

chi siamo

Il Fight Club è un progetto nato per trasmettere i **valori educativi, formativi ed inclusivi** dello sport e delle arti marziali.

Per i settori Karate, Grappling e Fitness siamo affiliati alla **FIJLKAM – Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali**, organismo sportivo **CONI** fondato nel 1902 e da oltre 120 anni presente sul territorio nazionale.

Per le altre discipline, facciamo riferimento ad **Enti di Promozione Sportiva** riconosciuti dal **CONI**.

non solo sport


Con la sua offerta formativa, l'impegno per il sociale e tutte le attività trasversali, il Fight Club contribuisce ai seguenti obiettivi dell'Agenda ONU 2030:




SPORT
E SALUTE



FIGHT CLUB

 via S. Cavina 27/A
Centro Commerciale San Biagio

 fightclubravenna@gmail.com

 392-1715021

 www.fightclubravenna.it

  [RavennaFightClub](https://www.facebook.com/RavennaFightClub) | [fclub_ravenna](https://www.instagram.com/fclub_ravenna)

FIGHT CLUB



2024/2025 arti marziali per adulti



Karate Funzionale

lun/mer/ven 18.15-19.30

Insegnante tecnico: Vito Durante

Un corso di Karate adattato alla vita di tutti i giorni, che si rivolge a praticanti di ogni livello dai 14 anni in su. Attraverso la gestualità, i movimenti e le tecniche di base del Karate, gli allenamenti incentivano la tonicità e la mobilità arto-muscolare, permettendo anche l'acquisizione di principi di difesa personale.

Karate Scuola Butoku

mar/gio 19.00-20.00

Insegnante tecnico: Giovanni Fabbri

La Scuola Butoku è una realtà presente a Ravenna dal 2010, dal 2020 è entrata a far parte dell'organigramma Spazio Fight Club. Il corso avvicina ragazzi e adulti alla pratica del Karate stile Shotokan nella sua versione più tradizionale.



Kick boxing

mar/gio 15.00- 16.00 e 20.00-21.00

sab 16.15-17.15

Insegnante tecnico: Erik Fellini

Sport da combattimento che combina le tecniche di calcio tipiche delle arti marziali orientali ai colpi di pugno del pugilato. Il corso, che si rivolge a praticanti di ogni livello dai 14 anni in su, permette di migliorare riflessi, coordinazione e mobilità arto-muscolare, insegnando a gestire la paura in situazioni di stress.



Arti Marziali Miste

mar/gio 15.00- 16.45

sab 16.15-18.00

Insegnante tecnico: Erik Fellini

Sport da combattimento a contatto pieno, le Arti Marziali Miste (MMA) nascono dalla combinazione di tecniche provenienti da tutte le altre discipline marziali e da combattimento. Il corso, che si rivolge a praticanti di ogni livello dai 14 anni in su, è composto da un'importante preparazione atletica per condizionare il corpo sotto stress e dallo studio della tecnica in tutte le distanze da combattimento che si possono creare.



Grappling

lun 15.00-16.45 / sab 15.00-16.00

Insegnante tecnico: Erik Fellini

Nel combattimento a contatto pieno, il Grappling è uno stile di lotta in cui lo scopo è portare a terra l'avversario con delle prese e costringerlo alla resa con tecniche di sottomissione.