

## **IL JUDO PER I BAMBINI DAI 6 AI 8 ANNI**

Il Judo per i bambini rappresenta il gioco che ha una valenza educativa che li porta gradualmente ad imparare le regole del corretto comportamento reciproco e verso gli adulti. Inoltre l'insegnante, curando soprattutto l'aspetto ludico del gioco, stimola l'accrescimento della coordinazione dei movimenti dei bambini e nel contempo li educa al rispetto verso gli altri piccoli atleti.

Lezioni:

**Martedì e Giovedì** dalle 17,40 alle 18,40

Insegnante: Amorosi Cesare

## **IL JUDO PER I RAGAZZI DAI 9 AI 13 ANNI**

Il Judo per i ragazzi è una attività sportiva a tutti gli effetti; la necessità di esprimersi attraverso un'attività motoria tipica di questa fascia di età viene contenuta ed incanalata nell'ambito del rispetto delle regole sia durante la pratica, sia per l'incolumità del compagno. L'insegnante cura ed indirizza l'aspetto tecnico del Judo sviluppando ulteriormente le qualità coordinative e le varie abilità motorie mediante esercizi specifici.

Lezioni:

**Martedì e Giovedì** dalle 16,40 alle 17,40

Insegnante: Amorosi Cesare

## **IL JUDO PER GLI ADULTI E AGONISTI (da 14 anni in poi)**

Il Judo per gli adulti offre diverse possibilità:

Settore agonistico

Per coloro tra i 14 e i 35 anni che vogliono partecipare alle varie gare indette dalla F.I.J.L.K.A.M. (Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali).

Settore non agonistico

Per coloro che vogliono praticare il Judo completo nelle sue componenti tecniche e nei suoi principi.

Lezioni:

**Martedì e Giovedì** dalle 20,00 alle 21,30 (Judo per agonisti e non agonisti).

Insegnante: Amorosi Cesare