

FAQ

KARATE FUNZIONALE

LUN-MER-VEN
18.15-19.30





CHE COS'E' KARATE FUNZIONALE?


Un corso di karate adattato alla vita di tutti i giorni. Attraverso la gestualità, i movimenti e le tecniche di base del karate, gli allenamenti incentivano la **mobilità arto muscolare** e favoriscono la **tonicità muscolare**, permettendo anche l'acquisizione di **principi di difesa personale**.



**A CHI SI RIVOLGE
IL CORSO?**

**Il corso è aperto a praticanti dai 14 anni in su,
di ogni livello.**

Non è mai troppo tardi per iniziare!
Le arti marziali favoriscono, a qualsiasi età, lo
sviluppo di un'**attitudine mentale** per il
raggiungimento degli **obiettivi**, influenzando in
maniera positiva la **serenità psicofisica**.

A teal hand is shown holding a white speech bubble with a black outline. The speech bubble contains the text 'SI PUO' FARE UNA PROVA?'. To the right of the speech bubble, there are several red, oval-shaped confetti pieces scattered in the air.

SI PUO'
FARE
UNA
PROVA?

Certo!

Consigliamo sempre di fare
due lezioni di prova e di confrontarsi
con il Maestro prima di iscriversi.



**E' IMPORTANTE
PRENOTARE LA
PROVA!**

Puoi farlo con un messaggio

WhatsApp al numero della

Segreteria: **392 1715021**

o inviando una **mail** a:

fightclubravenna@gmail.com

COME BISOGNA VESTIRSI PER LA PROVA?



Comodi!

Pantaloncino e maglietta, più un paio di ciabattine per spostarsi dallo spogliatoio alla sala. Sul tatami si accede a piedi nudi, si raccomandano piedi puliti.

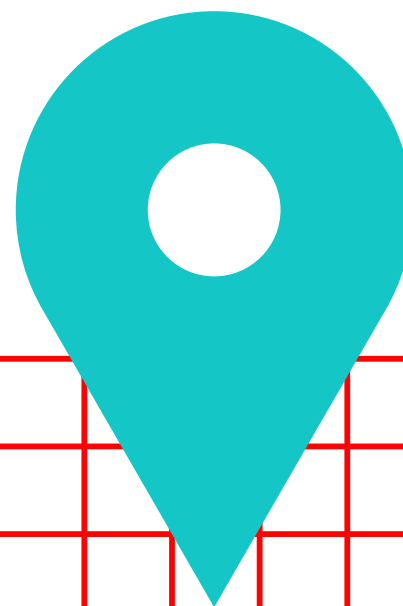
Si consiglia di portare un piccolo asciugamano, un cambio pulito e dell'acqua.



Prima facciamo le lezioni di prova!
Se ti trovi bene con il Maestro ed i
compagni, iniziamo questo percorso
insieme.



**DOVE
SIETE DI
PRECISO?**




Siamo in **via Sergio Cavina
27A**, presso il Centro
Commerciale San Biagio.

TI ASPETTIAMO!



Se hai altre domande,
contattaci!

✉ fightclubravenna@gmail.com

392-1715021 

  [RavennaFightClub](#) | [fclub_ravenna](#)

www.fightclubravenna.it 

