

Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler



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 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 kurtulduğunu 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.

Haber Tarih Saat : 2016-01-06 12:51:33



Çok Okunanlar



MANISA'YA BİR ACI HABER DAHA DÜŞTÜ...
Şırnak'ın Cizre ilçesinde devam eden operasyon...



UYAN MANISA YENİ YILIN İLK GÜNÜNDE ŞEHİDİM...
Manisa'dan geçici görevlendirme ile Cizre'ye...



Şehit Ateşi Manisa'ya Düştü...
Şırnak'ın Cizre ilçesinde PKK'lı teröris...

3 Dakikada Saç Ekim Fiyat

sac.ekimi.gen.tr

Ataşehir Acıbadem Hastanesinde Güvenilir ve Hesaplı Saç Ekimi için

Garanti'den Emlak Kredisini

10Bankaya Kredi Başvurusu

Basur Hastalarına Müjde

Anında Nakit Hemen Burada

YAZARLAR



A. ORKUN DILBER
"SOKAK ARASINDA BAKKAL MARKET EDASIYLA SPOR KULÜBÜ AÇIYORLAR"



Adem ŞAHİN
NE VARSA ŞEHZADELER'DE VAR..!



Begüm İpek Pilgiz
SEÇİLMEK İSTİYORUM



ÇİHAN CİCİK
Ağrı ve Halsizlik Deyip Geçmeyin: Fibromiyalji

manisagundemi.com
Twitter'da Takip et

manisagundemi.com
35.438 beğenme
MANISA GÜNDEMİ
Sayfayı Beğen Videoyu İzle
Arkadaşların arasında bunu ilk beğenen sen ol

ANKET

YENİ HÜKÜMET SİZCE HANGİ PARTİLER ARASINDA KURULMALI

- AK Parti - CHP
- AK Parti - MHP
- AK Parti - HDP
- CHP - MHP - HDP
- CHP - MHP (HDP Dışarıdan destekli)
- CHP - HDP (MHP Dışarıdan destekli)
- CHP (MHP - HDP Dışarıdan destekli)
- Yeniden Seçim

OY VER

SONUÇLAR

Sosyal Hizmetler Müdürü Yavuz'dan İntihar Olaylarıyla İlgili Açıklama
Salihiye İlçe Sosyal Hizmet Merkezi Müdürü Alim Yavuz, son günlerde artış...

(Özel Haber) Çilingirler Her Kapıyı Açmak İstemiyor
Açtıkları kapının kimin olduğuna emin olamayan çilingirler, yasal düzenli...

"Kodla Manisa" Projesi Kula'da Öğretmenlere Tanıtıldı
Manisa Valiliği tarafından başlatılan "Kodla Manisa" projesiyle ilgili o...

Soma İlçe Sağlık Müdürlüğü'nde Görev Değişimi
Soma ilçesinde 3,5 yıldır İlçe Sağlık Müdürlüğü görevini yürüten ...

TEİAŞ Somalı Gazetecileri Ağrladı
Soma Elektrik Teknolojileri Geliştirme ve Eğitim Tesisleri İşletme Müdürü...

Spor İl Müdürü Duman'dan Selendi Ziyareti
Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürü Savaş Duman, Selendi'de bir ...

AHMETLİ'DEN BAYIRBUCAK TÜRKMENLERİNE YARDIM
Türkiye-Suriye sınırındaki Bayır Bucak bölgesinde yaşayan ve DAES, PYD v...

Engelsiz Yaşam Aracımız Hizmetinizde
Turgutlu Belediyesi'nin 'Engelsiz Yaşam Aracı' engelli vatandaşlara ver...

Esnaflın Sıkıntıları Masaya Yatırıldı
Manisa Büyükşehir Belediyesi Kaynak Geliştirme ve İşbirlikler Dairesi Başk...

Saruhanlı'ya Nefes Aldıran Kamulaştırma
Manisa Büyükşehir Belediyesi'nin Saruhanlı ilçesinde yer alan ve imar pla...

Yunusemre Kilit Parke Taşında Hedefi Aştı
Yunusemre Belediyesi, 2015 yılında Yunusemre ilçesinde 380 bin metre karelik...

CHP'li Kayabaş'tan Su Savaşlarının Değişiminde 'Hukuksuzluk' İddiası
Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Turgutlu İlçe Başkanı Erk Kayabaş, gündeme d...

Sarıgöl'de 80 Ünite Kan Toplandı
Manisa Kızılay Kan Merkezi ile Sarıgöl Kızılay Şubesi'nin ortaklaşa d...

AK Parti İl Başkanı İstifacılara Seslendi
AK Parti Manisa İl Başkanı Zülfi Kar Gürcan, Büyükşehir Meclisi'nden is...

Çilek Yetiştiricilerine Uyarı: Manisa Büyükşehir Belediyesi Kırsal Hizmetler Daire Başkanlığı Köprüba...

Salihiye, Fenerbahçe'yi Bekliyor
Türkiye Bayanlar Voleybol 1...

Büyükşehir Zabıta'dan Demirci Ziyareti
Manisa Büyükşehir Belediyesi Zabıta Dairesi Başkanı Aydoğan İra, Demirci...

Bayırbucak Türkmenlerine Saruhanlı'dan Bir Kamyon Yardım
Türkiye-Suriye sınırındaki Bayırbucak bölgesinde yaşayan ve DAES, PYD ve...

Yerel Gazeteler

Denge Gazetesi
Zaman
Melay Gazetesi
Manşet Gazetesi
Gündem Gazetesi

Ulusal Gazeteler

Sabah
Posta
Fanatik

Web Master

OYUNCAK
BUZDOLABI
Site ekle
E Ticaret

HABERLER

http://spilhaber.com/