



iPhone 6 S
Değişen tek şey, her şey.

HaberX'te Ara
Ara
Haber Arşivi

USD 2,6013 EUR 2,8245 EUR/USD 1,0858 BIST 80645,4%/0,42

İSTANBUL Cuma: 21°C/27°C Cumartesi: 21°C/28°C Pazar: 20°C/27°C

ANA SAYFA GÜNDEM EKONOMİ POLİTİKA DÜNYA SPOR YEREL SAĞLIK TEKNOLOJİ YAŞAM MEDYA KİTAP SINEMA SÖYLEŞİ EĞİTİM

BUGÜN
MARKAFONI'DE



Yeni Sezon
İndirimli Ayakkabılar
Bugün
Markafoni'de!



markafoni
SATIN AL

AİKİDO EĞİTMENİNDEN ALTIN TAVSİYELER

06.01.2016 12:51

Tweetle Takip et: @HaberX 9.725 takipçi
Recommend 0 Like 12k

İSTANBUL (İHA) - 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 alışkanlıklar 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, allelere 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.

"AİKİDO, 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 Aikido'yu 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 modelidir" dedi.

"AİKİDOYA 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 ulaşıldığını 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.

YORUMLARINIZ

Henüz bir yorum yapılmamış.

Bu sayfaya yorum yazarak tarihe not düşün.

3 Dakikada Saç Analizi

İLGİLİ HABERLER

<p>Demirören: Böyle giderse birçok takım Avrupa'ya gidemez 16.01.2016, 10:12</p>	<p>Galatasaray ve Beşiktaş PFDK'da 15.01.2016, 23:13</p>	<p>Anadolu Efes: 84 - Darüşşafaka: 71 15.01.2016, 22:12</p>	<p>Bursaspor'un borcu 270 milyon TL 15.01.2016, 17:07</p>
<p>Holiganların üzerinden çıkanlar 15.01.2016, 14:44</p>	<p>Süper Lig'in ikinci yarısı başlıyor 15.01.2016, 10:41</p>	<p>Fenerbahçe: 85 - Lokomotiv Kuban: 79 14.01.2016, 23:06</p>	<p>Trabzonspor'da Lokomotiv Kuban: yüzler gülüyor 14.01.2016, 16:53</p>
<p>FIFA'dan 2 İspaya takımına ceza 14.01.2016, 15:03</p>	<p>Süper Lig'de 18. hafta hakemleri açıklandı 14.01.2016, 12:02</p>	<p>Trabzonspor lige döndü 14.01.2016, 11:35</p>	<p>'Kadıköy'de galibiyet gören son Galatasaraylı' 14.01.2016, 10:31</p>
<p>Trabzonspor kupada finali istiyor 13.01.2016, 22:42</p>	<p>Fenerbahçe'nin tribün liderlerinden Sefa yaşamını yitirdi 13.01.2016, 14:17</p>	<p>Emenice ve Babel için Fenerbahçe iddiası 13.01.2016, 11:44</p>	<p>Galatasaray'a 500 bin dolarlık gelir 13.01.2016, 10:46</p>

Arkadaşını getirene 10 TL!



Garanti
Başka bir arzunuz?

Günün tüm haberleri için tıklayın.

Reklam vermek için tıklayın

SON DAKİKA

- 14:38 **4. KEZ ALKOLLÜ YAKALANDI, EHLİYETİNE 17 YIL EL KONULDU**
- 14:36 **KIRMIZI IŞIKTA DURMAYAN SÜRÜCÜ, GENÇ KIZIN SONU OLDU**
- 14:35 **RIZA ÇALIMBAY SAHAYI TERK ETTİ**
- 14:32 **NEVŞEHİR VATAN ŞEHİTLERİ VE GAZİLERİ DERNEĞİ BAŞKANI RAMAZAN ÇİFTÇİ:**
- 14:27 **SALDIRIYI KINAYARAK, SULTANAHMET MEYDANI'NA KARANFİL BIRAKTILAR**
- 14:27 **FALEZLER KENARINDAKİ KAHVALTI CANINDAN EDECEKTİ**
- 14:24 **SPOR TOTO SÜPER LİG**
- 14:24 **SPOR TOTO SÜPER LİG**

SOSYAL MEDYADA HABERX

Like 12k Takip et: @HaberX 9.725 takipçi