



Gençlerin Yeni Tutkusu Aikido

Aikido gençlerde beden ve mental sağlığı artırıp özgüveni geliştirirken dürüstlük, cesaret, onur, merhamet gibi duygular da kazandırıyor.



Enerjinin en yüksek noktaya ulaştığı gençlik yıllarında kazanılan doğru alışkanlıklar ve spor yapma bilinci kişinin her yaşını düzgün ve sağlıklı yaşamasına imkan oluşturuyor. Aikimode Aiki Akademi baş eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Aikido gençler için ideal spor ve sanat dalıdır. Gençler Aikido ile, hem enerjilerini doğru kullanmayı, hem vücutlarını tanıyıp eğitmeyi hem de tüm gençlerde olması gereken dürüstlük, cesaret, merhamet, onur, nezaket, sadakat ve adelet duygularını içselleştirmeyi öğrenirler." dedi.

Aikido gençlerde özgüveni artırıyor...

Oğuzhan Sensei "Japon savaş disiplinlerinde var olan 7 erdem tam da bizim gençlerimize kazandırmak istediğimiz özelliklerdir. Dürüstlük, cesaret, merhamet, nezaket, sadakat, onur, adalet, Aikido özellikle gençler için yukarıdaki vasıfları kazandırmasının yanında fiziksel ve mental kazandırdıkları ile çok özel bir sanat ve spor dalıdır. Ağaç yaşken eğilir sözü tam da bizim konumuzla alakalıdır. Eğer bizler toplum olarak

kendimizi geliştirebileceğimiz bir değişim istiyorsak buna gençlerden başlamalıyız. Aikido çeşitli çalışma tarzları ile beden esnekliğini ve dayanıklılığını arttırmakta, gençlerin güçlenerek kendilerine olan özgüvenlerini geliştirmektedir. Bu kazanımlar iç dünyası ile barışık, kendisini iyi ifade eden topluma yararlı nesiller yetiştirebilmek için önemlidir."şeklinde konuştu

Aikidonun olduğu yerde zararlı alışkanlık olamaz...

Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin ergenlik döneminde başlayan kendini bulma çabasının zaman zaman zararlı alışkanlıkla kapı araladığını ancak Aikido ile ilgilenen bir gencin zararlı alışkanlıklardan uzak, sağlıklı bir hayatı seçeceğini söyledi. Aikido gibi spor ve sanatla uğraşan genç, zararlı bir takım alışkanlıklar edinmez, enerjisini faydalı alanlara kaydırır. Bir ebeveyn için belki de en korkulan evladının kötü arkadaşlar edinerek kötü alışkanlıklar kazanmasıdır. Bu nedenle gençlerin toplumda rolmodel aldıkları kısıcası örnek aldıkları kişiler olmalıdır. Donanımlı bir öğretmen veya sensei gençler için iyi bir rol modeldir.

Başarı için Süreklilik ve disiplin...

Aikidoya başlayan gencin yeni bir çevreye girerek, zamanını çalan boş işlerden ya da kötü arkadaşlardan da kurtulduğunu altını çizen Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Bu yeni çevrede kendisi gibi spor yapan, enerjisini sporla dışarı vuran, dinleyen, sabreden, her gün yeni bir şeyler öğrenen yaşattığını gören genç, sabır ve süreklilikle başarıya ulaştığını da öğrenir. Gençlerin Aikidoya başlarken bilmesi gereken 'disiplin ve süreklilik'tir. Başarıya götüren en büyük adımlar da bunlardır. Genç yaşta disiplin, sabır ve sürekli olarak çalışmayı öğrenen bir genç bunu günlük hayatına uygulayarak her alanda başarılı ve mutlu olmayı da öğrenir" diye konuştu.

Bu Habere İlgili Yorumlar

Bu habere henüz hiç yorum yazılmamıştır.

Habere ilgili düşüncenizi buraya yazmak için aşağıdaki 'Bu Habere İlgili Yorumunuzu Yazın' formunu kullanabilirsiniz.

Bu Habere İlgili Yorumunuzu Yazın:

Ad Soyad:

Email:

Yazılan yorumlar hiçbir şekilde Sondakika.com'un görüşü ve düşüncelerini yansıtmamaktadır. Yorumlar, yazan kişiye bağlıdır.

Son Dakika » Spor » Haber [6722081]

Haber Yayın Tarihi : 26.11.2014 11:28

2

46

33

0

8+1

Tavsiye Et

Tweetle

Yorum



Dünyada Galatasaray gibisi yok!

2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

İbrahim Çelikkol Hakkında Şok Eden Söylentiler



Kilo Vermekten Daha Zoru Kilo Almak, Zayıf Olmak Kaderiniz Değil.

İandır

Özal'ın Ölümüyle İlgili Davada Levent Ersöz Beraat Etti

İstanbul Ulaşımında Akbil Dönemi Sona Eriyor

İşte Özgür Suriye Ordusu'nun Eğitim Göreceği Köy

Kerem Bursin'le Yatak Sahnesinde Oynayan İsim Tanıdık Çıktı

Mecidiyeköy'de Sürücüleri Şaşırtan "Yardım" Tuzağı

Galatasaray'dan Dünyayı Şaşırtan İstatistik

Asena'dan Eşine Destek: Caner'i Messi'ye Değişmem Ulan

Cem Garipoğlu'nun Amcası Hayyam Garipoğlu

İstanbul'da 'İncil' Operasyonu, Polis İşİD

Gazeteler: [Hürriyet](#) / [Sabah](#) / [Zaman](#) / [HaberTürk](#) / [Milliyet](#) / [Sözcü](#) / [Taraf](#) / [Türkiye](#) / [Star](#) / [Yeni Şafak](#) / [Posta](#) / [Tüm Gazeteler](#)

| | | | | | | | |
|---------------------------------|------------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Haber | Güncel | Ekonomi | Spor | Dünya | Magazin | Kültür-Sanat | Teknoloji |
| Otomobil | Sağlık | Eğitim | Facebook | Gazeteler | Foto Galeri | Hava Durumu | Namaz Vakitleri |
| Seçim Sonuçları | Son Haberler | | | | | | |

© SonDakika.com
Yeni Medya Elektronik Yayıncılık Ltd Şti.
[Ana Sayfa](#) - [Hakkımızda](#) - [Reklam](#) - [İletişim](#)

SonDakika.com Haber Portalı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'na %100 uygun olarak yayınlanmaktadır. Ajanslardan alınan haberlerin yeniden yayını ve herhangi bir ortamda basılması, ilgili ajansların bu yöndeki politikasına bağlı olarak önceden yazılı izin gerektirir.
Şuan buradasınız: Son Dakika Haberleri: Gençlerin Yeni Tutkusu Aikido

[Hata Bildir]

26.11.2014 11:54:37, #1.12#