

## Relatório das Aulas de Judô Vovó Naly

### Dezembro

#### **Objetivo**

Ministrar treinamento de judô infantil para que a criança tenha durante a pandemia, uma maneira segura e saudável de gastar energia.

- Atividades psico-motriz, aquecimento muscular, Maneiras corretas de cair sobre o solo, atividades variadas de equilíbrio, velocidade, e força.

# Termo de fomento 33/2019

## Judô - Dezembro/2020

29  
P

