

Kyu Shin Do Kai Parma A.S.D..... non solo JUDO

JUDO -RAGAZZI E ADULTI	JU - JITSU
AIKIDO	ATTIVITA' MOTORIA
KOBUDO	KUNG FU – TAI CHI
GINNASTICA POSTURALE CORRETTIVA PSICOMOTRICITA'	JUDO BAMBINI 5-11 ANNI
WWW.KSDKPARMA.IT	

I NOSTRI SOCIAL	
	+ 39 324 0761922
	WhatsUpKsdk
	ksdk_parma



AUTOSCUOLA DUCALE



SALVATORE
ROBUSCHI
PUMPS



Edil-Ma srl



L'Angolo di Venere
CENTRO ESTETICO

KSDK PARMA AL PALAZZETTO COMUNALE "CASA DEL JUDO JIGORO KANO" GARANTISCE I MIGLIORI SERVIZI E REQUISITI IN MERITO A PULIZIA, IGIENE E SICUREZZA, L'APPLICAZIONE ED IL RISPETTO DEI REGOLAMENTI E PROTOCOLLI DEL CONI FSN E EPS

SEGUI LE INDICAZIONI DEL TUO MAESTRO E LE REGOLE ESPOSTE CON ATTENZIONE E SENSO DI RESPONSABILITA'

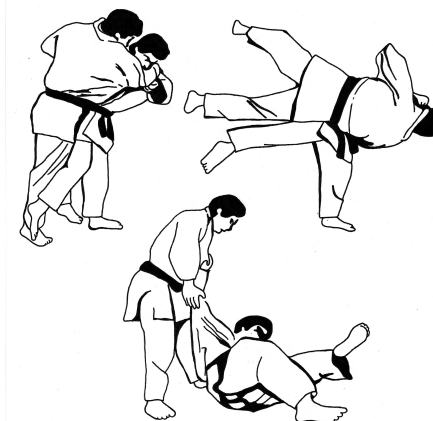


**Scuola
Kyu Shin Do Kai
Parma A.S.D.**

JUDO

adulti

STAGIONE 2025-2026

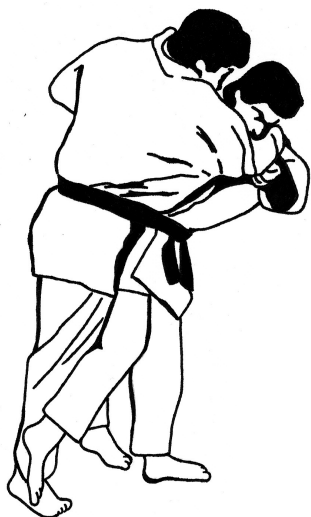


Via Luigi Anedda, 9A
43122 – Parma (PR)

nel centro sportivo di Moletolo,
di fianco alle piscine - bus 2/7/15

www.ksdkparma.it ksdkparma@ksdkparma.it

Tel 0521774360-3240761922

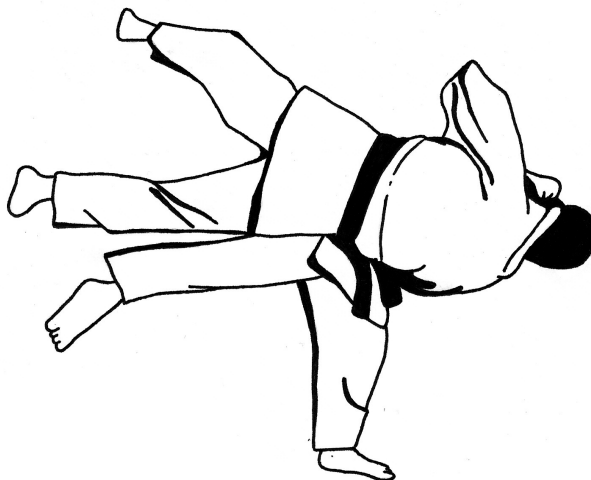


È una disciplina di combattimento a mani nude che si fonda sulla capacità di sfruttare la forza dell'altro a proprio favore in modo che possa vincere il migliore, non il più muscoloso.

Il judo nasce nella seconda metà dell'800 dalla sintesi tra diversi stili di ju-jutsu praticati da secoli in Giappone, è sport olimpico dal 1964. Il termine judo spiega molto: 'ju' vuol dire 'cedevolezza' e 'do' significa 'via', e il termine è da leggere in contrapposizione a 'jutsu', semplice 'tecnica'. Il maestro Jigoro Kano ha fondato così un'arte marziale che indica la via per scoprire ed educare se stessi attraverso disciplina e combattimento.

Il primo successo dei maestri di Judo fu sconfiggere le scuole di ju jutsu nel 1886 aggiudicandosi il bando per l'insegnamento alla polizia di Tokyo. Da allora il Judo è diventato una delle discipline più diffuse al mondo.

L'allenamento è molto vario, comprende esercizi aerobici, anaerobici, di coordinamento, tecnica e combattimento più o meno intenso secondo l'intenzione di ciascuno. Nei bambini è molto indicato per lo sviluppo della coordinazione e della concentrazione, per la disciplina, la conoscenza e il dominio dell'aggressività.



Agli adulti permette una maggiore conoscenza di sé e la scoperta della filosofia orientale del corpo.

Per le donne è un'efficace arma di difesa personale perché allena alla risposta di fronte alle aggressioni con forte contatto fisico.

Oltre a questo le squadre agonistiche del KSDK partecipano a tutti i più importanti appuntamenti del calendario nazionale FIJLKAM, con numerosi e prestigiosi risultati, salendo più volte sui podi dei campionati Italiani. Inoltre i nostri atleti da oltre 10 anni partecipano con la Nazionale Italiana a eventi internazionali EJU e IJF, Campionati Europei e Mondiali con numerose medaglie europee giovanili vinte.

I Corsi sono tenuti da Insegnanti Tecnici Cinture Nere abilitati dalla federazione FIJLKAM o dal CONI, e coordinati dal Direttore Tecnico della Scuola Luigi Crescini, Maestro FIJLKAM, Cintura Nera 7° Dan.

Tutti i nostri corsi sono riservati **ESCLUSIVAMENTE** AI soci di Kyu Shin Do Kai Parma A.S.D.

Giorni e Orari

LUNEDÌ 20.00-21.00 (tecnica-randori-kata)

GIOVEDÌ 20.30-21.30 (tecnica-randori-kata)

SEDUTE DI PREPARAZIONE FISICA 19.00-20.00

Inizio dei Corsi

Inizio da **lunedì 8 settembre 2025**.

È possibile iscriversi durante tutto il corso dell'anno, con il consenso dell'insegnante; i nuovi praticanti verranno seguiti personalmente ed inseriti gradualmente nel gruppo.

Quote

- *Affiliazione federale e assicurazione : 10 € da pagarsi all'atto dell'iscrizione*
- *Tassa sociale KSDK PARMA ASD 10 € da pagarsi all'atto dell'iscrizione*
- *Quota di frequenza corso mensile 90 €*
- *Quota di frequenza corso bimestrale 165 €*
- *Quota di frequenza corso trimestrale 245 €*
- *Per mese si intende il mese SOLARE, le quote sono da versare in anticipo entro il 5 del mese*

Materiale **OBBLIGATORIO** occorrente per l'iscrizione :

- ✓ Compilazione della scheda di iscrizione versamento delle quote
- ✓ **CERTIFICATO MEDICO** rilasciato dal *medico curante* per la pratica sportiva non agonistica
- ✓ Judogi e ciabatte

Come raggiungerci

La sede della Scuola è facilmente raggiungibile sia in auto con ampio e comodo parcheggio proprio di fronte, sia in bicicletta tramite le piste ciclabili e con gli autobus n. 15, 7, 1.