



Yıldırım: Süper Lig'de Doğu kontenjanı olsun



HDP seçime EMEP'le gidiyor



CHP'de milletvekili aday listesi tamam



Ekmeleddin İhsanoğlu MHP'nin aday listesinde

## SON DAKİKA

13:28 - Lapseki'de Kurban Kesim Kursu

18 Eylül 2015 Cuma Nöbetçi Eczaneler

Anasayfaya Dön

Karakter boyutu: 

18 Eylül 2015 Cuma 12:43

**Baskurt: "Aikido İle Hep Genç Kalın"**

Aikido eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Aikido yaparak hem kaliteli bir sosyal ortamın içinde bulunun hem de ileride gençlere aktarabileceğiniz bir sanatınız olsun" dedi. Aikido'nun 4 yaştan itibaren ya...

Aikido eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Aikido yaparak hem kaliteli bir sosyal ortamın içinde bulunun hem de ileride gençlere aktarabileceğiniz bir sanatınız olsun" dedi.

Aikido'nun 4 yaştan itibaren yapılabilen, hiç geç kalınmayan ve ileri yaşta bile rahatlıkla başlanabilecek bir spor dalı olduğunu söyleyen Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt sözlerine şöyle devam etti:

"Bu konuda öyle büyük tecrübeler edindik. Kişiler belli bir yaşa gelmiş, spor yapmak istiyor ancak pek çok spor dalının karşısına yaş engeli çıkıyor. Oysa ki Aikido yapmak isteyen biri için yaş engel değildir. Bu konuda çok yakın tarihteki örnekler verebilirim. Çetin Öztürk, disiplinli, sabırlı ve kararlı bir iş adamı. İş dünyasının ve spor camiasının başarılı isimlerinden Novi Medya Yönetim Kurulu Başkanı. Çetin Bey, herkese örnek olabilecek bir adım daha attı. 3 sene önce başladığı Aikido'da sabırla çalışarak, siyah kuşak olabileceğine ulaştı. Zorlu süreçleri aşarak bir saati aşan özel bir sınavda 50 yaşında birisi için mükemmel sayılabilecek bir performans ile siyah kuşağı elde etmeyi başardı."

ÖZTÜRK: "BAŞARININ DİSİPLİNİ ÇALIŞMA, SABIR VE ÖN YARGILI DAVRANMAMAK"

Aikimode Aiki Akademi'de Aikido eğitimini 35 yaş üstü yetişkinler için oluşturulan özel gruplarda alan Çetin Öztürk, "Başarının sırn disiplinli çalışma, sabır ve önyargılı davranmamakta gizli. Oğuzhan Başkurt Sensei, beni özel bir programda doğru çalışılma şartlarını oluşturarak adeta bir savaşıya dönüştürdü. Bu değişim, iş yaşamımı da pozitif etkiledi. Biz yöneticiler için sabah saat 6'da başlayan derslere katılmak çok kolay. Dersten sonra zinde ve enerjik bir şekilde işimizin başına gidebiliyoruz. Yaşlılarım ya da benim gibi yoğun çalışanlar geç kaldım ya da zamanım yok demesinler" diye konuştu.

"AIKIDO İLE HEP GENÇ KALIN"

Çetin Öztürk'ün başarısından çok memnun olduğunu belirten Başkurt, "30 yaş üstü bir çok insanın bu saatten sonra Aikido yapılır mı demesine inat 50 yaşından sonra siyah kuşağa ulaşan Çetin Öztürk'ün başarı hikayesi herkesin örnek alabileceği bir model. Bu başarıdan çıkacak çok güzel bir mesaj var. Gelin Aikido yapın, 40, 50, 60 hatta 70'li yaşlarınızda bile sağlıklı ve dinç kalın. Hem kaliteli bir sosyal ortamın içinde bulunun hem de ileride gençlere aktarabileceğiniz bir sanatınız olsun. Bu sayede hep genç kalacaksınız" şeklinde konuştu.

Kaynak:

Yorum Ekle

Arkadaşıma Gönder

Yazdır

Yukarı

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

## DİĞER HABER BAŞLIKLARI

Ertuğrul Sağlam: "stoch'un Fenerbahçe Magında

Basketbolda Transfer Süresi Uzun

## YAZARLAR

**Maya tutmadı!**  
İbrahim Büyükeken**Çok bilinmeyenli bir denklem (terör)**  
Mustafa Ateş**Terörün dış kaynakları**  
Nevzat Laleli

1 2 3 4 5 6 7 8

## GÜNDEM

## İLÇELER

## 3. SAYFA

## BÖLGE



- » Beyhekim Yüzme Havuzu Açıldı
- » Gençler lider olma yarışında
- » Sincap hediyeleri sahiplerine teslim etti
- » Nurettin Bay'ın acı günü
- » Nitelik artıracak

furkan

42 Konya

f

t

**TONERİNİZ Mİ BİTTİ ?**Arayın  
hemen  
değiştirelim

0332.3510353

Toner Dolumu - Tamir - Bakım - Yedek Parça

**KONTONER**

Baskurt: 'Aikido ile hep genç kalın'

Türkiye Basketbol 1. Ligi

Yıldırım: Süper Lig'de Doğu kontenjanı olsun

Shota: "Galatasaray'ın 3. Bölgesine Önlem Alacağız"

Medicana Sivasspor, Torku Konyaspor Ligde 15.

Şanlıurfaspor'da Dağ İlk İdmana Çıktı

Kadınlar Futbol Birinci Ligi

İl Müdürü Aslan Yıldız, Spor Kulübü Ziyaretlerine

Trabzonspor İle Galatasaray Rekabetinde 120.

İzmir'de Tenis Çuşkusu

M'bia Ve Cavanda Yöresel Kıyafetlerle Gezip Stres

Kadınlar Hentbol Süper Ligi

Medicana Sivasspor Galibiyet Hasretini Dindirmek

Engel Tanımayan Tekvandoculardan Üç Madalya

Vivident Basketbol Süper Ligi'nin "gülümseten Resmi

Shota'nın Galatasaray Karnesi

Kafkas: "Puanla Dönmek İstiyoruz"

Fenerbahçe sahasında Molde'ye mağlup oldu

## BÜRO MAKİNALARI

mirror

Şimdi Tanıtım Zamanı...

Kurumsal Kimlik  
Katalog  
Broşür  
Afiş  
Grafik Tasarım

www.mirrorajans.com

0332 353 40 81



0507 554 12 80 | alokuran.com

KURSLARIMIZ  
ÜCRETSİZDİRMERHABA ARAPÇA  
E-GAZETE

MERHABA E-GAZETE

MERHABA RESMİ İLAN

HEMEN ABONE OLUN

HABERİM VAR!

Haber ve fotoğraflarınızı  
bize gönderin yayınlayalım

merhaba@merhabogazetesi.com.tr

AKADEMİK  
SeyahatHer çarşamba gazeteniz  
Merhaba ile birlikte

PDF'den okumak için

## SPOR YAZARLARI

Taşlar yerine oturuyor  
Sabit HorasanNdiaye'ye dua  
Hüseyin Ekinli

Küçük dokunuş, büyük galibiyet



**ÇOK OKUNANLAR** DÜN | BU HAFTA | BU AY

» Yeni İstanbul Yolu'nda eski sorun  
 » AK Parti-SP ittifakında hareketli saatler  
 » Suriyeli çocuklara 13 okulda eğitim  
 » Abdullatif Şener CHP yolunda  
 » Abdullah Gül NTV'de soruları yanıtladı

**Konya** / Türkiye  
Aylık Namaz Vakitleri

İmsak	05:05
Güneş	06:26
Öğle	12:51
İkinci	16:19
Akşam	19:04
Yatsı	20:19





Büşra ile Muammer mutluluğa evet dedi

◀ 1 2 3 4 5 6 7 8 ▶

## SON DAKİKA

Günün Tüm Haberleri »

- 13:28 Lapseki'de Kurban Kesim Kursu
- 13:28 Kurban Eti Kesiminde Kullanılacak Bıçak Nasıl
- 13:28 Başkan Tural Pazar Esnafıyla Bir Araya Geldi
- 13:28 Avanos Kaymakamı Eldivan Gaziler Günü Mesajı
- 13:28 Izsü'dan Ödemiş'te Sondaj Seferberliği
- 13:28 İstanbul Üniversitesi, Akciğer Naklinde Başarılı
- 13:28 İl Emniyet Müdürü Tonbul'dan Gaziler Günü
- 13:28 Cevatpaşa Mahalle Meclisi Genel Kurulu Yapıldı
- 13:28 Diyarbakır'da Karakola Saldırı
- 13:28 40 Bin Liralık Dolandırıcılığı Polis Önledi
- 13:23 Uşak Chp'nin Adayları Belli Oldu
- 13:23 Karaman Gençlik Merkezi'nden Gazi Kuzu'ya
- 13:23 Rektör Sabuncuoğlu'ndan Gaziler Günü Mesajı
- 13:23 Mhp Niğde Adayları Belli Oldu
- 13:23 Galib Koordinatör Başkanı Abdulkadir Çıkmaz

## Puan Durumu

## Fikstür



DailyForex.com Forex News & Brokers



