



## Asd Judo Frascati sbarca a Monteporzio

L'Asd Judo Frascati si allarga. Lo storico club del presidente e maestro Nicola Moraci inizia da oggi (martedì 18 settembre) un corso per principianti presso la palestra "Greggi Sport" a Monte Porzio. «Non è la prima volta che la nostra associazione esce da Frascati per organizzare dei corsi – ricorda Moraci – Accadde tempo fa a Colonna e più recentemente anche in alcune scuole del territorio». Il motivo dell'avvio di questo nuovo corso è presto spiegato. «Abbiamo da sempre una forte richiesta di iscrizioni proveniente da Monte Porzio e, anche se è divisa da Frascati da pochi chilometri, per i genitori degli atleti più piccoli sarà sicuramente un vantaggio organizzativo notevole quello di poter frequentare il corso alla "Greggi Sport", così abbiamo deciso di prenderci uno spazio da gestire in piena autonomia. Anche in questo caso chiunque potrà usufruire delle due lezioni di prova gratuite e invitiamo tutti a venirci a trovare già oggi dalle 17 alle 18 per la prima seduta di allenamento e conoscenza reciproca. Il corso è indicato per i principianti, ma è aperto a tutti: a seguirlo sarà tutto lo staff dell'Asd Judo Frascati e in particolare il maestro Lorenzo Ranalli». La sala ospiterà le lezioni del sodalizio tuscolano tutti i martedì e i giovedì dalle 17 alle 18.

Intanto domenica prossima l'Asd Judo Frascati parteciperà come di consueto alla "Festa dello Sport" organizzata dal Comune di Frascati presso Villa Torlonia. Sin dal mattino, saranno presentate tutte le discipline che si svolgono all'interno del club tuscolano: si comincia alle 9,45 con l'olit, vale a dire un misto tra tai chi, yoga e pilates (alla presenza degli istruttori Valeria Bertoni e Chiara Fanasca), e poi a seguire cross training (Alessandro Marchionne, Raffaella De Maria e Eleonora Lizzio), judo (Nicola Moraci, Daniele Mattozzi, Lorenzo Ranalli, Alfredo Moraci e Domenico Porcari), ginnastica ritmica (Lavinia Freda e Francesca Vichi), zumba (Oksana Martynova), kung fu sanda (Giampaolo Rabboni), brazilian jiu jitsu

(Daniele Proietti), ginnastica artistica (Giorgia Coni) per finire attorno alle 17 con l'hip hop (David Coni).

[Read More](#)

---