



JUDO

Esport, diversió, respecte i confiança



www.cntarraco.cat

Informa't a les oficines del CN TÀRRACO

Tel: 977 232 084 • Contacte: judo@cntarraco.cat

CLUB NATACIÓ TÀRRACO, Passeig Torroja 86, 43007 Tarragona



CONEIXES AQUESTA DISCIPLINA?

El Judo és un esport olímpic d'origen japonès, el nom pot traduir-se com "el camí de la suavitat". És un dels quatre estils principals de lluita esportiva més practicats avui en dia a tot el món. **La UNESCO va declarar el Judo com el millor esport inicial formatiu per nens i joves de 4 a 21 anys**, ja que permet una "educació física integral", potenciant, per mitjà del coneixement d'aquest esport, totes les seves possibilitats psicomotrius i de relació amb les altres persones, fent ús del joc i la lluita com a element integrador-dinamitzador i introduint la iniciació tècnic-tàctic esportiva de forma adaptada.

PER A QUI?

Nens i nenes de 5 a 16 anys.

Adults, a partir de 16 anys.



QUAN?

D'OCTUBRE A JUNY:

De 5 a 16 anys: Dilluns i Dimecres de 17:30h a 18:15h
Dilluns i Dimecres de 18:30h a 19:15h

Adults
(a partir de 16 anys): Dimarts i dijous de 20.30h a 22.00h

PREU

JUDO INFANTIL:

	1 dia setmana	2 dies setmana
Soci	24 € / mes	34 € / mes
No soci	27 € / mes	39 € / mes

JUDO ADULTS:

Soci + Activitat de Judo	56 € / mes
Activitat de Judo	45 € / mes