

AFFILIATA



AFFILIATA



ACCADEMIA DI ARTI MARZIALI
ASD ISCRITTA AL REGISTRO CONI NR. 118513 – 110623

ATTIVITÀ SPORTIVE 2022-2023

PERCHÈ PRATICARE UN'ARTE MARZIALE?

- È un'attività sportiva sana, con effetti benefici su corpo e mente;
- insegna un metodo di autodifesa;
- si basa sul rispetto della vita propria e altrui;
- può essere praticata da tutti e a tutte le età;
- migliora autostima, concentrazione, apparato muscolo-scheletrico, controllo e consapevolezza del proprio corpo;
- è divertente e non potrai più farne a meno!





ATTIVITÀ SPORTIVE

TUTTI I CORSI 2022-2023

Parterre
Saletta

	LUN	MART	MERC	GIOV	VEN
10:00			Yoga		
11:00			Tai Chi Chuan - Qi Gong		
12:00					
16:30	Attività motoria (3-6 anni)		Attività motoria (3-6 anni)		
17:30	Karate bambini	Judo bambini e inclusivo	Karate bambini	Judo bambini e inclusivo	
18:00					Karate inclusivo
18:30	Karate inclusivo	Judo agonistica	Karate inclusivo	Judo agonistica	
19:00		Karate amatoriale Yoga		Karate amatoriale Yoga	
19:30					Karate Agonistica
20:00	Karate Agonistica	Karate Agonistica	Karate Agonistica		
20:30					
21:00					

DOVE CI ALLENIAMO

Palazzetto dello Sport
di Velletri "S. Bandinelli"
Via di Cori snc - Velletri (RM)

CONTATTI

www.toukon.it
info.toukon@gmail.com
328.7468762 - 371.3147592

FOLLOW US



Toukon Accademia di Arti Marziali