

Karate



Il Karate è un'arte marziale sviluppata in Giappone dai metodi di combattimento originari delle Isole Ryukyu, la principale delle quali è Okinawa. È presente dal 1901 nelle scuole di Okinawa e dal 1922 nelle università del Giappone. Nato come arte marziale dei Samurai, per il combattimento e l'autodifesa, con il tempo il karate si è trasformato in filosofia di vita, in impegno costante di ricerca del proprio equilibrio, in insegnamento a "combattere senza combattere", a diventare forti modellando il carattere, guadagnando consapevolezza e gusto nella vita, imparando la capacità di sorridere nelle avversità e di lavorare con determinazione e nel rispetto degli altri.

Karate Cus Bergamo Asd è affiliata e svolge attività nell'ambito della FIJKAM, Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali, www.karate.cusbergamo.it

- 📍 Lunedì dalle 17 alle 20
- Mercoledì dalle 17 alle 20
- Venerdì dalle 17 alle 19
- 150 € quadrimestrale, 40 € mensile

Referente | **Francesco Zanoli**

Telefono | **348 2645560**

Email | **karate@cusbergamo.it**