

Corso di Judo e Karate a Meltina dai 5 anni in su

Il percorso delle arti marziali ha effetti sorprendenti sull'autostima ed è utile per la difesa personale. Sviluppa l'equilibrio, la coordinazione, l'agilità, i riflessi, la percezione degli spazi. Forma il carattere tramite la relazione con gli altri, l'autocontrollo, il rispetto e la disciplina.

Orari:

- Mercoledì: Bambini (dai 5 anni alla terza elementare) 15.00 – 16.00
Ragazzi (dalla quarta elementare alla terza media) 16.00 – 17.15
- Venerdì: allenamento integrativo per preparazione gare 16.00 – 17.15

Dove:

Palestra di Meltina

Costo:

da versare di persona oppure a mezzo bonifico: IBAN: IT03R0826958580000304240324

- Due settimane di prova a 1€ per i nuovi iscritti
- Quota annuale di tesseramento e associazione alla società: € 30,00 da versare entro il 7 ottobre 2018
- Quota annuale per le lezioni settimanali: € 150,00 in tre soluzioni di 50,00 € (ottobre, gennaio, marzo)

Inizio dei corsi:

Mercoledì 26 settembre 2018

Riunione informativa:

Martedì 18 settembre 2018, h 20 a Meltina al bar "Zum Löwen"

Per informazioni e iscrizioni:

Alessandro tel: 339 6708887
Daniela: daniela@renbukanbz.it



Alessandro Visintini
Judo IV Dan
Istruttore FIJLKAM



Daniela Gaidano
Karate II Dan
Aspirante Allenatore FIJLKAM