

A.S.D. JUDO CLUB KUROKI

Via G. Pascoli, 31 - 33017 Tarcento (UD)

tel. 0432 785896

www.judokuroki.it

info@judokuroki.it

 Judo Kuroki

 judokuroki



Giuliano Casco
Presidente
+39 340 8384217

KUROKI 



**CORSI DI JUDO
PER BAMBINI
RAGAZZI
ESORDIENTI**

I NOSTRI CORSI 2024/2025

JUDO EDUCATIVO

mercoledì dalle 17.15 alle 18.15

dai 3 ai 5 anni

BAMBINI E RAGAZZI**

martedì e giovedì dalle 17.45 alle 18.45

dai 6 ai 9 anni

RAGAZZI - ESORDIENTI**

martedì e giovedì
dalle 18.30 alle 19.30

venerdì
dalle 19.00 alle 20.00

dai 10 ai 15 anni

DURATA DEI CORSI

* 2 ottobre 2024 - 19 dicembre 2024 / 5 febbraio 2025 - 28 maggio 2025

**10 settembre 2024 - 26 giugno 2025

Perchè portare tuo figlio a fare judo?

insegna

il rispetto delle regole
e degli avversari

favorisce

la socializzazione in gruppo

aumenta

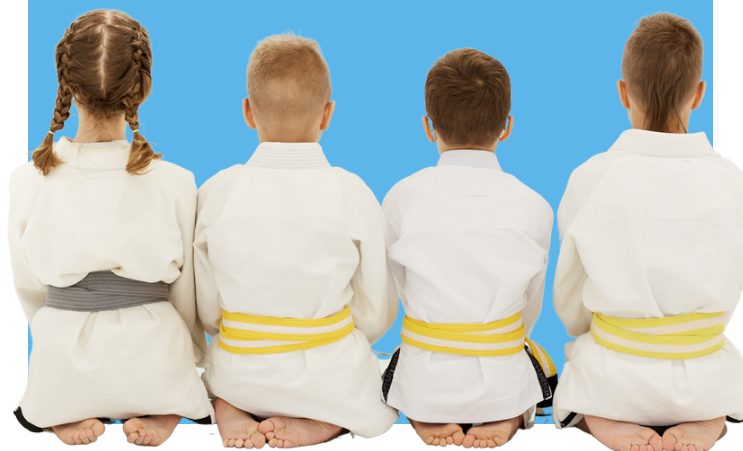
l'elasticità, la resistenza,
la forza, l'agilità

scarica

le energie represses

migliora

l'equilibrio
mentale e fisico



L'ALLENAMENTO

Ginnastica

Esercizi di acrobatica di base e avanzata

Tecnica del judo

Allungamento muscolare (stretching)

Giochi di coppia e di gruppo

L'ATTREZZATURA

Tatami (Tappeto per la pratica del judo)

Materassoni morbidi

Palloni (Fitballs)



Informazioni disponibili in palestra, allo **0432 785896**,
sul nostro sito **www.judokuroki.it**
oppure ai numeri **340 8384217 - 328 5654049**