



Karate bambini e ragazzi

(dai 7 anni)

martedì e venerdì dalle 17.30

dall'11 settembre 2012



c/o Palestra Ex Scuole
Elementari S. Lucia Tarù
via Gatta 104, Zelarino

- incontrare nuovi amici
- apprendere giocando a stare bene in relazione con gli altri
- "scaricare" lo stress
- migliorare le capacità motorie
- aumentare la consapevolezza corporea
- rendere più efficiente la mente (memoria, concentrazione, attenzione...)
- conoscere e controllare meglio le emozioni, costruire il proprio benessere

