

VIENI A FARE JUDO CON NOI!



**Il Judo è arte marziale, sport agonistico,
crescita fisica e personale.**

**Trasmette rispetto, disciplina, costanza e non
violenza, rafforzando l'autostima e l'autonomia.**

A.S.D JUDO TEAM GARDOLO-COGNOLA

柔道

SCUOLA FEDERALE DI JUDO

**STELLA D'ARGENTO AL MERITO SPORTIVO CONI
CENTRO GIOVANILE AVVIAMENTO ALLO SPORT**



INIZIO ATTIVITÀ: LUNEDÌ 7 SETTEMBRE 2026

**Contattaci per maggiori informazioni o vieni
direttamente in palestra per un allenamento gratuito!**



PASSIONE PER IL JUDO DAL 1988!



DOVE E QUANDO

GARDOLO (TN) - Via 4 Novembre 23/4

Palestra del Centro Sportivo Trento Nord

LUNEDÌ E MERCOLEDÌ

17:30 – 18:20 Gioca-Judo (da 5 a 9 anni)

18:30 – 19:30 Judo preagonistico (da 9 a 13 anni)

19:30 – 21:00 Judo agonistico (da 13 anni)

COGNOLA (TN) - Via Ponte Alto 1

Palestra delle Scuole Medie Argentario

MARTEDÌ E GIOVEDÌ

17:00 – 17:50 Gioca-Judo (da 5 a 9 anni)

18:00 – 19:00 Judo preagonistico (da 9 a 13 anni)

19:00 – 20:30 Judo agonistico (da 13 anni)

VENERDÌ

19:00 – 21:00 Judo agonistico e preparazione fisica

CONTATTI



RICCARDO: 3201874092 **PATRIZIA:** 3398362201 **GILBERTO:** 3355430356



www.judoteamgc.it



info@judoteamgc.it



[asd_judoteamgc](https://www.instagram.com/asd_judoteamgc)



A.S.D. Judo Team Gardolo-Cognola