



JUDO

PALESTRA CLOROFILLA

La pratica del Judo permette di migliorare se stessi e le relazioni con gli altri, poiché equilibra "corpo" (fisicità e materialità), "cuore" (anima, spirito, affettività) e "mente" (razionalità). E' uno strumento educativo che insegna valori come la sincerità, l'armonia, la decisione, il coraggio e il rispetto verso l'altro. Nel corso viene insegnata la forma di "Judo Gioco", dove si impara a cadere sul tatami, a prendere coscienza del proprio corpo e delle proprie possibilità.

MARTEDI

h. 16:15/16:50: 3 anni

h. 17:00/17:45: 5-6 anni

MERCOLEDI

h. 16:15/17:00: 4-5 anni

h. 17:00/18:00: 6-8 anni

con KODOKAN

ottobre '24 - maggio '25: 450€

**Iscrizioni: kodokanmilano.it/iscrizioni
Segreteria Kodokan: 377.0944162**

Il corso si svolgerà presso la palestra Clorofilla,
via Daniele Crespi 14, 20123 Milano
t. 02.58110091 - www.nidoscuolaclorofilla.it