

A.D. CLUB KODOKAN JUDO JU/JITSU



www.judocaserta.it

Dal 1977..

divertimento..

impegno..grinta..passione



Corsi per tutte le età

JUDO JudoAmatori_(OVER50) JU-JITSU_(DIFESA PERSONALE)

JUDO FUNZIONALE_(CrossFit) Lezioni Private Corsi Mattutini

CASERTA *(Tutti i giorni)*

Presso palestra "NEW ARES" via S. Antonio da Padova 68

Judo Bambini-Ragazzi-Adulti-Amatori-Agonisti-Jujitsu-Judo Funzionale

CASERTA *(Martedì/Giovedì)*

Presso PALEXTRA via Laviano c/o Stadio del Nuoto

Judo Bambini 7/11 anni Ore 17

CAPUA *(Martedì/Giovedì)*

Presso palestra "FREE TIME" via G. Maestrato di S. Lazzaro

Judo Bambini 5/11anni Ore 18

ASPETTI BENEFICI DEL JUDO

IL JUDO RAPPRESENTA UNO DEGLI STIMOLI MIGLIORI PER LA CRESCITA FISICA E MENTALE DI UN INDIVIDUO

Apparato Muscolo Scheletrico: aumento della forza e della elasticità

Apparato CardioRespiratorio: miglioramento della capacità di recupero dopo lo sforzo

Sistema Nervoso: aumento della reattività e della coordinazione

Sistema Psicologico: aumento delle doti di coraggio, volontà e perseveranza

Cell.328.9232589 - www.judocaserta.it - eMail: info@judocaserta.it