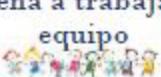


50 razones por las cuales los padres deberían animar a sus hijos a practicar JUDO y D.A.

Aumenta la confianza 	Crea amistades 	Crea carácter 	Mejora la autoestima 	Mejora la Memoria 
Reduce la obesidad 	Desarrolla la resiliencia 	Enseña a respetar 	Mejora el humor 	Desarrolla la creatividad 
Reduce la ansiedad 	Reduce el estrés 	Reduce la depresión 	Da lecciones para la vida 	Promueve el juego limpio 
Mejora la imagen corporal 	Refuerza la capacidad cerebral 	Desarrolla el foco de atención 	Mejora el rendimiento académico 	Promueve las interacciones sociales 
Enseña Lecciones de vida 	Desarrolla el funcionamiento del cerebro 	Mejora el sueño 	Mejora la toma de decisiones 	Desarrolla la autonomía 
<p>FEDERACIÓN NAVARRA DE JUDO Y D.A. ☎ 948.21.32.19 ☎ 699.190.694. secretaria@fnjudo.com www.fnjudo.com</p>				
Fortalece los huesos 	Enseña valores 	Ayuda a controlar el peso 	Mejora los niveles de energía 	Mejora la atención 
Mejora la calidad de vida 	Disminuye la agresividad 	Mejora la función cognitiva 	Mejora la postura 	Desarrolla la fuerza 
Mejora el flujo sanguíneo 	Mejora la condición física 	Enseña a trabajar en equipo 	Mejora el aprendizaje 	Reduce la fatiga 
Mejora la respiración 	Ayuda a aprender de los fallos 	Mejora los reflejos 	Ayuda a alcanzar metas 	Ayuda a desarrollar habilidades de afrontamiento 
Mejora el sistema inmunológico 	Enseña sobre la victoria 	Enseña sobre la derrota 	Ayuda a experimentar el éxito 	Se divierten 