

Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler

Ana Sayfa » SPOR 06.01.2016 13:24



Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmasının yolunun spordan geçtiğini belirterek, "Aikido..."

Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni Oğuzhan Ulvi Başkurt, gençlerin kötü alışkanlıklara buluşmasının 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 buluşmasının yolunun spordan geçtiğini altını çizen Başkurt, ailelere seslenerek; gençlerin hayatlarına katkı sağlamak için onları sporla tanıştırdı. Başkurt, "Gençler Aikido ile hem enerjilerini doğru kullanmayı, hem vücutlarını taniyip 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 artırmakta, 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 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 yapan, enerjisini sporla dışarı vuran, dinleyen, sabreden, her gün yeni bir şeyler öğrenen yaşantılarını 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.

Kaynak:

GÖNDER YAZDIR YUKARI

Paylaş Tweetle Paylaş

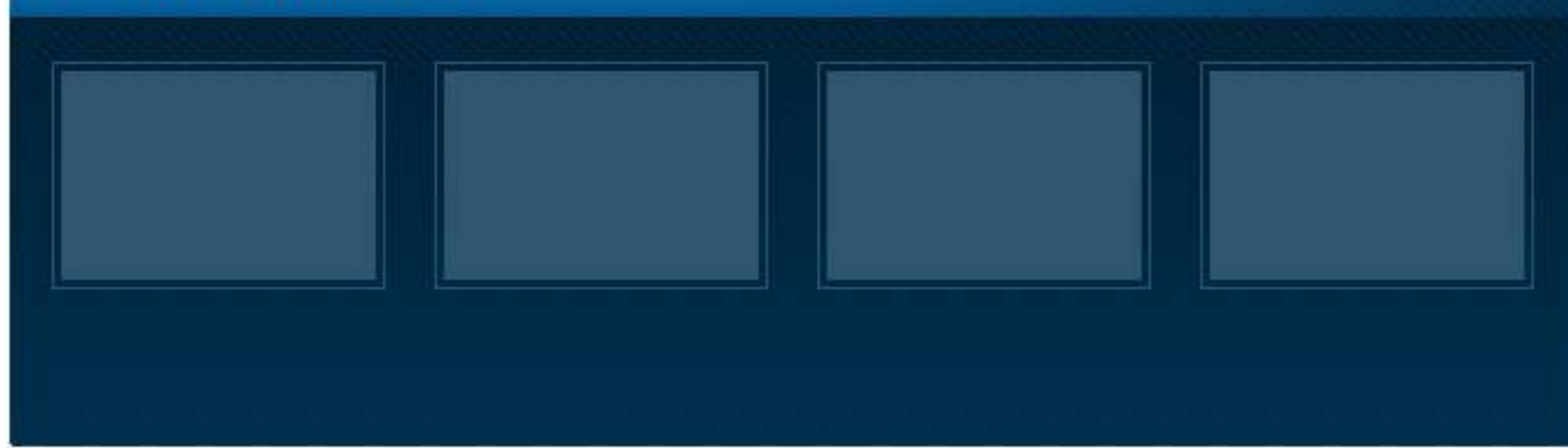
Yorumunuz

Adınız

GÖNDER

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

SON EKLENEN GALERİLER



Diğer Haberler



Süper Lig Transferde Sessiz
Süper Lig'in bugün başlayan ikinci yarısı öncesi toplam 12 takım kadrosuna takviye yaptı.



Altay 102. yaşını kutluyor
İzmirin köklü spor kulüplerinden Altay, 102. kuruluş yıldönümü kutluyor.



Trabzonspor, Bursa'ya 3 Puan İçin Gitti
Spor Toto Süper Lig'in ikinci yarının ilk maçında deplasmanda Bursaspor ile



U16 Milli Takımı oyuncularından turnuva için tribünlere davet
Türkiye Futbol Federasyonu tarafından bu yıl 17. kez düzenlenen Mercedes-



Demirören: Artık yöneticiler borçlardan sorumlu olacak
Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı Yıldırım Demirören, kulüplerin mali



Demirören: "Böyle Giderse Süper Lig'de Birçok Takım Avrupa'ya Gidemez"
Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı

- Türkish Airlines Euroleague 15 Ocak 2016 Cuma 22:23
- Şafak Edge: Galatasaray demek şampiyonluk demektir 15 Ocak 2016 Cuma 20:23
- Terim, NSCAA Kongresi ve Spor Teknolojileri Fuarı'na katılıyor 15 Ocak 2016 Cuma 18:43
- TFF Ege Kupası heyecanı 15 Ocak 2016 Cuma 18:24
- Hamzaoğlu'na Sürpriz Doğum Günü 15 Ocak 2016 Cuma 18:23
- Eskişehirspor TEK Yürek 15 Ocak 2016 Cuma 17:43
- Şahin'den Rusya'ya 'çiçekli' jest 15 Ocak 2016 Cuma 17:24
- Beşiktaş, Dev Projesini Yalovallılara Anlattı 15 Ocak 2016 Cuma 17:23
- Ömer Şişmanoğlu Beşiktaş'a Dönüyor 15 Ocak 2016 Cuma 17:23
- Liselî Futbolcuların Tartakladığı Hakem Maçı Tatil Etti 15 Ocak 2016 Cuma 17:23

ÖNE ÇIKANLAR



1/15

FOTO GALERİ



ÇOK OKUNANLAR



Adana Büyükşehir Belediyesi eski Başkan Vekili



Otomobilin Çarptığı Karaca Telef Oldu



Demirören: Artık yöneticiler borçlardan sorumlu olacak



ÇOMÜ kütüphanesinde bomba panjiri

DÜN | BU HAFTA | BU AY

YAZARLAR

- Servet Avcı **Yetmez ama evet!**
- Hasan Ulusoy **Her Gazeteci Muhalifdir**
- Recep Canpolat **Yorgun savaşçılar!**
- Samet Çayır **Üç eksi bir**
- Aykut Elmas **Sıkıntı Büyük**

VIDEO GALERİ



SAĞLIK



Kısırlık, Çaresizlik Olmaktan Çıkıyor
Son yıllarda gelişen teknoloji, yüzde 100 hareketsiz sperme sahip kişilere baba olma imkanı sunuyor.

MAGAZİN



Yıldız Tilbe İzmirliyle Hasret Giderdi
Türkiye'nin sevilen ismi Yıldız Tilbe, uzun bir aradan sonra İzmirli hayranlarıyla buluştu.

TEKNOLOJİ



Sağlık Sektörü Bilgi Teknolojileri Risk Altında
Sağlık kuruluşları, daha işbirlikçi yeni dijital nesli korumaya yönelik güvenlik prosedürleri olmaksızın, henüz