

CONFIENOS A SUS HIJOS Y DE ELLOS HAREMOS UNAS BUENAS PERSONAS!!!!



JUDO CLUB AYALA

CURSO 2018/19



Federación Madrileña de Judo y Deportes Asociados

La UNESCO recomienda EL JUDO como mejor deporte para niños y adolescentes. Por sus grandes valores pedagógicos tanto físicos como psíquicos, todo ello mejorando la coordinación tanto mental como motora.

OBJETIVOS GENERALES Y BENEFICIOSOS QUE APORTA EL JUDO:

• INCREMENTAR EL AUTOCONTROL
• PERDER EL MIEDO AL CONTACTO FÍSICO
• AUMENTAR Y MEJORAR SUS CUALIDADES FÍSICAS
• EXPRESARSE A TRAVÉS DEL PROPIO CUERPO
• GANAR CONFIANZA EN SI MISMO
• REDUCIR LA ANSIEDAD A TRAVÉS DEL ENTRENAMIENTO
• AUMENTAR LA CONCENTRACIÓN
• ESTIMULAR LA CREATIVIDAD
• MEJORAR LA TOLERANCIA A LA FRUSTACION
• MEJORAR LA AUTOESTIMA
• RECONOCER EL ESFUERZO COMO ÚNICO VALOR

**APUNTATE ¡TE ESPERAMOS!**

**DIRECTORA DE LA ACTIVIDAD: SONIA MARTÍN GARVI ->**  
7º DAN, Maestro Nacional de Judo y Defensa Personal

**HORARIO** Lunes y Miércoles de 12:30 a 13:30 (2º y 3º de E. Infantil y 1º, 2º y 3º de E.P)  
Lunes y Miércoles de 13:30 a 14:30 (3º, 4º, 5º y 6º de EP y 1º de ESO)

**PRECIO: 48 € al mes, o, 125 € al trimestre**

**REQUISITOS:** Todos los alumnos deberán estar federados para poder realizar la actividad. El profesor les dará la información necesaria para ello

Para cualquier tipo de consulta dirigirse a: [judoclubayala@gmail.com](mailto:judoclubayala@gmail.com)



**HOJA DE INSCRIPCIÓN:**

NOMBRE Y APELLIDOS DEL ALUMNO/A.....

FECHA DE NACIMIENTO..... CURSO..... TLF.....

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, los titulares de los datos tienen reconocido y podrán ejercitar gratuitamente los derechos de acceso, rectificación, oposición, supresión, portabilidad y limitación del tratamiento, así como a rechazar el tratamiento automatizado de los datos personales recogidos