

ACTIVITATS CENTRE TÀNDEM CURS 2020-2021



Serveis a la infància

AIKIDO - ENTRENA EL TEU DRAC INTERIOR



De setembre de 2020 a juny de 2021

Tres grups: Dilluns de 17 a 18h

Dilluns de 18 a 19h

Dijous de 17.30 a 18.30h

Edats: dels 5 als 18 anys

Grups reduïts de 5 alumnes

Compliment mesures de seguretat

Preu: 30 euros/mes (activitat 1 hora setmana)



La pràctica de l'Aikido (合気道) en nens i nenes fomenta una personalitat oberta i tolerant, desenvolupa la seva personalitat i millora les relacions amb l'entorn.

A més de potenciar tant la ment com el cos, augmenta l'autoestima i la confiança en un/a mateix/a. Com a disciplina no agressiva ni violenta, busca desenvolupar la flexibilitat, la concentració i l'equilibri, ajudant els nens i nenes a assimilar i comprendre millor els problemes del dia a dia.

A càrrec de Kiko Ortega, professor d'Aikido i coach certificat.



Més informació i inscripcions:
972 700 384
centretandem@fundaciomap.com



Servei gestionat per:

C/Vallfogona, 5. 17500 Ripoll
<http://centretandem.fundaciomap.org>

