

SON DAKİKA Konuk : Chp Grup Başkan Vekili Engin Altay

## Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

SPOR 06.01.2016 12:49:36



Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmamasının yolunun spordan geçtiğini 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, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmamasının yolunun spordan geçtiğini 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 geçtiğini 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 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 yaşıncı eğilim sözünde 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 senel 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 sporla dışarı vuran, dinleyen, sabreden, her gün yeni bir şeyler öğrenen yaşatlarını gören genç, sabir ve süreklilikle başarıya ulaşıldığını 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.

ETİKETLER Uzak Japon Aii İ Ali Ai

PAYLAŞ

« Önceki

Sarı Melekler Kar, Kış Demeden Hasta Kurtarıyor

Sonraki »

Varto'da Okul Müdürleri Toplantısı

### KATEGORİNİN DİĞER HABERLERİ



SPOR Anadolu Efes, Darüşşafaka Doğuş'u devirdi



SPOR Pablo Batalla'ya İstanbul'da coşkulu karşılama



SPOR Pablo Batalla'ya İstanbul'da coşkulu karşılama



SPOR Spor Toto Basketbol Ligi



SPOR İstanbul'da Batalla izdihamı



SPOR İstanbul'da Batalla izdihamı



SPOR Darüşşafaka Doğuş: 76 - Anadolu Efes: 80



SPOR 37. Dakar Rallisi'nin 8. etabı tamamlandı



SPOR 37. Dakar Rallisi'nin 8. etabı tamamlandı

### FACEBOOK YORUM YAZ HEMEN ONAYLANSIN

0 Yorum

Sırala: En Eski ▾

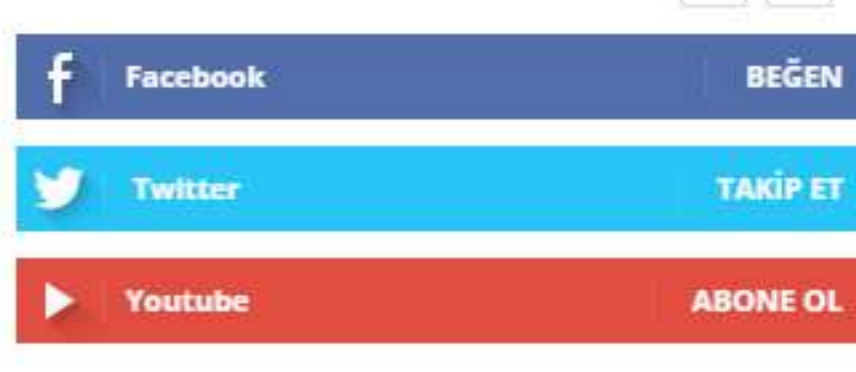
Yorum ekle...

### YORUM YAP

İsim:

E-mail:

Yorumunuz:



### YAZARLAR



### ASTROLOJİ



### İDDAA TAHMİNLERİ



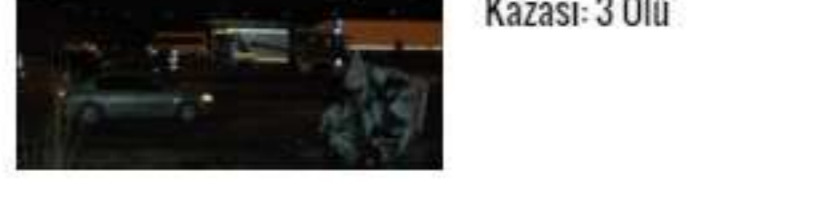
### EDİTÖRÜN SEÇTİKLERİ



### SON EKLENENLER



KOCAELİ'nin Gebze İlçesinde Eskişehirli Topçular arasında sefer yapan arabalı vapurdan bir kadının atladığı iddiası üzerine Sahil Güvenlik ekiplerinin



### KADIN

Kilo Vermek İçin Tarçın ve Bal



### KADIN

Oturduğunuz Yerden Kalori Yakmak Hiç Bu kadar Kolay Olmamıştı. Bal ve Tarçın Çayı Mucizesi Size Zahmetsiz Bir Şekilde Kalori Yakmanıza Yardımcı Oluyor

### ÇOK OKUNANLAR



Siirt'te Doğum Sancısı Başlayan Kadını Köylüler Kızakla Taşdı.

New York Times'ın Listesindeki İlçede Sevinç Var

Bilgi Üniversitesi'nde yangın... (1)

İçişleri Bakanı Efkân Ala, İdareciler Gününde Terör Olaylarını Değerlendirdi

### FOTO GALERİ



Başkent'te Feci Trafik Kazası: 3 Ölü



Tıpi ve Fırtınaya Yakalanan Köylüler Mahsur Kaldı



Trafikte darp edildi, 'Bana ne oldu? Kaza mı yaptım?' dedi

### VIDEO GALERİ



Emek Sineması Perdeleri Açıyor Mart Ayında



Konuk: Prof. Dr. Ebubekir Sofuoğlu Sakarya Üniversitesi Öğretim Üyesi, Kayhan Uygur Güneş Gazetesi Yazarı. Konu: Bunlar



Konuk: Prof. Dr. Ebubekir Sofuoğlu Sakarya Üniversitesi Öğretim Üyesi, Kayhan Uygur Güneş Gazetesi Yazarı. Konu: Bunlar

SON DAKİKA Konuk : Prof. Dr. Ebubekir Sofuoğlu Sakarya Üniversitesi Öğretim Üyesi, Kayhan Uygur Güneş Gazetesi Yazarı. Konu: Bunlar

## Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

SPOR 06.01.2016 12:49:36



### YAZARLAR



### ASTROLOJİ



### İDDAA TAHMİNLERİ



### EDİTÖRÜN SEÇTİKLERİ



AÇIK PARFÜM

Satın Al

ÜCRETLİ KARGO

parfümevi