

ARTI MARZIALI RAGAZZI



Ju - Jitsu e Judo

5 - 10 anni maschi e femmine	Lunedì - Giovedì Martedì - Venerdì	17.00 - 18.00
11 - 13 anni maschi e femmine	Lunedì e Giovedì	18.00 - 19.00
14 anni in poi maschi e femmine	Martedì - Venerdì	18.00 - 19.30
	Lunedì - Giovedì	19.00 - 20.30

Il ju-jitsu ed il judo sono attività sportive particolarmente adatte ai giovani di ambo i sessi nell'età dello sviluppo sia per i suoi elevati contenuti educativi, sia per le caratteristiche peculiarità della loro pratica, che rendono questi sport particolarmente adattabili alle esigenze delle varie classi di età. I corsi divisi per età partono dai bambini e ragazzi (5-10 anni) con ju-jitsu e judo utilizzati come "gioco sportivo" per poi progressivamente con gli esordienti (11-13 anni) addentrarsi nello sviluppo delle qualità e capacità agonistiche che migliorano nei corsi cadetti- speranze (14 -17 anni) e junior-senior (fino a 35 anni). Gli "amatori" che amano l'attività sportiva non come sport agonistico ma per tenere in esercizio fisico, riflessi e tecnica trovano posto nei corsi serali di "difesa personale" che non hanno limite di età. I corsi sono tenuti da Ermanno Capurro, Maestro cintura nera 5° dan di Ju-Jitsu, Allenatore 1° dan di Judo e Professore di Educazione Fisica.

