

Taekwondo

Descripción



Taekwondo...Arte marcial, sistema de defensa personal, deporte olímpico... La práctica de Taekwondo te aportará elasticidad, fuerza, resistencia y coordinación. Desde el primer minuto comprobarás los beneficios físicos derivados de la práctica de un Arte Marcial Tradicional con un sistema de entrenamiento basado en los últimos estudios sobre preparación física y deporte, combinando tradición con ciencia.

Descubrirás técnicas de defensa personal de fácil aprendizaje y aplicación, directas y contundentes, con el objetivo de afrontar situaciones de riesgo con una mentalidad clara, relajada y controlada.

Las clases se desarrollan con un sistema científico adaptado al Arte Marcial: calentamientos, estiramientos dinámicos, activación muscular, trabajos de core...todo diseñado para que tu aprendizaje sea más funcional y divertido.

Taekwondo en la Universidad de Zaragoza es sinónimo de diversión y aprendizaje.

Grupos

Grupo	Días	Horario	Campus	Espacio	Profesor
Escuela Taekwondo	L-X	20.30-21.30	San Francisco	Tatami	Chabi Sánchez

Precio y duración de los cuatrimestres:

Precio cuatrimestre	1 ^{er} cuatrimestre	2 ^o cuatrimestre
75€ ⁽¹⁾	Del 22 de septiembre de 2025 al 31 de enero de 2026	Del 1 de febrero de 2026 al 31 de mayo de 2026

(1) Se subvencionará con 14 € a los poseedores de la Tarjeta Deporte del curso correspondiente.

Las personas que NO estén cubiertas por el seguro escolar o algún seguro deportivo deberán tramitar la licencia federativa o similar para realizar la actividad.

Correo de contacto de la Escuela: chabizgz@gmail.com