

Avvisi

Scritto da Segreteria

Giovedì 26 Maggio 2011 20:02 - Ultimo aggiornamento Venerdì 12 Ottobre 2018 05:51

JIGORO KANO JUDO CLUB COMO

A settembre sono ripresi i corsi di judo della Jigoro Kano Judo Club Como stagione 2018 / 2019

JUDO

Significa Via (DO) della cedevolezza (JU)

Questa disciplina trae origine da diverse scuole di arti marziali giapponesi che i guerrieri (samurai) imparavano per affinare le proprie capacità di combattimento a mani nude, su tutte il JU-JITSU (arte della cedevolezza) da cui il Maestro Jigoro Kano creò il JUDO KODOKAN, disciplina di combattimento che si basa sul principio dell'uso della minima energia per ottenere il massimo risultato.

JUDO è infatti, un efficace metodo di difesa attraverso il quale si può, con una valutazione

Avvisi

Scritto da Segreteria

Giovedì 26 Maggio 2011 20:02 - Ultimo aggiornamento Venerdì 12 Ottobre 2018 05:51

rapida della situazione, e con gesti semplici e precisi, schivare un'aggressione, resistere e contrattaccare utilizzando non la forza ma la destrezza e la cedevolezza.

JUDO è anche l'unica Arte Marziale inserita tra gli sport olimpici sin dal 1964, educativo per eccellenza il judo richiede equilibrio fisico e psichico e permette di liberare l'aggressività naturale e di padroneggiarla.

L'Associazione Sportiva Dilettantistica □ JIGORO KANO JUDO

Ti da il benvenuto ai suoi corsi:

MARTEDI □ □ (Capiago)

Avvisi

Scritto da Segreteria

Giovedì 26 Maggio 2011 20:02 - Ultimo aggiornamento Venerdì 12 Ottobre 2018 05:51

17.00 – 18.00 [] [] [] [] [] [] [] [] *Bambini e ragazzi da 4 a 11 anni compiuti*

18.00 – 19.15 Amatori – Agonisti + 12 anni

MERCOLEDÌ (Albate)

18.30 – 19.30 [] [] [] [] [] [] [] [] *Bambini e ragazzi da 6 a 11 anni compiuti*

19.30 – 20.45 Amatori – Agonisti + 12 anni

VENERDI

(Capiago) [] [] [] [] [] [] [] []

18.30 – 19.30 [] [] [] [] [] [] [] [] *Bambini e ragazzi da 4 a 11 anni compiuti*

(Albate)

Avvisi

Scritto da Segreteria

Giovedì 26 Maggio 2011 20:02 - Ultimo aggiornamento Venerdì 12 Ottobre 2018 05:51

18.30 – 19.30 *Bambini e ragazzi da 6 a 11 anni compiuti*

19.30 – 21.00 Amatori – Agonisti + 12 anni

Se sei interessato questo è tutto ciò di cui avrai bisogno per l'iscrizione:

- *Certificato Medico di idoneità alla pratica sportiva con ECG.*
- *Tre foto formato tessera*
- *Fotocopia del documento di identità e tessera sanitaria*

Per ulteriori informazioni è possibile chiamare al n° 347/2103269 - Luca
Oppure tramite e-mail info@jigorokanocomo.it o j.k.j.capiago@gmail.com

[Scarica il Volantino 201 9](#) 

[Regolamento](#) 

Avvisi

Scritto da Segreteria

Giovedì 26 Maggio 2011 20:02 - Ultimo aggiornamento Venerdì 12 Ottobre 2018 05:51

[Presentazione corsi di judo e difesa personale](#) 

[Recensioni sul JUDO](#) 