

## 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.

Anasayfa » SPOR » Aikido Eğitmeninden Altın Tavsiyeler



Güncelleme : 2016-01-06 12:51:33

Site 0 Facebook 0 Tweetle 0 Google +1

**JATOMI FITNESS**

**HEY, GÜNLÜK DENEME ÜYELİĞİNİ UNUTMUSSUN. HEMEN İNDİR!**



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. 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 tanıyıp eğitmeyi hem de tüm gençlerde olması gereken dürüstlük, cesaret, merhamet, onur, nezaket, sadakat ve adalet 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 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.

"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 yaşantısını 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.



Sende Yorumla...

Site Yorumları

Facebook Yorumları

DISQUS Yorumları

Adınız

Yorumunuzu yazınız...

Kalan karakter sayısı : 500

Ben robot değilim

reCAPTCHA  
Güvenlik - Şartlar

Yorumu Gönder



1/10

Tümü

Haber Ara

ARA



Hikmet YÜCEBAŞ

BEN ÇOK AÇIM!

Tüm Yazarlar

EN ÇOK OKUNANLAR

Bugün	Bu Hafta	Bu Ay
1	Eşini Öldürüp Cezaevinde Ölen Adamın Cenazesine Kimse Sahip Çıkmadı - Samsun Haber	
2	15 Yaşından Büyük Kızla İlişkiye Hapis Cezası - Samsun Haber	
3	Kaçırmak İsteddiği Genç Kız Tarafından Bıçaklandı	
4	16 Gün Çalışma Sonucu...	
5	Kan Donduran Olay! 3 Yaşındaki Çocuğunu Döverek Öldürdü!	

PTT 1. LİG PUAN TABLOSU



Elektrik Kesintisi



Sosyal Medya

Facebook'ta Beğen

Beğen 10b

Twitter'da Takip Et

Takip et 2.313 takipçi



ANKET

Leziz Samsun Yemeklerinden Hangisini Seçerdiniz?

Çakallı Menemeni

Bafra Pidesi

Kaz Tiridi

Haşhaşlı Çörek

Ankete Katıl

Diğer Anketler

BİYOGRAFİ



Kanuni Sultan Süleyman Kimdir? Hayatı İçin Tıklayınız

Yavuz Sultan Selim 'in oğlu olan Kanuni Sultan Süleyman Osmanlı Hanedanı'nın 10.

ÖZEL SAYFALAR

> League Of Legends - TÜRKİYE > Kabe'den Canlı Yayın Yayını - Canlı