

SPOR

4 SON DAKİKA
Velilere, 'Cumhurbaşkanı Referansı' ile Kurs Çağrısı

Ana Sayfa / Spor / Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

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.

GÜNÜN ÖNEMLİ MANŞETLERİ

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 sporla tanıştırmının öneminden bahsetti. Başkurt, "Gençler Aikido ile hem enerjilerini doğru kullanmayı, hem vücutlarını tanyıp 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 alışkanlıklara 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 modelidir" 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 sporla dışarı vuran, dinleyen, sabreden, her gün yeni bir şeyler öğrenen yaşlılarını gören genç, sabır ve süreklilikle başarıya ulaştığını da öğrenir. Gençlerin Aikidoya başlarken bilmesi gereken disiplin ve sürekliliktir. 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" ifadelerini kullandı.

Kobani'de IŞİD ile 7 ay komşuluk

LGBTİ'ler aşkı isyana katıp bir kez daha 'onur'ları için yürüyor: Neredesin aşkım?

SON DAKİKA
Kobani'de kontrol yeniden YPG'de

Polis, karakol bahçesindeki köpeği karıştırdı, görmedim dedi

HDP: El Kaide, IŞİD ve destekçileri izole edilmeli ve yargılanmalı

Can Dündar'dan Erdoğan'a hadri meydan: Bu suçu işleyen, bedelini ağır ödeyecek

Dendur'un çubuğu üreten bedavacı şete yakalandı!

Demirtaş'a 'Ehmedü'lillah Müslümanlar' dedirten zulüm!

Pervin Buldan, a Sordular ABDULLAH ÖCALAN' mı ? CUMHURBAŞKANLIĞI' mı ? Hangisini Tercih Etti Sizce?

HDP mitingi saldırısının faili: Ailem Alevi, düğune gitmem, Türkiye'deki imamın arkasında namaz kılmam

SON DAKİKA
Fenerbahçe'de Emre Belözoğlu dönemi sona erdi

Ahmet Hakan'dan DEVLET BAHÇELİ'Yİ Kızdıracak 2 Soru!

TEOG sonuçları pazartesi açıklanıyor

Fuat Avni'den bomba operasyon iddiası

Fuat Avni: Medya, emniyet ve yargı mensuplarının da olduğu yaklaşık 200 kişi gözaltına alınacak!

İstanbul

- Bakırköy
- Beşiktaş
- Arnavutköy
- Fatih
- Kağıthane
- Sarıyer
- Zeytinburnu
- Güngören
- Bağcılar
- Başakşehir
- Esenyurt
- Adalar
- Kadıköy
- Pendik
- Üsküdar
- Maltepe
- Çekmeköy
- Büyükdere
- Silivri
- Sultanbeyli
- Bayrampaşa
- Beyoğlu
- Eyüp
- Gaziosmanpaşa
- Küçükçekmece
- Şişli
- Avcılar
- Bahçelievler
- Esenler
- Beylikdüzü
- Sultangazi
- Beykoz
- Kartal
- Ümraniye
- Tuzla
- Ataşehir
- Sancaktepe
- Çatalca
- Şile

hepsiburada.com
her şey ayağına gelsin

Hemen alın!

06 Ocak 2016 Çarşamba 12:51 - [2214653] - İHA

ETİKETLER:

Varto'da Okul Müdürleri Toplantısı Bir Önceki Haber İntihar Mı? Kaza Mı? Bir Sonraki Haber

01:43
GÜNDEM
HABERFX
Eyüp'te Trafik Kazası: 4 Yaralı
Aksaray-tem Bağlantı Yolu Bayrampaşa Mevkiinde Meydana Gelen Trafik Kazasında Şans Eseri Can Kaybı Yaşanmazken 4 Kişi Yaralandı.eyüp, Aksaray - Tem Bağlantı Yolu,

01:30
Başkent'te Feci Trafik Kazası: 3 Ölü
Başkent'te Kontrolden Çıkan İki Aracın Çarpışması Sonucu, Feci Bir Trafik Kazası Meydana Geldi.kaza Sonucu, 3 Kişi Hayatını Kaybetti.

01:07
İntihar Mı? Kaza Mı?
Manisa'nın Turgutlu İlçesinde Meydana Gelen Olayda Genç Yaşta Bir Şahıs Pompalı Tüfekten Çıkan Saçmayla Ağır Yaralandı.turgutlu Fatih Sanayi Sitesinde Meydana Gelen

00:55
GÜNDEM
HABERFX
Van'da Şiddetli Patlama
Van Merkez İpekyolu İlçesinde Çöp Konteynerine Birakılan El Yapımı Patlayıcı (Eyp), Zırhlı Polis Aracının Geçiş Sırasında Uzaktan Kumandayla Patlatıldı. olay, Akşam Saatleri 22:10

00:48
Tipi Ve Fırtınaya Yakalanan Köylüler Mahsur Kaldı
Bitlis'in Tatvan İlçesine Bağlı Benekli Köyü Yolunda Tipi Ve Fırtına Nedeniyle Araçlarıyla Yolda Mahsur Kalan Köylüler Tatvan Belediyesi Ve İlçe Özel İdare Ekiplerinin Uzun

00:24
Kamil Saraçoğlu: Tarım Artık Modern Araç Ve Gereçlerle Yapılmalı
Tarım Ve Kırsal Kalkınmayı Destekleme Kurumu (Tkd) Kütahya İl Koordinatörlüğü Tarafından İpard 2 Programı Lansman Toplantısı, Hazer Dinari Kültür Merkezi'nde

00:12
Muğla'nın Kırsal Potansiyeli Araştırılıyor
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölüm Başkanı Prof. dr.

00:12
GÜNDEM
HABERFX
Kıvırcık Ali Bakırköy'de Türkülerle Anıldı
Türk Halk Müziğinin Sevilen İsmi 'Kıvırcık Ali' İsmi Ali Özütemiz, Ölümünün 5'inci Yılında Bakırköy Belediyesi Tarafından Düzenlenen Törenle Anıldı.törende Türk Halk

00:12
Uçak: 'Gazeteci Kamu Vicdanının Sesidir'
10 Ocak Çalışan Gazeteciler Günü'nü Kutlamak Amacıyla Menteşe Öğretmenevinde Menteşe'de Görev Yapan Yerel Ve Ulusal Basın Temsilcileri İle Bir Araya Gelen Memur Sen İl

23:49
Türk Hava Yolları İle Visitbritain Arasında Ortak Proje
Türk Hava Yolları (Thy) Ve Visitbritain, Birleşik Krallığı 2016 Yılı'nın 'Hit' Destinasyonu Yapmak İçin Ortak Bir Projeye İmza Attı.ingiltere Birleşik Krallığı'nı 2016 Yılı 'Hit' Destinasyonu

Dumankaya Horizon Evleri
Şimdi Dumankaya Horizon'a Gelin,İlk Ödemeyi Haziran 2016'da Yapın
Detaylı Bilgi

Ayda sadece 807 TL'ye Ev
Eğer hala ev sahibi değilseniz, Akbank ile ayda sadece 807 TL'ye ev sahibi olabilirsiniz!
Detaylı Bilgi

Netten Para Kazanmak
3 Dakikanızı Ayırın. Netten Yatırım Yaparak Para Kazanmanın Temel Mantığını Öğren.
İzleyin, Öğrenin

Para Kazanmanın Yeni Yolu
Aylık gelirinizden memnun değil misiniz? Aradığınız fırsat Forex'te. Hemen keşfedin!
Formu Doldur

HABER FX
HABERFX - Haberde En Önde!
google.com/+HaberfxNetCom
G+ Takip et **+1**
+ 663

FACEBOOK YORUMLARI

0 Yorum Sırala: En Eski

Yorum ekle...

Facebook Comments Plugin

YORUMLAR Sırala: Yeniden eskiye Eskiden yeniye En çok beğenilen

Mesajınız

Adınız **Gönder** Bu Habere Toplamda 0 Yorum Yapıldı

HABER FX
11.965 beğenme
Sayfayı Beğen **HABER FX** Paylaş

Arkadaşların arasında bunu ilk beğenen sen ol