



PRAESIDIUM
WROCŁAW

Zajęcia Judo dla dzieci i młodzieży

Rozpocznij niezapomnianą przygodę z judo! Odkryj tajniki tej sztuki walki i rozwijaj swoje umiejętności. Nie czekaj, dołącz do nas i poznaj moc sportowego ducha. **Pierwsze dwa treningi są darmowe!**

**WEJDŹ NA PRAESIDIUMWROCLAW.PL
SPRAWDŹ GRAFIK I ZAPISZ NA DARMOWE ZAJĘCIA**

Dlaczego judo?

Judo należy do grupy sportów polecanych szczególnie dla dzieci, ze względu na bardzo dużą wszechstronność. **UNESCO uznało judo za najlepszy początkowy sport do treningu dzieci i młodzieży w wieku od 4 do 21 lat.** Dziecko poprzez wytrwałą praktykę Judo rozwija swoją siłę, szybkość, gibkość oraz znajomość własnego ciała. Ze względu na stale zmieniające się sytuacje w praktyce Judo, dziecko zobowiązane jest do stymulowania swojego „**myslenia taktycznego**”. Judo nie zachęca do agresji. Poprzez relacje z rówieśnikami dziecko uczy się współpracować, szanować i rozwijać samokontrolę. Judo przekazuje w swojej praktyce pewną kulturę i tradycję, takie jak **szacunek, dyscyplina, równowaga emocjonalna.**

Na pierwsze zajęcia wystarczą:



t-shirt



spodnie



klapki

WIĘCEJ INFORMACJI NA
PRAESIDIUMWROCLAW.PL

Pytania?

Zadzwoń: **+48 692 285 907**

Napisz: **kontakt@praesidiumwroclaw.pl**

