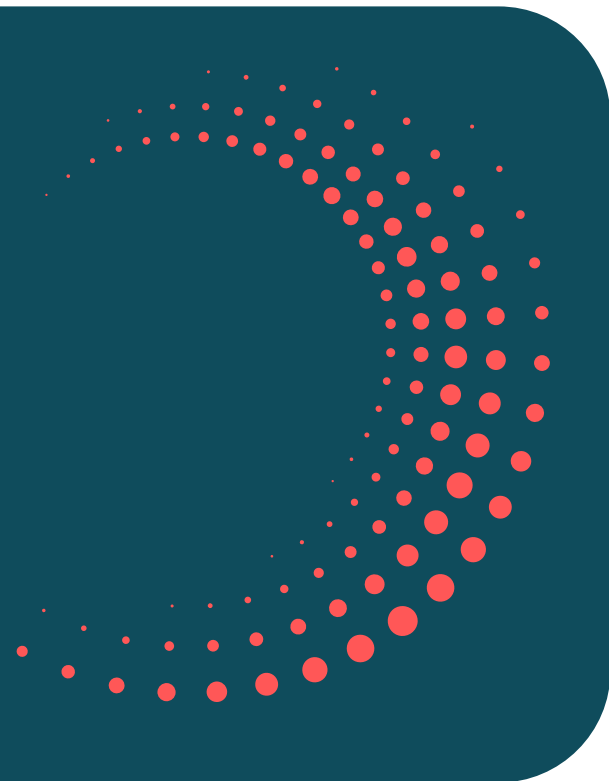




Il **Fight Club** è un progetto nato per promuovere i **valori educativi, formativi ed inclusivi** dello sport e delle arti marziali.

Siamo affiliati alla **FIJLKAM** (**Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali**), organismo sportivo del **CONI**, per i settori Karate, Grappling, Arti Marziali Miste Amatoriali, Difesa Personale MGA.



contatti

via S. Cavina 27/A, Ravenna
Centro Commerciale San Biagio

fightclubbravenna@gmail.com

392-1715021

www.fightclubbravenna.it

seguici sui social!



Si ringraziano i Partner Fight Club

Main Partner



Partner Ufficiali



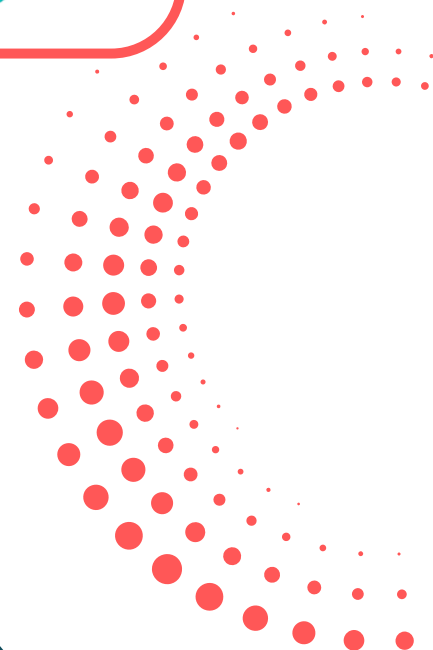
Partner Base



ARTI MARZIALI & WELLNESS



2026/2027



WONDER Principi di Difesa Personale

10 e 24 ottobre | 7 e 21 novembre | 12 dicembre
6 e 20 febbraio | 6 e 20 marzo | 10 e 24 aprile
15 maggio | ore 17.00-18.30

Il corso ha l'obiettivo di imparare a **gestire al meglio situazioni di stress e potenziale pericolo** legate ad aspetti della vita quotidiana. Gli allenamenti permettono l'acquisizione di **tecniche di base** di attacco e difesa proprie delle **arti marziali** atte ad aumentare la **sicurezza personale**.

Il corso è aperto a **praticanti di ogni livello, ragazzi e adulti**.



Fit Combat Preparazione Atletica

mer/ven 17.15-18.00

Un corso di **ginnastica total body** che integra e si ispira al miglioramento della performance degli atleti Fight Club, mirato ad **aumentare le capacità condizionali**. Il corso è anche adatto a chi si vuole **mantenere semplicemente in forma**.

Pre-pugilistica

lun 16.00-17.00 | sab 15.00-16.00

Un percorso che, attraverso **esercizi tecnici, lavoro al sacco e circuiti funzionali**, sviluppa coordinazione, resistenza, velocità e forza. Il corso è rivolto a **praticanti di ogni livello, ragazzi e adulti**.

Aikido

mar/gio 21.00-22.00

L'Aikido è un'**arte marziale giapponese** fondata sui principi dell'armonia, del rispetto e del controllo di sé. Insegna a **gestire un'aggressione senza ricorrere alla forza**, sviluppando **equilibrio, coordinazione e consapevolezza del proprio corpo**. Il corso è rivolto a praticanti di ogni livello, ragazzi e adulti.

