



L'allenamento regolare nel Judo migliora sia la resistenza fisica che mentale.

Punto di riferimento per questo miglioramento è il rispetto reciproco.

Ci si saluta con un inchino ad ogni inizio e fine allenamento, così come ad inizio e termine di ogni combattimento.

Ci si allena crescendo e migliorando insieme.

Il fair play del judo è unico !