

Associazione Sportiva Dilettantistica



Corsi di Karate

PER BAMBINI E ADULTI
DIVISI PER ETÀ E CINTURE
DA SETTEMBRE A GIUGNO



*Chiama Ora e
prenota la tua
Prima Lezione
Gratuita*



Responsabile Corsi:

Maestro Giorgio Cresio cint. nera 7 dan

Istruttori: Cresio Andrea cint. nera 4 dan - Cresio Nicole cint. nera 3 dan

Info Maestro Giorgio:

Cell. 340 8155695

Associazione Sportiva Dilettantistica



Italia
Coni



Perché il KARATE-DO?

- 
1. Rafforza il sistema cardiovascolare migliorando la salute generale
 2. È tra i modi migliori per sviluppare stabilità ed equilibrio
 3. Insegna a mantenere la calma anche quando si è sotto pressione cosa utile nella vita, a scuola e nel lavoro
 4. Fornisce tecniche di difesa personale molto importanti
 5. Rafforza l'autostima
 6. Nel dojo regnano serenità, rispetto e gentilezza
 7. Le amicizie del dojo durano tutta la vita
 8. Sviluppa la concentrazione, le capacità intellettive e il pensiero critico
 9. promuove uno stile di vita sano ed etico
 10. È adatto a tutti, a prescindere dal genere e dall'età

*Sede Allenamento Genova Rivarolo
Palestra della Scuola Santa Dorotea
Via Pierino Negrotto Cambiaso, 7 canc.*

*Corso Principianti Bambini
Mercoledì - Venerdì: 17,00 - 18,00*

*Corso Principianti Ragazzi - Adulti
Mercoledì - Venerdì: 18,00 - 19,00*

*Corso Avanzato cint. Arancio - Verde
Mercoledì - Venerdì: 18,00 - 19,00*

*Corso Avanzato cint. Blu - Marroni - Nere
Mercoledì - Venerdì: 19,00 - 20,30*

**Per Ulteriori Informazioni:
Maestro Giorgio 340 81 55 695**

*Sede Allenamento Genova Sestri P.
Palestra della Società Cattolica
S. Giovanni Battista
Via Domenico Oliva, 5 canc.*

*Corso Principianti Bambini
Lunedì - Giovedì: 17,00 - 18,00*

*Corso Principianti Ragazzi e Adulti
Lunedì - Giovedì: 18,00 - 19,00*

*Corso Avanzato cint. Arancio - Verde
Lunedì - Giovedì: 18,00 - 19,00*

*Corso Avanzato cint. Blu - Marroni - Nere
Lunedì - Giovedì: 19,00 - 20,30*

**Per Ulteriori Informazioni:
Maestro Giorgio 340 81 55 695**

**POSSIBILITÀ DI ALLENARSI IN ENTRAMBE LE SEDI
(LA QUOTA MENSILE NON CAMBIA)**