

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.

Ekleme:06.01.2016 / 12:51 Güncelleme:06.01.2016 / 12:51

Facebook Twitter LinkedIn Google



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 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 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 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.

Etiketler :

ÇOK OKUNANLAR

Bu Yıl Bu Ay Bu Hafta Bugün



İŞTE MANİSA'DA YOL ÜCRET TARİFELERİ ...



MANİSA'DA FECİ ÖLÜM SEBEBİ İSE.....



MERKEZ EFENDİ DEVLET HASTANESİNDE SAĞLIK'TA SAĞLIK SIKANDALI...



KAYIP ARANIYOR. AİLESİ PERİŞAN....