

# A.S.D. JUDO TEAM GARDOLO - COGNOLA



**STELLA DI BRONZO AL MERITO SPORTIVO CONI  
CENTRO GIOVANILE AVVIAMENTO ALLO SPORT  
SCUOLA FEDERALE DI JUDO**



**PROVA JUDO CON  
NOI .....**

**TRE ALLENAMENTI  
GRATUITI E  
POI.....**



**JUDO RACCHIUDE GLI  
ASPETTI DELLE ARTI  
MARZIALI ---**

**DELL'AGONISMO  
SPORTIVO ---**

**DELLO SVILUPPO  
FISICO E  
COMPORIMENTALE  
COMPLETO.**

## **PALESTRA DELLE SCUOLE MEDIE ARGENTARIO**

via Ponte Alto, 1 – COGNOLA -- (TN)

**INIZIO ATTIVITA' A PARTIRE DAL  
12 SETTEMBRE 2017 fino al 07/06/2018**

### **MARTEDI' - GIOVEDI'**

ore 17.00 – 18.00 bambini/e da 5 a 9 anni  
ore 18.00 – 19.00 ragazzi/e da 10 a 13 anni  
ore 19.00 – 20.30 ragazzi e agonisti dai 13 anni in su  
ore 20.30 – 21.30 JUDO adulti

### **VENERDI'**

ore 19.00 – 20.00 JUDO e preparazione fisica dai 13 anni in su

## **PALESTRA DEL CENTRO SPORTIVO TN-NORD**

via IV Novembre -- GARDOLO -- (TN)

**INIZIO ATTIVITA' A PARTIRE DAL  
11 SETTEMBRE 2017 fino al 06/06/2018**

### **LUNEDI' – MERCOLEDI'**

ore 17.30 – 18.30 bambini/e da 5 a 9 anni  
ore 18.30 – 19.30 ragazzi/e da 10 a 12 anni  
ore 19.30 – 21.00 ragazzi e agonisti dai 13 anni in su

### **VENERDI'**

ore 19.00 – 21.00 MGA - JUDO difesa personale e  
preparazione fisica



Per informazioni dettagliate sull'attività, visitate il sito [www.judoteamgc.it](http://www.judoteamgc.it) o telefonate ai numeri **3398362201** --- **3355430356** o venite direttamente in palestra con gli insegnanti **NELLE GIORNATE DI ALLENAMENTO.**