

STAGE DI JUDO CON AYUMI TANIMOTO

Domenica 8 gennaio 2023

Campus Pro Patria Judo - Busto Arsizio

*La campionessa giapponese
Oro alle Olimpiadi di Pechino e
Atene cat. 63 kg, terrà uno
stage di Judo a Busto Arsizio*

Dalle ore 9,30 alle ore 11,00:

- Metodiche di allenamento per la lotta a terra e per la lotta in piedi;
- Specializzazione delle tecniche;
- Spunti di lavoro per l'agonismo di alto livello;

INFO E ISCRIZIONI:

palestra@propatriajudo.it

