



## JUDO: ESPORT, VALORS I DIVERSIÓ

### Club Judo Mataró — Activitats 2026-2027

El Judo és una activitat saludable per al desenvolupament dels infants i adolescents. Inscriu el teu fill o filla i acompanya'l en aquesta aventura la temporada 2026-2027.

#### Inscripcions :

<https://forms.gle/wTJoapVyFv9ByCEWA>

**Informació** : judomataro@gmail.com

#### Horaris i Objectius per Grups a l'escola Salesians Mataró:

| Grup                           | Dies                         | Horari                        | Horari de recepció       | Preu                | Objectiu                                                |
|--------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|
| Grup 1 (4-5 anys)              | Divendres                    | 17:30 – 18:30                 | 17:00                    | 25€ + 24€ matrícula | Judo lúdic, psicomotricitat, disciplina i valors bàsics |
| Grup 2 (1r-3r primària)        | Dilluns i Dimecres           | 17:30 – 18:45                 | 17:00                    | 44€ + 24€ matrícula | Tècnica bàsica, jocs i iniciació al combat              |
| Grup 3 (4t-6è primària)        | Dimarts i Dijous             | 17:30 – 18:45                 | 17:00                    | 44€ + 24€ matrícula | Perfeccionament tècnic i pràctica progressiva           |
| Grup 4 (ESO i Adults)          | Dimarts i Dijous / Divendres | 18:45 – 20:30 / 18:30 – 20:00 | Arribada 15 minuts abans | 52€ + 24€ matrícula | Entrenaments tècnics, físics i tàctics                  |
| Entr. Físic Competidors grans. | Divendres                    | 20:00 – 21:00                 | Arribada 15 minuts abans | +8€ add.            | Preparació física                                       |

#### Beneficis del Judo. Per què apuntar-te a Judo?

- Desenvolupament físic: Psicomotricitat
- Desenvolupament emocional: Valors, respecte i confiança
- Disciplina i superació
- Activitat lúdica i educativa

#### Ubicació i Material:

Instal·lacions: Escola Salesians de Mataró

Material necessari: Judogi, cinturó, xancletes i aigua

Llicència federativa obligatòria per a alumnes externs i del grup d'ESO i Adults.