

ASD La Popular



ASD La Popular Bari, dove la passione si allena ogni giorno.

Un punto di riferimento per chi vuole allenarsi, migliorarsi e condividere la passione per lo sport in un ambiente accogliente, dinamico e accessibile a tutti.

L'associazione sportiva dilettantistica nasce con l'obiettivo di promuovere il benessere fisico e mentale attraverso l'attività sportiva, in particolare il Judo e il Ju Jitsu, un percorso marziale e di vita per la crescita e il fitness, con allenamenti e schede mirate.

Situata nel cuore di Bari, La Popular è molto più di una palestra: è una comunità, un luogo dove sport e inclusione si incontrano.

Sala pesi attrezzata

Corsi di Arti Marziali: JUDO e JU JITSU

Percorsi di avviamento allo sport per bambini, giovani e adulti

Corsi di Coaching di gruppo: Personal Training

Allenamenti personalizzati con istruttori qualificati

Collaborazioni con professionisti del benessere (nutrizionisti, fisioterapisti)

Tutti gli istruttori sono certificati e motivati a seguirvi passo dopo passo, che tu sia un principiante o un atleta esperto. L'approccio è basato sull'ascolto, la tecnica e il rispetto dei tuoi obiettivi.

Alla Popular Bari lo sport debba essere popolare, accessibile, solidale. Ci si impegna quotidianamente a creare un ambiente dove ogni persona si senta accolta, rispettata e stimolata a dare il meglio di sé.

Necessaria esibizione della tessera di iscrizione in corso di validità.

- **Corso di Arti Marziali JUDO/JU JITSU/DIFESA PERSONALE Frequenza dal lunedì al venerdì a partire dai 3 anni € 45.00 mensili**
- **Sala FITNESS libero accesso dal lunedì al venerdì € 25.00 mensili**
- **Sala fitness con Coach di sala con schede personalizzate dal lunedì al venerdì dalle 19 alle 21**
- **altri orari libero accesso € 45,00 mensili**

Via Guglielmo Oberdan, 70 Bari 70126 (BA)

Contatti: +39 3498184416

Email: asdlapopular@gmail.com

Instagram e Facebook: [@asdlapopularbari](https://www.instagram.com/asdlapopularbari/) - Asd La Popular Bari



CIRCOLO DIPENDENTI REGIONE PUGLIA

Riconosciuto con Legge Regionale 12 dicembre 2006, n. 38

cral.regionepuglia.it tel +39.080.540.5095 - 2094

Il responsabile
Convenzioni/Comunicazione
Rossella Milano

Il Presidente
Cosimo Campobasso