

TREPPA GRANDE I NOSTRI CORSI 2026/2027

DIFESA PERSONALE

martedì dalle 18.00 alle 19.00
dal 06/10 al 15/12/2026

dai 14 anni

lunedì e mercoledì
dalle 17.30 alle 18.30
dal 21/09 al 21/12/2026

JUDO BAMBINI E RAGAZZI

dai 4 ai 10 anni



Perché 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



CORSI PER ADULTI



PILATES

giovedì dalle 18.30 alle 19.30
dal 10/09 al 10/12/2026

STEP COREOGRAFICO

giovedì dalle 19.30 alle 20.30
dal 10/09 al 10/12/2026

per tutti i corsi sono previste 2 lezioni di prova

Informazioni sul nostro sito www.judokuroki.it
oppure al numero 347 4195643