

KARATE

Karate significa *mano vuota*.

Scopo del karate è mettere in luce le nostre qualità, aiutandoci ad approfondire la conoscenza di noi stessi e contribuendo allo sviluppo uniforme ed equilibrato di:

- *muscolatura*
- *coordinazione*
- *equilibrio*
- *riflessi*
- *autocontrollo*
- *disciplina*



★ PALESTRE ★

Airuno (Scuole elementari) - Via Postale Vecchia, 2

Cisano Bergamasco (Scuole elementari) - Via Don Giovanni Minzoni

Sartirana (Scuole elementari) - Via Monte Grappa

Lecco (Scuole elementari) - Via Giovanni Amendola, 24

Olgiate Molgora (Polisportiva Aurora) - Via Aldo Moro, 1

☎ 349 994 4175

info@dojoyamatokarate.it
www.asddojoyamato.it

📷 @dojoyamatokarate
f Dojo Yamato Karate

