

Karaté

Pré - escolar, 1º, 2º e 3º ciclos

Esta atividade funciona com um mínimo de 5 alunos inscritos e um máximo de 15 alunos.



Esta arte marcial estimula a autoconfiança e proporciona a descoberta do movimento e do alcance corporal, permitindo um desenvolvimento harmonioso do corpo e do espírito e fomentando, igualmente, a autoestima.

As aulas decorrerão nas instalações do Colégio, sendo a integração de cada aluno feita num determinado nível, após avaliação inicial

