

## Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

Ana Sayfa » Spor 06.01.2016 12:48 [f](#) [t](#) [r](#) [A](#) [A+](#)



**Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmamasının yolunun spordan geçtiğinin belirterek, "Aikido..."**

Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmamasının yolunun spordan geçtiğinin belirterek, "Aikido gibi spor ve sanatla uğraşan genç, zararlı bir takım alışkanlıkları edinmez, enerjisini faydalı alanlara kaydırır" dedi.

Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, Aikido ile ilgili önemli açıklamalarda bulundu. Gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmamasının yolunun spordan geçtiğinin altını çizen Başkurt, ailelere seslenerek; gençlerin hayatlarına katkı sağlamak için onları sporda tanıştırmamanın öneminden bahsetti. Başkurt, "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. Tek başına değil, arkadaşlarıyla birlikte yapacakları bu spor dalı ile aynı zamanda sosyalleşir ve bir gruba dahil olmanın ayrıcalığını yaşarlar" diye konuştu.

**"AIKİDO, FİZİKSEL VE MENTAL FAYDALARI İLE ÇOK ÖZEL BİR SANAT VE SPOR DALIDIR"**

Aikidonun fiziksel ve mental faydaları ile çok özel bir spor dalı olduğunun altını çizen Oğuzhan Ulvi Başkurt, "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 bu vasıfları kazandırmasının yanında fiziksel ve mental faydaları ile çok özel bir sanat ve spor dalıdır. Ağaç yaşken eğilir sözü aslında Aikidoyu anlatır. 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.

**"GENÇLERİN TOPLUMDA ROL-MODEL ALDIKLARI KISACASI ÖRNEK ALDIKLARI KİŞİLER OLMALIDIR"**

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. Başkurt, "Aikido gibi spor ve sanatla uğraşan genç, zararlı bir takım alışkanlıkları edinmez, enerjisini faydalı alanlara kaydırır. Bir ebeveyn için belki de en korkulan evladının kötü arkadaşlar edinerek kötü alışkanlıklar kazanmasıdır. Bu nedenle gençlerin toplumda rol-model aldıkları kısacası örnek aldıkları kişiler olmalıdır. Donanımlı bir öğretmen veya sensei gençler için iyi bir rol modeldir" dedi.

**"AIKİDOYA BAŞLARKEN BİLİNMESİ GEREKEN DİSİPLİN VE SÜREKLİLİKTİR"**

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

Kaynak: [DHA](#)

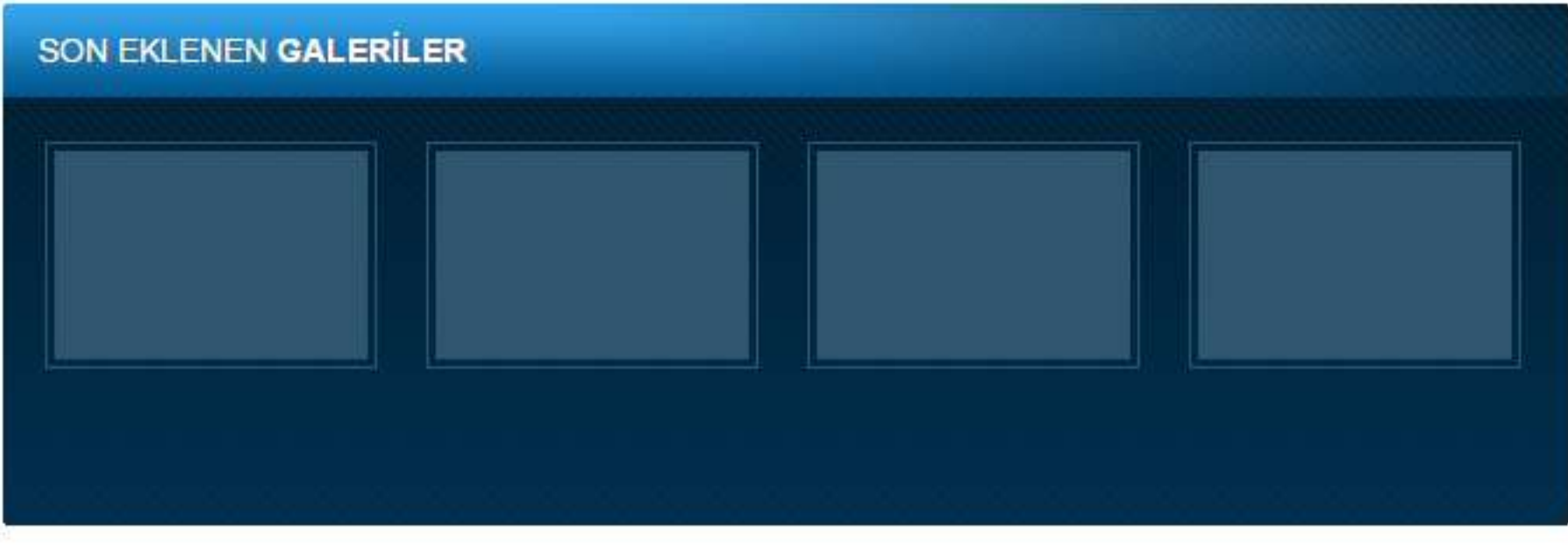
Bu haber toplam 29 defa okunmuştur

[Beğen](#) 42M [Takip et](#) [Beğen](#) 0 [Facebook'ta Paylaş](#) [Tweetle](#) [Google+'da Paylaş](#) [LinkedIn](#)

[Yorumlar](#) 0 [Facebook Yorumları](#) 0

**UYARI:** Küfür, hakaret, rencide edici cümleler veya imalar, inançlara saldırı içeren, imla kuralları ile yazılmamış, Türkçe karakter kullanılmayan ve büyük harflerle yazılmış yorumlar onaylanmamaktadır.

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.



### Diğer Haberler



**Spor Toto Basketbol Ligi**  
Anadolu Efes, Spor Toto Basketbol Ligi'nde Darüşşafaka Doğuş'u 80-76 mağlup etti.



**İstanbul'da Batalla İzdihamı**  
Bursaspor'un Çin ekibi Beijing Guoan'dan transfer ettiği eski yıldızı Pablo Martin Batalla, İstanbul'a geldi.



**Arda Messi'ye Övgüler Yağdırdı**  
Barcelona'da top koşturan milli futbolcu Arda Turan, beşinci kez Altın Top ödülünü kazanan takım arkadaşı Lionel



**Bursaspor'un Yeni Transferi Batalla İstanbul'a Geldi**  
Bursaspor'un Çin ekibi Beijing Guoan'dan transfer ettiği eski yıldızı



**Morais'in Galibiyet Sevinci**  
Antalyaspor Teknik Direktörü Jose Morais, kupa maçlarının her zaman zor olduğunu belirterek, "Zor bir maçtı ama



**Bursaspor'un Yeni Transferi Pablo Martin Batalla İstanbul'a Geldi.**  
IHAAW215859-SPO/11-01-2016 - Bursaspor'un yeni transferi Pablo Martin

- Ziraat Türkiye Kupası 11 Ocak 2016 Pazartesi 21:28
- Spor Toto Basketbol Ligi 11 Ocak 2016 Pazartesi 21:18
- 2015 FIFA Ballon D'or Messi'nin 11 Ocak 2016 Pazartesi 21:08
- 2015 FIFA Ballon D'or Ödülünü Lionel Messi Kazandı. 11 Ocak 2016 Pazartesi 20:53
- Martin Linnes Yarın İstanbul'a Geliyor 11 Ocak 2016 Pazartesi 20:48
- Yılın 11'ine Ödülünü ETO'ö Verdi 11 Ocak 2016 Pazartesi 20:13
- Giresunspor 2 Futbolcuyla Sezon Sonuna Kadar Anlaştı 11 Ocak 2016 Pazartesi 19:14
- Galatasaray İdmanında Gerginlik 11 Ocak 2016 Pazartesi 19:14
- Ziraat Türkiye Kupası 11 Ocak 2016 Pazartesi 17:58
- Uçak Bileti Alındı Ancak Transferden Vazgeçti 11 Ocak 2016 Pazartesi 17:38

### ÖNE ÇIKANLAR



**Ordu'da 'Mezgeldek' Heyecanı**

5/20

### FOTO GALERİ



### ÇOK OKUNANLAR

**Uçak: "Gazeteci Kamu Vicdanının Sesidir"**

**Muğla'nın Kırsal Potansiyeli Araştırılıyor**

**Kıvrıkcık Ali Bakırköy'de Türkülerle Anıldı**

**Bunalıma Giren Şahıs İntihar Etti**

DÜN | BU HAFTA | BU AY

### YAZARLAR

Mustafa Kemal Yeni **hiç erimese**

### VIDEO GALERİ



1 2 3 4 5 6 7 8