

# JUDO

Drużyny 2019, 2018, 2017, 2016 - 16:30 do 17:45

Drużyny 2015, 2014, 2013, 2012, 2011 - 17:45 do 19:00



**Październik 2024 – MAJ 2025**

**Start: 06.10.24**

**Koniec: 25.05.2024**



**190 zł/ miesiąc**

**Trener: Grzegorz Lewiński - vice - Mistrz Świata**

**Zapisy: [projekt@bvbwbswarsaw.pl](mailto:projekt@bvbwbswarsaw.pl)**



**BVB Evonik Football Academy**  
School Partner - WBS Warsaw



## **DLACZEGO JUDO**

**Judo rozwija u dzieci wiele cech zarówno fizycznych jak intelektualnych: Zwinność, siłę, wytrzymałość, szybkość, koordynację, odwagę, odporność, koncentrację itp.. Dzięki JUDO dzieci w naturalny sposób rozwijają mięśnie. Stanowi doskonały etap w przygotowaniu do uprawiania innych dyscyplin indywidualnych czy zespołowych.**

## **DLACZEGO JUDO W PIŁCE NOŻNEJ**

**Treningi JUDO dla drużyn piłki nożnej mają na celu poprawę motoryki u zawodników, nauczenie ich techniki bezpiecznego padania oraz wykształcenie chęci walki "o każdą piłkę" poprzez gry i zabawy, w których jest mnóstwo walki i rywalizacji.**

