



Grazie ai Soci di  
**PrimaCassa**  
Credito Cooperativo FVG

空手道

karate-do  
shotokan



Istruttore  
Fulvio Vidoni

INFO:  
346 6111820

E-mail:  
Fulvio.artegna@gmail.com

Vuoi correre?  
Saltare?  
Rotolare?  
Fare percorsi in compagnia dei tuoi amici?

INIZIO ATTIVITÀ  
IL 12 SETTEMBRE 2022



# KARATE

Vieni anche tu a provare il Karate tradizionale

ad Artegna, nella Palestra Comunale il

**Lunedì e Mercoledì** dalle 18.00 alle 20.00

**Sabato** dalle 15.00 alle 16.00 per bambini delle scuole materne

a Tarcento, nella Palestra ex Village il

**Giovedì e Sabato** dalle 18.00 alle 20.00



**IMPARARE A CONTROLLARE IL NOSTRO CORPO DIVERTENDOSI**

**L'invito è rivolto ai bambini da 4 anni in su**

*Durante questi incontri, i vostri bambini saranno coinvolti in giochi e attività divertenti, con l'obiettivo di stimolare la coordinazione del proprio corpo e migliorare i riflessi, anche in preparazione alla scelta di uno sport!*

**SICUREZZA PERSONALE**

*Il Karate Tradizionale si prefigge lo scopo dell'acquisizione della piena e perfetta capacità di autodifesa da ogni pericolo.*

- 1. Previsione del pericolo;*
- 2. Capacità di sottrarsi alle aggressioni evitando il pericolo;*
- 3. Capacità di difendersi efficacemente dal pericolo in qualsiasi circostanza.*

*In numerose palestre "l'Autodifesa" è interpretata normalmente come una serie di tecniche. Da questo punto di vista un "corso di autodifesa" non serve assolutamente a nulla, anzi può essere molto dannoso giacché potrebbe generare nel praticante una falsa sicurezza delle proprie capacità, non corrispondenti alla realtà, e quindi, metterlo in condizioni di estrema pericolosità di fronte ad un'eventuale aggressione. La possibilità di "autodifesa reale" dipende dall'equilibrio fra corpo, mente, stato emozionale e sentimentale, quest'equilibrio si può ottenere solamente attraverso un allenamento. Per questo cercheremo di dare alcune nozioni di base*

**PRESSO LA PALESTRA**

*" Ex Village" in via dei Fagnà a Tarcento*

**CORSI DI KARATE (tradizionale) PER TUTTI**

*I corsi sono organizzati sotto l'attenta e qualificata direzione tecnica di maestri e tecnici preparati che seguono fedelmente, e da sempre, la pratica e i principi originari del Karate tradizionale attraverso lo studio e l'aggiornamento costante con i migliori maestri Giapponesi di Karate tradizionale al Mondo, senza tralasciare l'aspetto sportivo dilettantistico.*

*I principi ispiratori dell'aspetto educativo del Karate Tradizionale sono racchiusi nelle cinque regole del "DOJOKUN" (le regole fondamentali da osservare in palestra e nella vita di tutti i giorni):*

- 1. MIGLIORARE IL CARATTERE,*
- 2. VIA DI SINCERITA',*
- 3. RAFFORZARE LA COSTANZA DELLO SPIRITO,*
- 4. IMPARARE IL RISPETTO UNIVERSALE,*
- 5. ACQUISIRE L'AUTOCONTROLLO*

**Vi aspettiamo!!!**