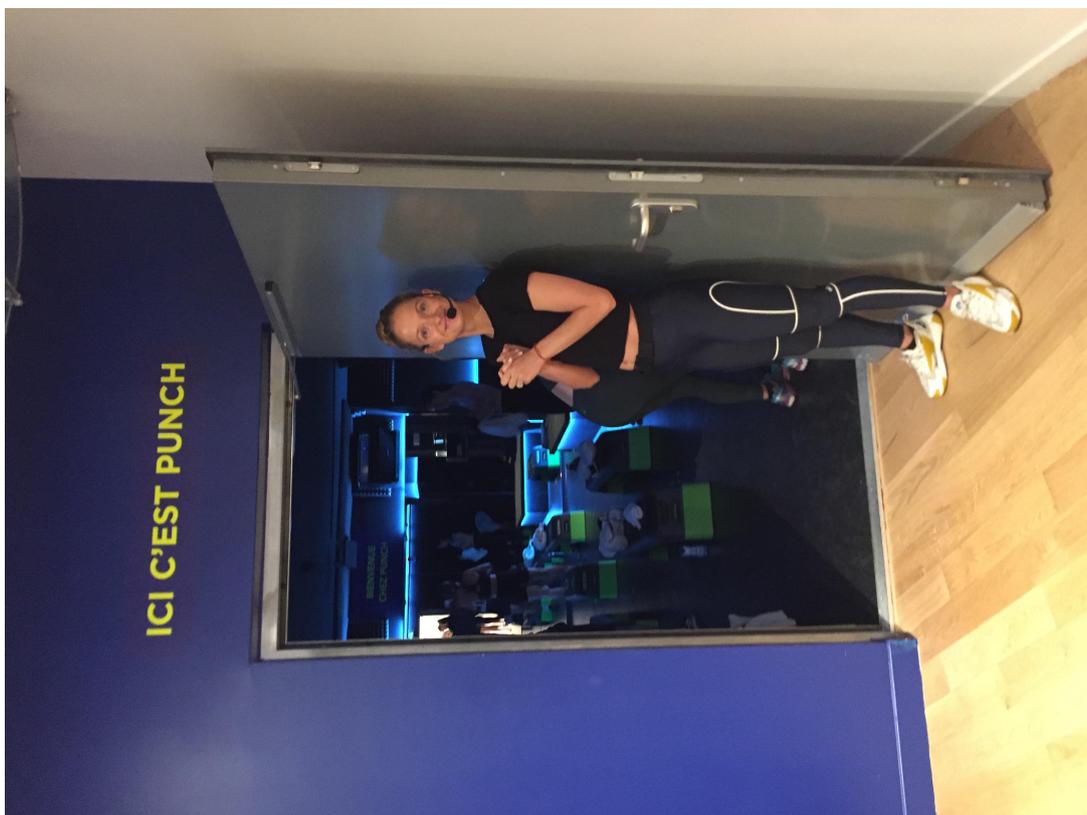
blakemag.com  
Pays : France  
Dynamisme : 0



[Visualiser l'article](#)



Lorsque l'on entre dans la salle, le ton est tout de suite donné par le coach, qui se veut dynamique et motivant. Un espace de 100m2 plongé dans une semi-obscurité, illuminé par des néons de lumière noire. A mesure que la musique monte en puissance, les coach augmentent l'intensité des exercices.



Les séances se décomposent en 10 rounds en alternant boxe et bootcamp :

blakemag.com  
Pays : France  
Dynamisme : 0

[Visualiser l'article](#)

50% BOXE : chez Punch on ne prend pas de coups, on ne fait qu'en donner. Pour ça, la salle dispose d'aquabags (sacs remplis d'eau adaptés à tous, qui amortissent les coups) sur lesquels il faudra enchaîner des combinaisons de droite, gauche en crochet, direct et uppercut.

50% BOOTCAMP : dans l'autre partie de la salle des bancs et des altères pour la partie renforcement musculaire et cardio. Des enchainements qui rappellent le crossfit ou l'appli freeletics.

Et les deux parties sont bien intenses.





Notre coach pour ce test fut Justine Rojat, c'est une athlète aux mille vies ! Née à Paris, elle part dès son plus jeune âge étudier à Los Angeles. A son retour, Justine met son oeil aiguisé au service de labels musicaux et auprès d'artistes de renom. Elle est charismatique et débordante d'énergie. En 2017, Justine est devenue coach sportive lors d'une reconversion professionnelle. Elle devient rapidement une référence en indoor cycling puis devient coach en boxe. Elle est aujourd'hui l'une des coaches les plus prisées de Paris, notamment grâce à son intensité et son exigence très appréciées par sa clientèle fidèle. Et nous vous confirmons que Justine est une coach intense qui ne lâche personne durant la séance pour que chacun se dépasse. L'esprit Bootcamp est bien là, vous vous rappelez l'officier dans Fullmetal Jacket...? (en plus sympa tout de même).

Après cette séance effectuée et avec quelques litres d'eau en moins dans votre corps exsangue, vous serez heureux de retrouver les vestiaires qui sont très accueillant, on se croirait à la maison : spacieux, très propres et d'un blanc immaculé, ils disposent en plus de tout ce qui fait que vous vous sentirez comme chez vous : sèche cheveux, serviette soins corps et visage. Punch s'est associé à REN Skincare, une marque anglaise célèbre pour ses formulations bioactives avancées, dépourvues d'ingrédients synthétiques agressifs pour la peau et divinement agréables à utiliser après un cours intense !



Vous voulez renouveler votre expérience sport et découvrir quelque chose de nouveau ? Foncez-y ! Nous on a pris de quoi y passer l'année.

### Punch Boxing

Adresse : 3 Rue de Richelieu, 75001 Paris Téléphone : 06 78 86 10 98  
[www.punch-boxing.com/](http://www.punch-boxing.com/)