

Hoşgeldiniz

Aikimode Aiki Akademi'ye hoş geldiniz. Aşağıdaki yazıları **Aikido** ve **Aikimode** hakkında detaylı bilgi sahibi olabilmeniz için özenle ayrıntılı bir şekilde hazırladık. Kendinizi veya çocuğunuzu siyah kuşak ve daha ileri seviyelere taşıyabilmek için eğitim sistemimizi sizlerin de öğrenmenizi istiyoruz. Aslında sorabileceğiniz tüm soruların cevapları aşağıda. Sizlerden ricamız lütfen bir 20 dakikanızı ayırıp yazıyı sonuna kadar okumanız. Yine sorunuz olması durumunda biz yanıtlamaktan memnuniyet duyacağız.

• Hoşgeldiniz.....	1
• Aikimode Aiki Akademi genel tanıtım.....	2
• Oğuzhan Ulvi Başkurt Sensei.....	3
• Aikido'nun Çocuklar ve Gençler Üzerindeki Etkisi.....	4
• Yetişkinler için yapılabilecek en güzel spor : Aikido.....	5
• Hoşgeldin 12+.....	7
• Hoşgeldin 3-12.....	8
• Çocuğunuz için Beklentileriniz ve Hedefleriniz.....	9
• Öğrenciler için Eğitim Kuralları.....	10
• Veliler için Kurallar.....	10
• Sosyal Medya.....	11
• Aikido Eğitim Yeri Seçmenin Önemi.....	12
• Neden Aikido, Neden Aikimode.....	14
• Aikimode Aiki Akademi Derecelendirme Sistemi.....	15
• Kyu-Dan Sınavı Değerlendirme Kriterleri.....	16
• Aikimode Aiki Akademi'ye Katılım Koşulları.....	18



Aikimode Aiki Akademi

Aikimode Aiki Akademi 2007 yılından itibaren yetişkinler(12+) ve 3-12 yaş çocuklar için aikido eğitimleri vermektedir. Eğitimlerde **saygı ve sevgi** ilkeleri temel alınarak savaş ve sanat kavramları budo (Savaş Sanatları) disiplinleri çerçevesinde öğretilmektedir. Öğrencinin savaşçı ve sanatkâr olabilme çizgisinde istikrarlı ve ahlaklı bir yol izlenmesi en büyük hedeftir.

Aikimode Aiki Akademi'de eğitimciler, asistanlar (tam zamanlı, yarı zamanlı, gönüllü) ve öğrenciler (çocuk, genç, yetişkin) olmak üzere 3 ayrı grup bulunmaktadır. Bizi Türkiye'nin ve Avrupa'nın en önde gelen aikido okullarından biri yapan özelliğimiz sistemimizdir.

4.Levent ve Ataşehir'de bulunan merkezlerine yetişkinler, gençler ve çocuklar için haftanın her günü sabah, öğle ve akşam aikido yapabileceğiniz Aikimode Aiki Akademi'de.

Çocuklar için Aikido

Aikimode Aiki Akademi'de 3-12 yaş grubu çocuklar için aikido 3-4 , 4-7 ve 7-12 yaş grupları olacak şekilde planlanmıştır. Eğitimleri bir eğitimci yönetirken her 3 çift (6 çocuk) için 1 asistan bulunmaktadır. Bu sayede daha nitelikli, güvenli ve başarılı bir eğitim verilebilmektedir.

Yetişkinler ve Gençler için Aikido

12 Yaş üzeri tüm bireyler Aikimode Aiki Akademi'de yetişkin gruplarında eğitim göreceği şekilde planlama yapılmıştır. Başlangıç, karma, düzenli, hakama ve dan sınıfları olmak üzere 5 ayrı yetişkin grubu bulunmaktadır. Bu sayede nitelikli ve sürekli gelişimi ön planda tutan bir eğitim verilebilmektedir.

Şirketler için Aikido

Bu eğitimlerde Şirket çalışanları Aikido'nun evrensel uyum felsefesi Japon Savaşçıları Samurayların hayata bakışlarını, fiziksel zorluklara rağmen hedeflerine devam edebilme disiplinini, çoklu saldırıları yönlendirmeyi ve tüm bu zorluklar karşısında dahi aldıkları her nefeste hayata olan bağlılıklarını yitirmediklerini göreberek bu özelliklerin iş hayatındaki yansımalarını fiziksel açıklamalarıyla deneyimleme fırsatı bulacaklardır.

Sertifikasyon

Aikimode Aiki Akademi'de yapılan derecelendirme sınavları sonucu kazanılmış olan siyah kuşak ve üzeri dereceler merkezi Japonya Tokyo'da bulunan Aikikai Hombu Dojo tarafından da onaylatılmaktadır. Bu diplomalar Dünya'da en çok kabul gören ve en prestijli aikido diplomalarıdır.



Oğuzhan Ulvi Başkurt Sensei (Aikido 5.Dan, Iaido 3.Dan, Kendo 2.Dan, Jodo 3.Dan)

Oğuzhan Ulvi Başkurt; Sensei, Aikimode Aiki Akademi Kurucusu ve Baş Eğitmeni, Aikido 5. Dan.

1981 yılında İstanbul'da doğdu. İstanbul Teknik Üniversitesi Gemi İnşaatı ve Deniz Yapıları Mühendisliği Bölümü'nden mezun oldu. Işık Üniversitesi'nde işletme yüksek lisansı (MBA) yaptı.

Kenji Kumagai Shihan (7.Dan) tarafından onaylanan Yudansha sınavlarını başarıyla vererek, derecelerini Tokyo'daki Aikikai Foundation Aikido World Headquarters'dan (Dünya Aikido Merkezi) aldı. 2014 yılı itibari ile Aikido'dan sorumlu Federasyon tarafından 5.Dan derecesine terfi ettirilmiştir. Oğuzhan Başkurt Sensei 5.Dan (5. derece siyah kuşak) derecesine sahip Türkiye'deki en genç Aikidokalardandır. Aynı zamanda federasyondan 3. Kademe (Kıdemli Antrenör) diploması sahibidir.

2007 yılında Aikido ve Budo (savaş disiplinleri) okulu Aikimode Aiki Akademi'yi kurdu. 2007 yılından bu yana Aikimode Aiki Akademi bünyesinde vermiş olduğu tüm eğitimleri 2009 yılında 4. Levent'teki Aikimode Aiki Akademi merkezinin kurulması ile tek çatı altında topladı.

Yetişkinlerde 20.000 ve çocuklarda 12.000 saat ile toplamda 32.000 saat eğitim verme süresini aşan Oğuzhan Başkurt Sensei, alanında en tecrübeli senseiler arasında yer almaktadır.

Iaido, Kenjutsu, Jojutsu-Jodo, Tantojutsu ve Kendo konularında kendini geliştiren Oğuzhan Başkurt Sensei, bu konuda Avrupa'nın ve Dünya'nın önde gelen eğitimcileri ile çalışmaktadır. Kendisi şu an Iaido 3.Dan, Kendo 2.Dan ve Jodo 3.Dan derecesine sahiptir. Türkiye'de aikido, iaido, jodo ve kendo olmak üzere 4 japon savaş disiplininde siyah kuşak derecesine sahip olan (Dan derecesi) ilk ve tek kişidir. Aynı zamanda Jodo Milli Takım üyesidir.

Oğuzhan Başkurt Sensei kurucusu olduğu İTÜ Aikido Kulübü'nün bir dönem onursal başkanlığını yapmasının yanında internetin prestijli eğitim sitesi "UzmanTV" nin ve Cevap TV'nin Aikido uzmanıdır. Girişimcilik ve savaş sanatları yaklaşımları üzerine eğitimler vermekte ve de girişimci olmak isteyen kişilerin katıldığı özel programlarda mentorluk yapmaktadır.

Oğuzhan Başkurt Sensei alanında öncü kurum ve şirketlere vizyon eğitimleri, toplantı konuşmacılığı, motivasyon ve uyum eğitimlerini vermektedir. İTÜ, Turkcell, Aksigorta, Roche, Roche Diagnostic, Bilim İlaç, Daikin, Türk-Telekom, Philips, Mey, JCB İş makinaları (STFA),Girişim Savaşçıları, FX World İstanbul, Glaxo Smith Kline, Amgen-Mustafa Nevzat, İPYD (İstanbul Proje Yönetim Derneği), Invitel International, AnadoluBank, Dechatlon, Netbook Media, RadisonBlu , Google Türkiye eğitim verilen firmalardandır.

Oğuzhan Başkurt Sensei 2014-2015 tarihleri arası Hava Harp Okulu'nun Savaş Sanatları Danışmanı ve Aikido eğitimliği görevinde bulunmuştur. Aynı zamanda halen İTÜ Mezunlar Derneği Mentorluk programında İTÜ Lisans öğrencilerine mentorluk yapmaktadır.

Aikido'nun Çocuklar ve Gençler Üzerindeki Etkisi

Çocuklar şüphesiz ki bizim en değerli varlıklarımız. Bizlerin geleceği onlar. Onların mutluluğu için çok fazla şeyler yapıyoruz. Bunlardan bazıları çocuklarımız için seçmiş olduğumuz spor ve sanat aktiviteleri.

Hayat bir yarış ve bizler çocuklarımızın bu yarışta diğerlerinden geri kalmasını istemiyoruz. İstiyoruz ki hep başarılı olsunlar hep galip gelsinler. Kazanmak belki çok güzel bir duygu ama çoğu zaman insan kaybettiğinde kazandığından çok daha fazla şey öğrenir hayata dair. Aslında bizim çocuklara yenip yenilmekten çok pes etmemeyi öğretmemiz çok daha sağlıklı bir yol. İşte bu yolda ilerleyebilmemiz için en güçlü uygulamalardan biri de son dönemlerde ülkemizde yaygınlaşan aikido eğitimleri.

Aikido çocukların zihin, beden ve ruh sağlığını pozitif yönde geliştiren karakterinin sağlanmasında önemli rol oynayabilecek bir "Japon Savaş Sanatı". Bir disiplin. Şimdi aikido'nun nasıl olupta **Beden, Zihin ve Ruh** sağlığını olumlu etkilediğinden biraz bahsetmek istiyorum.

Öncelikle "**Beden**" ele alındığında düzenli aikido yapan çocuklarda motor hareket düzeyinin diğer çocuklara göre daha yüksek olduğunu görebiliyoruz. Aikido yapan çocuklar belirli bir süre sonra yuvarlanma, takla atma, zıplama, ritimli koşma, el ve ayak koordinasyon hareketleri, sürünme ve bunlar gibi birçok hareketi düzgün ve hızlı bir şekilde yapabilmekteler.

Aslında çocuklarda aikido eğitimine bir spor altyapı eğitimi olarak bakmak daha doğrudur. Belirli bir süre aikido yapmış olan çocuklar gelecekte yapacağı diğer spor branşlarına daha hızlı uyum sağlayarak diğer kişilerin uzun sürede kazandığı yeteneği daha hızlı elde edebilirler. Aynı zamanda dayanıklılıklarını arttırdıkları aikido eğitiminde yere düşseler bile tekrardan ayağı kalkıp mücadele etmeyi yani pes etmemeyi öğrenirler.

Aikido antrenmanlarının bir özelliği de hareketlilik. Günümüzdeki en büyük sağlık problemlerinden birisi de hareketsizlikten kaynaklanan aşırı kilo alma. Aikido antrenmanlarında çocuklar iyi bir performans sergileyerek sağlıklı yaşama dair kazanımlar elde etmiş oluyorlar.

"**Zihin**" olarak ele aldığımızda Aikido'yu satranç veya go oyunlarına benzetebiliriz. Her iki oyunda da rakibin hamlelerini tahmin ederek oyunu iyi analiz etmemiz gerekir. Sonrasında doğru hamleleri yaparak oyunu kazanmaya çalışırız. Aikido sanatında da benzer şekilde karşımızdaki rakip veya birden fazla rakibin hamlelerini önceden görmeyi ve hedef olmamayı öğreniriz. Aikido'yu diğer savaş sanatlarından ayıran bir özellik te budur. Hedef olmamak ve rakibimizi yönlendirerek onu etkisizleştirmek önemlidir.

Aikido antrenmanlarında vücudumuzun hem sağ hem sol tarafını eşit sayıda çalıştırırız. Beynimizin her iki lobunu da aktif olarak kullanabilmek denge ve koordinasyon açısından çocuklarımızı geliştirir. Çocuklar bu özellikleri yaşamlarının tamamında kullanırlar ve öğrendikleri becerileri kolay kolay unutmazlar. Bunu genç yaşta yabancı dil öğrenen çocuklara bakarak görebilirsiniz.

Aikido'da yaklaşık olarak türevleri ile birlikte 3000'e yakın hareket mevcuttur. Bunların çoğu çocukların anlayamayacakları derecede karmaşıktır. Çocuk aikido eğitiminde çocuklara temel teknikler basitleştirilerek öğretilir. Öğrenilen bir çok hareket beynin farklı noktalarını çalıştırdığından beyin daha aktif bir şekilde çalışmaya başlar. Bu da çocuklarda fiziksel öğrenme yeteneğini artırır.

Ruh sağlığı açısından aikidoyu ele almak gerekirse, çocuklarda "özgüven" ve "karakter" gelişimi açısından aikidonun yararlı olduğu görülebilir. Bir iki yıl aikido yapmış olan çocuklar pes etmemeyi ve mücadele etmeyi öğrendikleri için kendilerine olan güvenleri tamdır. Kendilerini birçok konuda rahatlıkla ifade edebileceklerdir.

Karakter bir bireyin çocuk yaşlarda kazandığı ve hayatı boyunca geliştirebildiği özelliktir. Bizce karakter paylaşma ve yardımlaşma ile gelişir. Aikido yapan çocuklar hareketlerin önemini kavramaya başladıkları zaman kendileri ile eşleşen diğer çocuklara bilinçli bir şekilde hareketi uygularlar. Bilgilerini fiziksel olarak paylaşarak birbirleri ile arkadaşlık bağlantısı kurarlar. Bazen de kendilerinden sonra aikidoya başlayan çocuklarla eşleşip onlara yardımcı olurlar. İşte karakter gelişimi bu şekilde paylaşma ve yardımlaşma ile olur.

Çocuklar aynı zamanda aikido dersinde eğitmeni tüm dikkatleri ile dinlemeye çalışırlar. Bu da kendilerinde yüksek bir konsantrasyon yetisi kazandırır.

Yukarıda belirtmiş olduğumuz tüm yararlar tabii ki doğru bir eğitmenen ve kurumdan aikido eğitimi alındığı takdirde gerçekleşebilecektir. Biz "Aikimode Aiki Akademi"de çocukların en değerli hazineniz olduğu bilinci ile çalışıyoruz. Yetkin olmayan bir eğitime dahil edilmesi çocuklara yarardan çok zarar getireceği kuşku götürmez bir gerçektir. Veliler her zaman çocukları için en güzelini ve doğrusunu isterler. Sizin bilincinizde ve kaliteli eğitim veren yerleri bulmanız dileğiyle...

Yetişkinler için yapılabilecek en güzel spor : Aikido

Zaman hızlı akıp geçiyor. Okullar, üniversiteler, yüksekler hepsi bitti. Kimilerimiz evlendi veya evlenmek üzere. Bazılarımız da tek tabanca hayata devam. İşimiz de var çok şükür. Hayat geçip gidiyor. Biraz da kilomu aldık acaba veya yalnız mı hissediyoruz ? Değişik bir şeyler yapmanın belki de zamanı gelmiştir.

Genelde hareketsizlikten şikayet ediyoruz. Hareket etmek istiyoruz ama sıkıcı fitness salonları hiç bize göre değil. Okullar varken etrafımızda onlarca arkadaşımız vardı. Sıkılmaya vakit bile yoktu. Herkes bir tarafta şimdilerde. O zaman aikido bizim için bulunmaz bir fırsat. Niye mi?

Aikido bir Japon savaş sanatı ve bir disiplin. Bizim milletçe en ihtiyacımız olan şey disiplin. Biraz maymun iştahlıyız desek haksızlık etmemiş oluruz sanırım. Örneğin bir tatil köyünde konakladığımızda açık büfe restoranda bazı milletler sadece bir iki çeşit ürün alırken biz herşeyden tatmak istiyoruz. Herşeyden azar azar tepeleme bir tabak. Sonuç fazla kilolar ve diyet.

Bizler istiyoruz ki öyle bir şey yapalım, hem yaparken keyif alalım, yeni kişilerle tanışalım, spor da olsun formda kalalım, zihnimizi rahatlatın stresten arındırsın, içinde sanatsal öğeler de bulunsun, öğrenirken sadece bedenim değil zihnimde gelişsin, dünyayı da gezdiresin, felsefesinde olsun. Bayağı çok şey istiyorduk. Aslında bunların hepsini bir arada bulabileceğimiz bir şey var. Aikido...

Biz, Türkiye'nin ve Avrupa'nın en büyük aikido okullarından Aikimode Aiki Akademi'de 30 yaş üstü kişiler için Aikido'yu öneriyoruz. Yukarıda saydığımız özellikleri aşağıda detaylı olarak açıklayacağız. Aslında neye ihtiyacımız varsa iyi bir Aikido okulunda eğitim alarak bunları karşılayabiliriz.

Öncelikle belirtmeliyim ki bir savaş sanatı her zaman öğrenmek için yapılır. Bunun yanında yukarıda saymış olduğumuz getiriler yan getirileridir ve bunlar bizi her zaman canlı tutar.

Keyif almak. değişik bir şeyler yapmak çoğu zaman heyecan vericidir. 30 sene geçmiş ve siz daha önce görmediğiniz bir çok farklı teknikle karşınızdakini etkisizleştirmeye çalışıyorsunuz ve aynısı size yapılıyor. Bu hareketleri karşınızdakine saygı ve sevgi çerçevesinde geliştiriyorsunuz.

Yeni kişilerle tanışmak. Sizleri düşünüyorum. Sabah kalkıyorsunuz. İş ve ev arasında bir hafta boyunca mekik dokuyorsunuz. Hem işinizden dolayı yoğunsunuz hem de dostluklara vakit ayıramabiliyorsunuz. İşte size yeni arkadaşlıklar kurabilmeniz için mükemmel bir uğraş. Birbirine güvenen, saygılı dostluklar aikido ile mümkün.

Spor yapıp form tutalım. Aikido antrenmanı bünyesinde birçok fiziksel kazanım vardır. Dinamik bir antrenmanın içinde sürekli hareketle kondisyon anlamında büyük ilerleme kaydedilip yağ yakımı hızlandırılır. Az çalıştırdığımız kas gruplarımız çalışarak vücuda bir canlılık gelir. Gücünüz, esnekliğiniz ve dayanıklılığınız Aikido sayesinde gözle görülür bir şekilde artar. Artık sizi hiçbir şey tutamaz.

Stresten kurtulmak mümkün. Aikido antrenmanında eğitmenin dediklerine odaklanarak teknikleri gösterilen bir şekilde yapmaya çalışırız. Farklı kişilerle farklı çalışmalar bedeninizi canlı ve uyanık tutacaktır. Sürekli bir hareketin içinde bulunduğunuz için mutluluk hormonları salgılanacak ve daha pozitif bir yapıya kavuşacaksınız. Güne güler yüzle başlamak 1-0 önde başlamaktır. Bu durum stres kelimesini lügatınızdan tamamı ile silmenize sebep olacak ve sizi çözüm odaklı bir kişi yapacaktır.

Sanat olmadan olmaz. Aikidoyu sanat yapan en önemli özelliklerden bir tanesi ömrümüz boyunca yapabilmemiz ve geliştirebilmemizdir. Örneğin bir koşucuyu düşündüğümüzde 20 yaşındaki performansı ile 30, 40, 50 ve 60 yaşlarındaki performansı arasında büyük farklar vardır. Yaşamın başlangıcından sonuna kadar öncelikle artan sonrasında azalan bir grafik vardır. Yani ne kadar çalışırsa çalışsın 60 yaşındaki bir kişi 20 yaşındaki performansını yakalayamaz. Sporda maalesef işler bu şekilde yürür. Sanatta durum biraz daha farklıdır. Bir gitar sanatçısını aynı şekilde ele aldığımızda sürekli kendini geliştiren bir gitar sanatçısı yaşı ilerlese dahi insanları yaptığı müzik ile mest edebilir. Tiyatro sanatçıları içinde aynı durum geçerlidir. Yıllar geçtikçe gerçeğe daha yakın oynayan oyuncu yani usta kendini bir şekilde fark ettirir. Aynı durum bir aikido sanatçısı içinde geçerlidir. 80 yaşına geldiğimizde bile yapabildiğimiz ve karşı tarafı etkileyebildiğimiz özel bir sanattır aikido. Ben bu durumu şarabın yıllar geçtikçe kalitesinin artmasına benzetiyorum. İşte sanatta böyle yıllandıkça gelişim hiç durmaz sürekli ileri gider.

Beynimiz sürekli aktif. Spor ve sanat yapıyoruz ama zihnimizi geliştirmekte istiyoruz bunlara ilaveten. Bu nasıl mümkün olabilir? Aikido öğrenen insanlar çoğu sanat ve sporların aksine vücudun sağ ve sol tarafını eşit olarak eğitmek zorundadırlar. Bu da beynimizin her iki lobunu eşit bir şekilde eğitmemize olanak tanır. Bir çok farklı aikido tekniği ile beynimizin az çalışan bölümlerine sinyal gönderilerek aktifleşmesi sağlanır. Sanatta ilerleyip teknikler karmaşıklaştıkça beynin sağ ve sol lob geçişleri artar. Yani bir teknik yaparken beynimizin sağ ve sol lobunu sürekli olarak aktif bir şekilde kullanırız.

Bütün dünyayı gezip görebiliriz. Aikido gibi sanatlar dünyada bir çok ülkede binlerce insan tarafında yapılmakta. Usta diyebileceğimiz uzman birçok eğitimci var. Dünyanın bir çok yerinde her hafta seminerler ve eğitimler düzenlenmekte. Japonya, Amerika, Avrupa vb. dünyanın bir çok yerini görebilme ve buralarda çalışabilme fırsatımız var. Ve de bunu bazen sadece bir uçak bileti olarak gerçekleştirebilmek çok cazip bir olay. Belki yanında cüzi bir eğitim ve konaklama ücreti ile. Farklı kültürlerden dostane bir çok insan. Dünyayı aikido ile gezmek insanın bana çok keyifli olacak.

Her insanın bu hayatta bir felsefesi olmalı. "Do" dediğimiz kavram yol-amaç anlamına gelen bizim tasavvufu benzer özellikleri barındıran bir felsefe, bir öğreti. Biz bu sanatı yapıyoruz ama başkasına zarar vermek veya kendimizi korumak için değil, daha iyi bir insan olabilmek, daha mutlu olabilmek, hayata pozitif bakabilmek için yapmak daha doğru bir karar olur. Güçlenmek, dayanıklılığımızı ve esnekliğimizi arttırabilmek, bakış açısını genişletebilmek bu sanatın bize kazandırdıkları diğer özellikler. Tabi ki birisine zarar verip birilerine karşı kendimizi bu sanatta öğrendiğimiz tekniklerle koruyabiliriz. Ama bu amaçla aikidoya başlamak veya öğrenmek son derece yanlış bir adım olacaktır.

Hayat bir strateji. Hayatımızı şekillendirirken bir takım kararlar alıyoruz. Bir seçim yapıyoruz. Unutulmamalıdır ki her seçim bir vazgeçişdir. Diyelim ki şu an çalıştığınız bir firmada iyi bir pozisyondasınız. Farklı bir firmadan daha iyi şartlarda bir teklif geldi ve siz bir seçim yapmak zorundasınız. Mevcut işinizde mi kalacaksınız yoksa diğer firmaya transfer mi olacaksınız. Diğer firmayı seçtiğinizde eski firmanızdan vazgeçmiş olursunuz ve bu bir risktir. Riski yönetebilen kişiler başarıyı göğüsleyen kişiler olmuşlardır. Burada tek yapmanın gereken iyi bir analiz yapmaktır. Bazen geriye dönmek sanıldığından çok daha zor olabilir. Aikido gibi savaş sanatlarında çalışma şekillerine göre teknik ve stratejiler eğitimci tarafından size aktarılır. Sizler doğru zamanda doğru işler yaparak yaşamı devam ettirebilmek için başarılı seçimler yapmak zorundasınız. Size gelen bir saldırıya yanlış bir teknik ile cevap verirsiniz bu sizin için başarısızlıktır. Her ne kadar antrenmanlarda yanlışlar yaparak öğrenmeye çalışsak ta gerçek hayatta işler pek böyle yürümez. Bazen bir yanlış tüm doğruları götürülebilir. Aikido aynı hayatın ta kendisi gibidir.

Yukarıda anlattığımız bir çok özellik aikidonun kişilere kazandırdıkları. Bundan da fazlası mümkün. Aslında hayatta mutlu olup mutlu edebilmek, yaşamı dolu dolu yaşayabilmek ve bunları paylaşabilmek en büyük felsefe. İşte Aikido hayata farklı bir açıdan bakmamıza yarayan özel bir sanat. Aikido dolu günler...

Hosgeldin 12+

Sizlere Aikimode Aiki Akademi'deki genç ve yetişkin grubu öğrencilerimizin eğitim sisteminden biraz bahsetmek istiyoruz. Aikimode'de 12 yaş (min. ilköğretim 7. Sınıf) ve üzeri tüm öğrenciler genç ve yetişkin sınıflarına katılırlar. 12 yaş öğrenciler aşağıda belirtildiği üzere 5 farklı grupta eğitim alabilmektedirler.

- **12+ Başlangıç** (yeni başlayan ve 1 adet sınav geçen ''6.KYU'' öğrenciler)
- **12+ Düzenli** (2 adet sınav geçen ''5.KYU'' ve daha kıdemli öğrenciler)
- **12+ Karma** (tüm seviye öğrenciler için)
- **12+ Hakama** (hakama seviyesine gelmiş 3.KYU ve daha kıdemli öğrenciler)
- **15+ Dan** (siyah kuşağa hazırlanan ''SHODAN HO'' ve tüm siyah kuşak öğrenciler)

Aikimode Aiki Akademi Dan-Kyu Sınav Sistemi

6.Kyu 30 seans (3 Ay)	1.Dan 80 seans (6 Ay)
5.Kyu 30 seans (3 Ay)	
4.Kyu 60 seans (3-6 Ay)	2.Dan 360 seans (30 Ay)
3.Kyu 70 seans (3-6 Ay) -HAKAMA-	
2.Kyu 80 seans (3-6 Ay)	3.Dan 3 sene aralıksız (36 Ay)
1.Kyu 90 seans (6 Ay)	
Shodan-Ho 90 seans (6 Ay)	4.Dan 4 sene aralıksız (48 Ay)

Yeni başlayan 12 yaş üstü tüm öğrenciler ''12+ Başlangıç'' ve ''12+ Karma'' sınıflarına katılmalıdırlar. Öğrenciler yukarıdaki tabloda belirtilen periyotlarda sınava katılıp 6. Kyu 'dan 4.Dan (1. Derece Siyah Kuşak) seviyesine gelebilirler. Öğrenciler aynı zamanda derecelendirme sınavlara katılım için Aikimode Aiki Akademi'de her ay 1 veya 2 adet yapılan ''TEMA Semineri'' konulu vizyon geliştiren antrenmanlara kayıt olup katılabilirler. Kıdemli seviyeye ulaşan öğrencilerin derslerde asistanlık yapmaları istenmektedir. Aşağıdaki tabloda öğrencilerin derecelendirme sınavlarına katılabilmeleri için kaç adet seminere ve kaç saat asistanlığa katılması gerektiği belirtilmiştir.

	TEMA SEMİNERİ	ASİSTANLIK		TEMA SEMİNERİ	ASİSTANLIK
6.KYU-3.KYU	1	5 Saat	SHODAN HO-SHODAN	1	20 Saat
3.KYU-2.KYU	1	20 Saat	SHODAN-NİDAN	3	100 Saat
2.KYU-1.KYU	1	20 Saat	NİDAN-SANDAN	4	120 Saat
1.KYU-SHODAN HO	1	20 Saat	SANDAN-YONDAN	4	150 Saat

Yeni başlayan öğrenciler hızlı sınav imkanlarından yararlanarak hızlı bir şekilde bir üst dereceye (kyu) terfi edebilirler. **20** antrenman(gün) tamamlayan öğrenciler sınav başvurusu yapıp 6.Kyu sınavına girebilirler. 6.Kyu olduktan sonra **30** antrenman(gün) tamamlayan öğrenciler sınav başvurusu yapıp 5.Kyu sınavına girebilirler. 5.Kyu olduktan sonra **40** antrenman(gün) tamamlayan öğrenciler sınav başvurusu yapıp 4.Kyu sınavına girebilirler. Başvurularını eğitim günü tamamlamadan 3 gün önceden yapabilirler. Aynı gün içerisinde katılım yapılan 2 ve üzeri antrenman sayısı 1 gün olarak sayılmaktadır. 6.Kyu, 5.Kyu ve 4.Kyu için oluşturulan hızlı sınav sistemi yetenekli, çok antrenmana katılan, hızlı ilerlemek ve düzenli sınıflara katılmak isteyen öğrenciler için oluşturulmuş özel bir sistemdir. Sınavlar Sensei Oğuzhan Başkurt veya onun görevlendirdiği üst seviye bir eğitmen tarafından yapılır.

Öğrencilerimize bu yolda başarılı olabilmeleri için önerdiğimiz 3 kaide var. Disiplin, sabır ve hedef koyma.

Disiplin. Düzenli olarak eğitime katılabilmek bir disiplin göstergesidir. Haftada 1,2,3 veya 4 kez belkide daha çok. Haftada 1 defa gelseniz dahi disiplininizden taviz vermeyin. Kısa tatilleri saymıyoruz.

Sabırlı olun. Başarılı olan insanlar sabırlı insanlardır. Aikido özel bir savaş sanatları eğitimi (adı üzerinde sanat) sürekli tekrarlar, hatalar yaparak öğreneceksiniz. Bir 6-12 ay sabredin. Sonra inanın bize çok seveceksiniz.

Hedef koyun. Yukarıda size ilerleyebilmeniz için bir yol haritası verdik. İşte hedefinize ilerleyebilmek için tek yapmanız gereken rotanızı çizmek.

8-10 sene içerisinde 3. Dan (3. Derece Siyah Kuşak) derecesine gelememeniz için hiçbir sebep yok. Diyebilirsiniz ki 8-10 sene çok değil mi? Evet siz bir sanatla uğraşsanız da uğraşmasanız da bu 8-10 sene geçecek. Bizim sizin için temennimiz Ruh, Beden ve Zihin uyumunuzu arttıracak ve sizin mutlu olmanıza vesile olacak Aikido sanatını ömrünüz boyunca yapmanız.

Hoşgeldin 3-12

Sizlere Aikimode Aiki Akademi'deki 3-12 Yaş grubu öğrencilerimizin eğitim sisteminden biraz bahsetmek istiyoruz. Öncelikle 3-4 Yaş grubu çocuklar için velileriyle çalışılabilecekleri özel bir ortam oluşturduk. Bu eğitimlere katılan çocuğumuzun bir velisi (anne, baba vb.) de aikido elbiseleri ile birlikte sınıfa dahil olmaktadır. Bu sayede çocuk için verimli, güvenli ve eğlenceli bir eğitim oluşturulmuş olmaktadır. 4-12 Yaş Grubu öğrenciler için oluşturduğumuz sınıflarda ise çocuklara daha yararlı olmak adına eğitimlerde ana eğitmenin dışında her 3 çift (6 kişi) çocuk için 1 asistan bulundurmaktayız.

3-12 yaş öğrenciler aşağıda belirtildiği üzere 3 farklı grupta eğitim alabilmektedirler.

- **3-4 Yaş** (3-4 yaş arası öğrenciler ‘‘Velili katılım’’.)
- **4-7 Yaş** (ilköğretim 1. Sınıf ve minimum 4 yaştaki öğrenciler. Gerekli durumlarda 2 ayrı gruba ayrılır)
 - **4-7 Yaş Başlangıç** (Beyaz, Açık Gri-13.KYU, Koyu Gri-14.KYU)
 - **4-7 Yaş Kıdemli** (Açık Sarı-13.KYU, Koyu Sarı-12.KYU, Açık Yeşil-11.KYU)
- **7-12 Yaş** (ilköğretim 2. Sınıftan 6. Sınıf'a tüm öğrencileri kapsamaktadır. Gerekli durumlarda 3 ayrı gruba ayrılır)
 - **7-12 Yaş Başlangıç** (Beyaz ve Koyu Sarı-12.KYU)
 - **7-12 Yaş Kıdemliye Hazırlık** (Açık Yeşil-11.KYU, Yeşil-10.KYU, Koyu Yeşil-9.KYU)
 - **7-12 Yaş Kıdemli** ('‘8.KYU’’ ve daha kıdemli öğrenciler)

Aikimode Aiki Akademi Dan-Kyu Sınav Sistemi

Çocuklar (3-4)	Çocuklar (4-6)	Çocuklar (6-7)	Çocuklar (8-12)
17.Kyu 12 seans (3 Ay)	15.Kyu 15 seans (3 Ay)	13.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)
16.Kyu 12 seans (3 Ay)	14.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)
15.Kyu 15 seans (3 Ay)	13.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)
14.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)	9.Kyu 15 seans (3 Ay)
13.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)	9.Kyu 15 seans (6 Ay)	8.Kyu 20 seans (3 Ay)
12.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)	8.Kyu 20 seans (6 Ay)	7.Kyu 40 seans (6 Ay)
	9.Kyu 15 seans (6 Ay)	7.Kyu 40 seans (6 Ay)	6.Kyu 40 seans (6 Ay)
	8.Kyu 20 seans (6 Ay)	6.Kyu 40 seans (6 Ay)	5.Kyu 60 seans (9 Ay)
			4.Kyu 60 seans (9 Ay)
			3.Kyu 70 seans (6 Ay)
			2.Kyu 80 seans (6 Ay)

Belirli dönemlerde çocuklar için derecelendirme sınavları yapılmaktadır. Sınav sonrasında başarılı olan çocuklara Aikimode Aiki Akademi'nin başarı Diploması, Kuşak ve Madalyası verilmektedir. Yeni başlayanlar beyaz kuşak ile aikidoya başlarlar.

Velisi ile birlikte eğitime katılan 3-4 Yaş çocuğun ilk sınavından sonra alacağı derece 17.Kyu kuşak ‘‘açık bej’’
4-6 Yaş çocuğun (Çocuk 1. Sınıfa gitmiyor ise) ilk sınavından sonra alacağı derece 15.Kyu kuşak ‘‘açık gri’’
Çocuk 1. Sınıfa gidiyorsa ilk sınavından sonra alacağı derece 13.Kyu kuşak ‘‘açık sarı’’
Çocuk 2. Sınıfa ve daha yüksek bir sınıfa gidiyorsa ilk sınavından sonra alacağı derece 12.Kyu kuşak ‘‘sarı’’

Yukarıda belirtilen tablo 3-12 yaş çocuklar için bir harita niteliğindedir. Veliler bu haritaya bakarak rotayı çizmeli ve çocuklarına örnek olmalıdırlar. 12 yaşından sonra çocuklar yetişkin sınıflarında eğitimlere devam etmektedirler.

Velilere bu sanatta çocuklarının başarılı olabilmeleri için önerdiğimiz 3 kaide var. Disiplin, sabır ve hedef koyma. Kıdemli öğrencilerimizdeki ortak temel özellikler bunlar.

Disiplin. Düzenli olarak eğitime katılabilmek bir disiplin göstergesidir. Haftada 1 veya 2 kez. Disiplininizden taviz vermeyin. Kısa tatilleri saymıyoruz tabi ki.

Sabırlı olun. Başarılı olan insanlar sabırlı insanlardır. Aikido özel bir savaş sanatları eğitimi (adı üzerinde sanat) sürekli tekrarlar yaparak öğrenecekler. Bir 6-12 ay sabredin.

Hedef koyun. Yukarıda size ilerleyebilmeniz için bir yol haritası verdik. İşte hedefinize ilerleyebilmek için tek yapmanız gereken rotanızı çizmek.

Çocuğunuz için **Beklentileriniz** ve **Hedefleriniz**

Çocuğunuzu Aikido'ya başlatıyorsunuz ve belki de bir çok beklentiniz var. Çocuklarınızın zamanla kazanımlarının ne olabileceğinden biraz bahsetmek istiyoruz.

Öncelikle çocukların temel Aikido bilgisine vakıf olmaları ve siyah kuşak bir aikido öğrencisi olabilmeleri için minimum 15 yaşında olmaları gerektiğini belirtmek isterim. Fiziksel gelişimini yüksek bir oranda tamamlayan ve mental olarak daha bilinçli, bilgili olunan bu yaşta Aikido'nun önemini daha iyi kavrayan çocuklar sorumluluk alma seviyesine de gelmekte. Yani öğrendiği sanatı doğru bir amaç doğrultusunda yapabilme felsefesini daha iyi kavramaktalar.

Peki çocuklarımız 4 yaşından itibaren başlayabildikleri bu serüvende zamanla neler kazanacaklar. Öncelikle 4-7 yaş grubundan bahsedelim. Bu yaş genelde oyun çağı olarak bilindiği için çocuklarımızı sıkmadan eğlenceli ve öğretici oyunlarla aikidoyu öğretmeye çalışıyoruz. Esneklik ve dayanıklılığı geliştirecek çalışmalar yaptırıyoruz.

Tüm çocuk sınıflarında ilk 6 ay içerisinde çocuklarda motor hareket düzeyini yükselterek gelecekte yapabilecekleri diğer tüm sporlar için bir altyapı oluşturmaya çalışıyoruz. 6-12 ay içerisinde düşüşlerin, yuvarlanmaların ve taklaların rahat bir şekilde yapıldığı bu seviyede bacaklar ve alt gövde geliştiriliyor.12-18 ay içerisinde Aikido tekniklerinin daha iyi kavrandığı bu seviyede çocuğun diğer arkadaşları ile uyumlu çalışma içerisinde olduğunu gözlemleriz. 24 ay tamamladığında ise disiplini daha iyi kavrayan çocuklar artık çalışma alanında örnek birer öğrenci oluyorlar. Sonuçta hiç kimsenin elinde sihirli bir değnek olmadığından bu süreç sabır gösterilmesi gereken bir süreçtir. 24 ay sonrasında da denge, odaklanma, dayanıklılık, esneklik, sosyallik ve cesaret gibi tüm özelliklerin ileri doğru geliştiğini çocuklarda gözlemleyebiliriz.

Aikido'da belirli periyotlarla öğrenciler derecelendirme sınavlarına davet edilirler. Çocuğunuz tüm sınavlarını başarı ile verdiği takdirde en erken 15 yaşında siyah kuşak yani 1.Dan (1. Derece siyah kuşak) seviyesine ulaşabilecek. Bu seviyede istenildiği takdirde merkezi Japonya'da bulunan Dünya Aikido Merkezi'nden 1.Dan diploması sahibi olabilecektir. Devam edip 18 yaşında 2.Dan seviyesine ulaşabilecektir. Dan diplomaları uluslararası olması dolayısı ile yurt içi ve yurt dışı okullarında geçerliliği vardır.

Maalesef Aikido'nun ferdi bir müsabakası olmadığı için bu sanatta bir yarışma bulunmamaktadır. Öğrenciler bu sanatı başkasını geçmek için değil kendilerini geçmek için yapacaklardır. Yani her zaman yapabildiğinin daha iyisini yapmaya çalışan sürekli kendisini her konuda geliştirmeye çalışan bir nesil yetiştirmeye çalışıyoruz.

Öğrenciler için Eğitim Kuralları

1. Sensei'nin dersi yönlendirmesine saygı duymak zorunluluktur. Eğitim üzerine talimatlarını alınız, onları samimiyetle ve yapabileceğiniz en iyi şekilde yapınız.
2. Aikido tekniğini başkasına zarar vermek ya da egonuzu açığa çıkarmak amacıyla kullanmamak her öğrencinin ahlaki sorumluluğudur. O, bireyin kişilik gelişimi ile daha iyi bir toplum oluşturmak için birer araçtır.
3. Minderde hiçbir ego çatışması olmayacaktır. Aikido sokak kavgası değildir. Saldırgan tepkilerinizi eğitmek ve temizlemek, toplumsal sorumluluğunuzu keşfederek samurái ruhunu içermek için minderdesiniz.
4. Minderde hiçbir yarışma olmayacaktır. Aikido'nun amacı bir düşmanla savaşmanız ve onu yenmeniz değil, kendi içinizdeki saldırgan içgüdülerinizle savaşmanız ve onları yenmenizdir.
5. Aikido'nun gücü kas gücünde değil, esneklikte, zamanlamada, kontrolde ve ağırbaşlılıktadır. Bedeni sınırlarınızın farkında olunuz.
6. Herkes farklı bedeni kabiliyetlere ve farklı eğitim sebeplerine sahiptir. Bunlara saygı duyulmalıdır. Gerçek Aiki, değişen duruma uygun olan tekniğin yerinde ve esnek uygulanmasıdır.
7. Dojo içinde hiçbir güç çatışması olmayacaktır. Dojo mensupluğu bir ailedir ve Aikido'nun sırrı uyumdur.
8. Dojonun eğitim bölgesine girerken ve çıkarken selam veriniz.
9. Dogi temiz ve katlanmış olmalıdır. Silahlar iyi durumda ve kullanılmadıkları zaman olmaları gereken yerde olmalıdırlar.
10. Başkasının kıyafetini yada silahlarını kullanmayınız.
11. Dersten birkaç dakika önce, ısınmış ve resmi oturuş halinde derse hazırlık olarak meditasyon ile günün sorunlarını aklınızdan temizliyor olmalısınız.
12. Derse zamanında gelmek ve açılış töreninde bulunmak önemlidir. Eğer engel olamayacağımız şekilde geç kalmışsanız, Sensei size izin işareti verene kadar minderin yanında resmi oturunuz. Mindere çıkarken sessizce oturarak selam veriniz.
13. Minderde oturma tek doğru yolu seiza'dır (Resmi oturuş). Eğer bir diz yaranız ya da sakatlanmanız varsa bağdaş kurarak oturabilirsiniz, ancak asla bacaklarınızı uzatarak, uzanarak ya da sırtınızı herhangi bir yere dayayarak oturmayınız.
14. Minderi yaralanma ya da rahatsızlanma halleri dışında terk etmeyiniz.
15. Sensei ders içinde bir tekniği gösterirken sessizce ve dikkatle resmi oturunuz. Gösterimden sonra, Sensei'ye ve bir eşe selam vererek derhal çalışmaya başlayınız.
16. Bir tekniğin sonu işareti verildiği zaman derhal durunuz, eşinize selam veriniz ve diğer öğrencilerle sıraya geçiniz.
17. Asla minderde boş durmayınız. Eğitim yapıyor ya da resmi oturuşta sıranın size gelmesini bekliyor olmalısınız.
18. Sensei'ye birşey sormanız gerekiyorsa ona gidiniz ve ayakta selam veriniz. Asla ,Sensei'yi yanımıza çağırmayınız.
19. Kişisel talimat alırken resmi oturunuz ve dikkatle izleyiniz. Sensei bitirince resmi selam veriniz. Yakınızdaki birisi talimat alıyorsa çalışmanızı durdurup izleyebilirsiniz. İzlerken resmi oturunuz ve bitirince resmi selam veriniz.
20. Sizden daha tecrübelilere saygı gösteriniz. Asla teknik üzerine münakaşa etmeyiniz.
21. Sizden daha az tecrübelilere saygı gösteriniz. Fikirlerinizi onlara zorla kabul ettirmeye çalışmayınız.
22. Eğer hareketi anlıyorsanız ve beraber çalıştığınız kişi anlamıyorsa, ona teknikte yardımcı olabilirsiniz. Ancak, bunu yapmak için izin almadıkça , asla hatalarını düzeltmeyiniz ve ona talimat vermeyiniz.
23. Minderde konuşmaları en aza indiriniz. Aikido fiziksel tecrübedir.
24. El ve ayak turnakları kısa olmalıdır. Ayaklar temiz olmalıdır. Ayakkabılar ve terlikler minderde asla giyilmez.
25. Ders sırasında minderde ve dışında yemek yemek , içmek, tütün ürünleri kullanmak vb. faaliyetler yasaktır.
26. Yüzük ve küpeler dahil her türlü takı ders süresince yasaktır.
27. Dogi (antrenman kıyafeti) üzerinizde iken asla alkollü içecek tüketmeyiniz.
28. Dojo'nun temizlenmesine katılmak, kendi aklını ve kalbini temizlemek her öğrencinin sorumluluğudur.
29. Teknik satın alınmaz. Aikido kayıt ödemeleriniz, size sağlanan mekan ve eğitim için bir teşekkür imkanı sağlar.
30. Lütfen uygun davranış kuralları hakkında uyarıldığımızda kötü hissetmeyiniz, çünkü bu uyarılar sizin güvenliğiniz ve öğrenim tecrübeniz için önemlidirler.

Veliler için Kurallar

1. Çocuğunuzun derse zamanında gelmesi ve açılış töreninde bulunması önemlidir. Derslere başlama zamanından 5-10 dakika önce gelmenizi rica ediyoruz. Eğer engel olamayacağımız şekilde geç kalmışsanız sessizce antrenman alanına çocuğunuzu yönlendiriniz.
2. Tüm çocukların kendisine ait terliği olması gerekmektedir. Dojo dışında çıplak ayak dolaşılmalıdır.
3. Dojo içerisinde eğitim çıplak ayak devam etmektedir. Hassas olan çocuklarımız için sadece beyaz çorap kullanılabilir.
4. Annelerin 3-7 yaş arası erkek çocukları ve babaların 3-7 yaş arası kız çocukları için karma soyunma odasını kullanmaları gerekmektedir. (Anne erkek çocuğunu – Baba kız çocuğunu) İzleme alanlarında üst değişiminin yapılmaması önemle hatırlatılır.
5. Veliler dojoda yüksek sesle (telefon, sohbet vb.) konuşmamalı ve hiçbir gerekçe ile tartışmamalıdır.
6. Dojo içerisinde kırıntı oluşturabilecek yiyecekler tüketilmemeli, tütün ve tütün mamülleri kullanılmamalıdır.
7. Veliler antrenmana ve dersi yöneten eğitime hiçbir şekilde müdahale etmemeli ve eğitim alanının içerisinde izin almadan girmemelidir. Danışmak istediğiniz bir konu veya sormak istediğiniz sorular için danışmadan yardım alabilirsiniz.
8. Antrenman alanı dışında tüm veliler kendi çocuklarının sorumluluklarını almalıdır.
9. Derslerdeki kontenjanlar belirli olmasına rağmen bazen 1 çocuk için 3,4 veya daha fazla misafir izleyicinin (akraba, arkadaş, komşu vb.) gelmesinden dolayı izleme alanlarımızda yoğunluk oluşabilmektedir. Bu nedenle 2 kişiden fazla gelme durumuna karşı Aikimode Aiki Akademi'de kayıtlı olduğunuz şubeyi en az 3 saat öncesinden telefon ile arayarak bilgi vermeniz ve onay almanız gerekmektedir.
10. Çevrenizde aikidoya başlamak isteyen kişilerin öncelikle bizimle iletişime geçmesini isteyiniz. Yoğun olmamız dolayısı ile randevu almayan misafirlerinizi değerlendirme dersine veya izlemeye kabul edememekteyiz. Anlayışınız için teşekkür ederiz.
11. Tüm öğrenci ve velilerimizin galoş giymesi, izleme ve soyunma odası alanlarını temiz kullanmaları gerekmektedir. 3-7 yaş grubu öğrencilerimizin molalarında bir velinin yanında kendisine refakat etmesi ve sonrasında ortam temizliğini kontrol etmesi istenmektedir.
12. Bazı velilerimiz çocuklarının antrenman içerisinde fotoğraflarının çekilmesini ve sosyal medyada paylaşılmasını istememektedir. Bu nedenle fotoğraf ve video çekmek isteyen velilerimizin danışmadan izin almaları gerekmektedir.
13. Aikimode'den ayrılırken sizin ve çocuklarınızın hiçbir eşyasını unutmduğunuzdan emin olunuz. Son bir kontrol yapmanızı öneriyoruz.
14. Dojo için yararlı olacağına inandığımız istek ve arzularınızı danışmaya bildirmenizi rica ediyoruz.
15. Bulaşıcı hastalık geçiren çocuklar hem çocuğun kendi sağlığı hem de diğer çocukların sağlığı için derslere getirilmemelidir. Sonrasında velilerimizin kayıtlı olduğu şubeyi arayarak telafi derslerine rezervasyon yaptırması gerekmektedir.

Sosyal Medya Aikimode Aiki Akademi



Aikimode Aiki Akademi'ye hoşgeldiniz. Aikimode Türkiye'nin ve Avrupa'nın en büyük ve kaliteli aikido okullarından biri olmasının yanı sıra öğrencisine en çok fayda üreten aikido okullarından biridir. Yeni katılan öğrencilerimiz bizleri sosyal medya üzerinden takip edebilir, eğitim ve organizasyonlardan haberdar olabilir.

Oğuzhan Ulvi Başkurt Sensei

<https://www.facebook.com/oguzhan.baskurt>

https://twitter.com/samurai_xp

<https://www.instagram.com/airsamurai/>

<https://www.linkedin.com/in/oğuzhan-ulvi-başkurt-b9b19546/>

<https://www.youtube.com/user/aikimode2009>

Aikimode Aiki Akademi

<https://www.facebook.com/aikimode/>

<https://twitter.com/aikimode>

<https://www.instagram.com/aikimode/>

<https://www.youtube.com/user/aikidoturkey>

Aikimode Öğrenci Facebook Grupları

Aikimode Facebook Grup <https://www.facebook.com/groups/6448862084/?fref=ts>

Aikimode E-Eğitim <https://www.facebook.com/groups/269015343270401/?fref=ts>

Aikimode Tema Seminerleri <https://www.facebook.com/groups/1795774907341653/?fref=ts>

Aikido Eğitim Yeri Seçmenin Önemi

Bugün bir savaş sanatını öğrenmek isteyenler için birçok eğitim veren yer gözümüze çarpmakta. Aikido'da da aynı şekilde bir çok eğitim veren yer ve kişi mevcut. Ama yeni başlayanların veya aikido eğitimini devam ettirmek isteyenlerin dikkat etmeleri gereken çok önemli konular ve ayrıntılar var.

Genelde aikido eğitimine yeni başlayacak yetişkinler(18+) için 5 temel dikkat noktası mevcuttur. Bunlar;

- Sensei (Usta - Eğitimci- Öğretmen)
- Ortam (Çalışacağımız kişiler)
- Kurum(Etiket ve Hijyen)
- Mesafe (Ulaşım – Ev veya iş yerine yakınlık)
- Bedel (Eğitim ücreti)

Yeni aikido eğitimine başlayacak bazı öğrenciler bu hususlardan bazılarını daha yolun en başında iken önemsemeyebilirler. Yolun en başından yapılmış olan koca bir hata sizleri hedefinizden uzaklaştıracak ve Budo yolundan saptıracaktır.

Sensei yolun en başında dikkat edilmesi gereken konudur. Şüphesiz sizinle ilgilenip bildiklerini size aktaracak kişidir. İlk önce gerçek bir usta(sensei) bulmalı sonrasında da onun öğrencisi olmaya çalışılmalıdır. Her ne kadar öğrencinin eğitimcisi seçme hakkı var ise eğitimcinde öğrencisini seçmesi en doğal haktır. Aikido eğitimine başlanırken ilk atılması gereken adım “doğru sensei seçimi” olmalıdır.

Doğru Sensei seçmek!!!

İlk dikkat edilmesi gereken, Sensei'nin karakteridir. Aikido da fiziksel tecrübe olmazsa olmazlardandır. Teknik anlamda iyi olmanın yanı sıra bir sensei'nin insani vasıflarının da gelişmiş olması yani güzel ve temiz bir kalp taşıması gerekmektedir.

Budo'ya(Savaş Disiplinlerine) kendini vermiş olması ve 7 temel ilke ışığında hareket edebilmesi bir Sensei'den beklenendir.

“**Adalet**”. Yükümlülük sahibi olmak ve her durumda adil davranabilmektir.

“**Cesaret**”. Yenilgi korkusu olmadan, zorlukların, imkânsızlıkların üstüne gidebilme; korku, acı, tehlike ve belirsizlikle yüzleşebilme yeteneğidir.

“**Merhamet**”. Aynı zamanda iyi yüreklilik, teveccüh ve yüce gönüllülük anlamlarını da içermektedir.

“**Nezakat**”. Kişinin davranışlarıyla, sosyal pozisyonu ne olursa olsun, karşısındakine gösterdiği içten, samimi ilginin bir ifadesidir.

“**Dürüstlük**”. Gerçek dürüstlük, kişinin kendi imkanları ve yapabilirlikleri hakkında dürüst olabilmesidir.

“**Onur**”. Sözü'nün arkasında durabilmektir. Diğerlerinin ne yaptığına aldırmadan, doğru şeyi yapabilmektir.

“**Sadakat**”. Kendi okuluna, aileye mutlak bağlılık ve kurallara itaati gerektirir.

Sensei'nin iyi öğretebilme kabiliyeti olmasının yanı sıra hayata sınımsız bağlı olması dikkat edilecek en önemli etkidir.

SENSEI : Japonca iki kelimenin (SEN ve SEI) bir araya gelmesiyle oluşur.

SEN: Bir evvelki, öncelik, gelecek, gidilmesi gereken yer, yön, birinci sıra

SEİ: Hayat, yaşamak, yaşatmak, kullanmak, doğmak, temiz

Sensei Türkçe karşılığı; Eğitimci, Öğretmen, Usta demektir. Basit bir kelime gibi gözükse de “**budo**” terbiyesini almış birileri için çok büyük anlam ifade etmektedir. Bilgiyi rehber edinmiş, insanlık değerleri üst seviyeye ulaşmış, şahsiyet ve karakter sahibi, kalbe giden yolu açık, egosundan sıyrılmış kişi demektir. Böyle bir şahsiyetin öğrencisi olabilmek çok büyük bir onurdur.

Ortam eğitim yerini seçerken dikkat edeceğimiz ikinci önemli konudur. Dojoda çalışan insanların aikidoya bakış açısı, giyim kuşamı, hal tavırları ve genel görünüm itibari ile kaliteli bireylerden oluşması sizler için önemlidir. Çünkü

zamanla oradaki herkesle fiziksel bir temasta bulunup birlikte çalışma fırsatını yakalayacaksınız. Bu ortamı oluşturmak ve devam ettirmekte sensei ve hakamalı öğrencilerin görevidir.

Kurum çalışmış olduğunuz yerdir. Kurum'un sağlam bir alt yapısının olması(etiket), devlet nezdinde sorumluluklarını (eğitmenlik, sertifika, vergi vb.) yerine getirmesi, devamlılığının olması ve hijyen açısından insan sağlığını tehdit etmeyen yer olması sizlerin seçiminde dikkat etmeniz gerektir. Sadece dojo maksadı ile oluşturulmuş yerlerden eğitim almak ta önemli hususlardandır. Bu sayede beklide her gün dahi eğitim alabilme şansına sahip olabileceksiniz. Aksi takdirde bir kurumdan bahsetmek inandırıcı olmayacaktır.

Mesafe eğitim almış olduğunuz mekâna ev veya iş yerinizin uzaklığıdır. Mekânın kolay ulaşılabilir ve yakın olması genelde tercih sebebidir.

Bedel eğitim karşılığı vermiş olduğunuz maddi veya manevi değerdir. Maddi olarak bir bedel ödendiği için öğrencilere en başından paralarını boşu boşuna harcamamaları gerektiği ve paranın bir **“amaç”** olmadığı yalnızca bir **“araç”** olduğunu hatırlatmak görevdir.

Yukarıda dikkat edilmesi gereken konuları belirttik. Bunlardan **Sensei** ilk başta dikkat edilmesi gereken hayati bir konudur. **Ortam**, **Kurum**, **Mesafe** ve **Bedel** diğerleri kadar hayati önem taşımaya da göz ardı edilmemesi gerekir.

Seçim yaparken önyargılı kararlar vermeyiniz. Fiyatı düşük, işyerime yakın vb... kolaylıklardan kaçınınız. Önceliklerinizi iyi belirleyiniz. Seçiminizi iyi yapmazsanız; BUDO yolunda yürümeye başlamadan durdurmanız sizler için daha hayırlı olacaktır.

Neden Aikido

Sağlığınızın değerini anlamanıza, yaşam kalitenizi arttırmanıza ve geliştirmenize yardımcı olur.

Fiziksel performansınızı geliştirir.

Anaerobik eşiği arttırır, bu da çabuk yorulmayı ve dolayısıyla kanda laktik asit birikiminin erken oluşmasını engeller. Kalp rezervini arttırır. Kalbinizin bir atımda vücuda pompaladığı kan miktarını arttırır.

Akciğer kapasitenizi arttırarak, oksijenin akciğerlerden kana geçebilme kabiliyetini arttırır. Kalbinizin daha verimli pompalama işlevini yapmasını sağlar

Streslerden korunmaya ve kurtulmaya yardımcı olur.

Vücudun üst solunum yolları enfeksiyonuna karşı direncini arttırır.

Şeker hastalığınızın gelişme riskini azaltır. Şeker toleransınızın gelişmesini sağlar. Kan şekerinin kontrol altında tutulması için gerekli insülin miktarının düşürülmesine yardımcı olur.

Bağışıklık sisteminizin iyi şekilde çalışmasını geliştirir.

Depresyonun hafifletilmesine ve atlatılmasına yardımcı olur.

Bel ağrılarının hafiflemesine ve kurtulmanıza yardımcı olur. Bel ağrularından doğan sıkıntıların azalmasını sağlar.

Eklem esnekliğini korur ve gelişmesine yardımcı olur.

Zihinsel farkındalığınızı arttırır.

Kilonuzu korumanıza veya kilo kaybetmenize yardımcı olur.

Yaratıcılık gücünüzün artmasına yardımcı olur.

İş veriminizi arttırır. Bol enerji verir. Günlük hayatınızda acil durumlarda ihtiyacınız olan enerjiyi sağlar ve sonradan ihtiyaç olabilecek daha fazla enerjinizi korumanıza yardımcı olur. Hastalıklara bağlı olarak iş günü kaybınızı azaltır.

Aikido yapmak, sıkıntılarınızın azalmasına, eğlenme ve neşelenmenize, kısaca hayattan zevk almanıza yardımcı olur.

Neden Aikimode ?

Tüm şubelerimizde haftanın her günü eğitim mevcut.

Oğuzhan Başkurt Sensei tarafından yetiştirilen donanımlı eğitmenler ve asistanlar mevcut. Özellikle 3-4, 4-7 ve 7-12 yaş grubu eğitimlerinde her 6 öğrenci için eğitmen harici bir asistan bulunuyor. Buda dersi keyifli, güvenli ve nitelikli hale getiriyor.

Hijyenik ve kaliteli bir ortam mevcuttur. Aikimode şubeleri sadece Aikido ve Budo(Japon Savaş Sanatları) eğitimi almak için tasarlanmış olup çocuklarda ve yetişkinlerde değerlendirme ile öğrenci kabul etmektedir. Özellikle yetişkinlerde katılmak isteyen öğrenciler özel bir ön çalışma sonucu değerlendirmeye alınır ve aikido hakkında bir briefing verilir. Bunun sonucunda çalışmayı arzu eden öğrenci adayları şartlar akabinde eğitime başlayabilirler.

Merkezlerimizde çok dojo (stüdyo) olmasından dolayı 3-4 Yaş, 4-7 Yaş, 7-12 Yaş, 12+ ve 35+ aynı saat diliminde eğitimlere katılabiliyor. Aikidoya ailece katılan ve zamandan tasarruf etmek isteyen aileler için fırsat.

Eğitim alanlara kariyer yapma imkanı sunuyor. Gelecekte aikido eğitmeni olmak isteyenler, yurtdışında okumak isteyenler, kariyerinde spor ve sanatı içinde barındırmak isteyenler için kaliteli bir ortam.

Yetişkinler için sabah 6.00, 6.30, 7.00 da aikido eğitimi alabilme imkanını sunabilen bir merkez. Özellikle iş dünyasında zamanını kaliteli geçirmek isteyenler ve bu sanatı yapacak zaman bulamayanlar için muhteşem bir olanak.

Eğitimler Türkiye’de tek 4 branşta siyah kuşak olan ve en genç 5.Dan Aikido eğitmenlerinden Oğuzhan Başkurt Sensei ve ekibi tarafından veriliyor.

3-12 Yaş arası çocuklarda kaçırdığımız veya gelemeyeceğiniz dersi rezervasyon yapıp telafi edebilme imkanı. Hafta sonu sabah 9’dan akşam 19’a kadar her saat başı hafta içi saat 15.30’dan 20.30’a kadar 1 er saatlik eğitimler.

24 saat kamera kayıt, şifreli dolaplar, hijyenik soyunma odaları mevcut.

Veliler için çocuklarını izleyebilecekleri alanlar ve ücretsiz Wi-Fi (kablolu internet) mevcut.

Üniversite lisans öğrencileri için uygun buldukları taktirde yarı-zamanlı ve gönüllü asistanlık sistemi mevcuttur. Gerçek bir Aikido ve Budo Akademi.

Metrekare olarak Dünya’nın en büyük aikido okullarından.

Aikido dışında iaido, jodo ve kendo sanatlarını da öğrenebilme imkanı sunuyor.

Karma sınıfların dışında Merkezi Japonya’da bulunan Dünya Aikido merkezinde olduğu gibi kadınlar için özel sınıfların olması bir ayrıcalık.

4.Levent’te 1500 metrekare ve Ataşehir’de 700 metrekare alanı ile en Türkiye’nin ve Avrupa’nın en büyük Aikido Merkezi.

Aikimode Kurumlar ve Şirketler için özel eğitimler tasarlamaktadır.

Sürekli gelişim (kaizen) prensiplerini kendine ilke edinmiştir.

Sosyal medyada ve internette en çok tıklanan aikido sayfalarına sahiptir. www.aikimode.com Türkiye’de aikido konusunda en fonksiyonel ve en çok ziyaret edilen internet sitesidir.

Aikimode.com Türkçe, İngilizce, Fransızca, Almanca, İspanyolca ve Rusça olmak üzere 6 Dilde yayın yapmaktadır. ve dahası....

AİKİMÖDE AİKİ AKADEMİ DERECELENDİRME (KYU) SİSTEMİ

Çocuklar (3-4)	Çocuklar (4-6)	Çocuklar (6-7)	Çocuklar (8-12)	Yetişkinler (12+)	Dan Sistemi
17.Kyu 12 seans (3 Ay)	15.Kyu 15 seans (3 Ay)	13.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)	6.Kyu 30 seans (3 Ay)	1.Dan 80 seans (6 Ay)
16.Kyu 12 seans (3 Ay)	14.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)	5.Kyu 30 seans (3 Ay)	2.Dan 360 seans (30 Ay)
15.Kyu 15 seans (3 Ay)	13.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)	4.Kyu 60 seans (3-6 Ay)	3.Dan 3 sene aralıksız (36 Ay)
14.Kyu 15 seans (3 Ay)	12.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)	9.Kyu 15 seans (3 Ay)	3.Kyu 70 seans (3-6 Ay)	4.Dan 4 sene aralıksız (48 Ay)
13.Kyu 15 seans (3 Ay)	11.Kyu 15 seans (3 Ay)	9.Kyu 15 seans (6 Ay)	8.Kyu 20 seans (3 Ay)	2.Kyu 80 seans (3-6 Ay)	
12.Kyu 15 seans (3 Ay)	10.Kyu 15 seans (3 Ay)	8.Kyu 20 seans (6 Ay)	7.Kyu 40 seans (6 Ay)	1.Kyu 90 seans (6 Ay)	
	9.Kyu 15 seans (6 Ay)	7.Kyu 40 seans (6 Ay)	6.Kyu 40 seans (6 Ay)	Shodan-Ho 90 seans (6 Ay)	
	8.Kyu 20 seans (6 Ay)	6.Kyu 40 seans (6 Ay)	5.Kyu 60 seans (9 Ay)		
			4.Kyu 60 seans (9 Ay)		
			3.Kyu 70 seans (6 Ay)		
			2.Kyu 80 seans (6 Ay)		

- 3.KYU dan itibaren tüm öğrenciler Aikimode Aiki Akademi’de **hakama** giyebilirler.
- Hakama giyen öğrenciler kademli sınıflarına katılabilirler.
- Sınavlar 3 aylık periyotlar halinde yapılmaktadır.
- 3-12 yaş grubu çocuklar için;
 - Yeni başlayan öğrenciler için beyaz kuşaktan sonraki ilk sınava eğitmen onayı alındığı takdirde 3 ay tamamlanmadan da katılım yapılabilir.
 - Beyaz kuşaktan 8. Kyu (Açık Mavi kuşak) derecesine kadar minimum 3 ayda bir derece atlayabilirler. Sensei bu sürenin daha uzun olmasını isteyebilir.
 - 8. Kyu (Açık Mavi kuşak) derecesinden 5. Kyu (Mor kuşak) derecesine kadar minimum 6 ayda bir derece atlayabilirler
 - 5. Kyu (Mor kuşak) derecesinden 2. Kyu (Kahverengi kuşak) derecesine kadar minimum 9 ayda bir derece atlayabilirler.
 - Belirtilen süreler **minimum** süreler olmakla birlikte eğitmen hazır olduğunu hissetmediği takdirde öğrenciyi sınavlara davet etmeyebilir.

Kyu-Dan Sınavı Değerlendirme Kriterleri

- Seviyenize uygun olarak teknik anlayışınız
- Saldırıya anında hareketiniz ve tepkiniz
- Saldırının gücüne göre hareketinizi ayarlamanız
- İmtihan boyunca gösterdiğiniz konsantrasyon ve bilinç,
- Hareketin hızı yada hangi güçle yapıldığı değil, akıcılığı ve devamlılığı, Ego değil, güven ve cesaret önemlidir.
- Sizin seviyenizdeki bir başkası için sınavda uke olmaya hazır olunuz. Seviyenize uygun ukeliğiniz için değerlendirileceksiniz.
- Japonca terimleri bilmeniz ve onlara karşılık vermeniz sınavın bir parçasıdır.-Teknik isimleri parça parça öğrenilebilir.
- Gerekli eğitim seanslarını tamamlamış olmak şarttır -Bir gün , bir seans olarak kabul edilir- ve başvurudan önce gerekli bekleme süresinin bitmiş olması gereklidir.
- Öğrenciler seanslarını tamamlamış olsalar bile sensei'nin onayı ile sınava girebilirler.
- Kyu Sınavlarında yapılacak en büyük yanlışlık ve saygısızlık , sizin ilerlemeniz ve basariniz için vücudunu size emanet eden partnerinize sert ve sakatlanmaya yol açabilecek şekilde davranmanızdır. Bu, kesinlikle kabul edilemez.
- Derecelendirmenin amacı kimin kime üstün olduğunun anlaşılması değil, kimin Aikido yetenekleri, bilgisi ve kültürü itibarıyla çevresindeki arkadaşlarına neyi verebileceğinin ve nereye kadar yardımcı olabileceğinin diğerleri tarafından bilinmesidir. Burada ön planda algılanması gereken kıstas hakim olmak değil, vermek ve paylaşmaktır.

Dan Sınavları

1.Dan seviyesinden 4.Dan seviyesine kadar fiziksel olarak sınav yapılmaya devam edilir. 5.Dan seviyesinden 8.Dan seviyesine kadar fiziksel bir sınav yoktur; ancak bireyin 'birey olarak' gelişimi ve Aikido'ya yaptığı katkılar (eğitmenlik, seminer, tanıtım, vb.) göz önüne alınarak değerlendirme yapılır.

Siyah Kemer taşıyanlara Yudansha sıfatı verilir. Aikido'da Siyah Kemer'e geçiş sadece teknik becerinin sonucu değildir . Kişinin çevresine olan ilgisi bir birey olarak gelişimi (tavır, etik, vb.) bu süreç içinde önemli rol oynar. Diğer bir deyişle dan seviyeleri teknik planda mükemmelleşmenin yanı sıra, Aikido'nun içselleşme sürecinin aşamalarıdır. Bu nedenle dan kıstaslarını kesin ve açık bir şekilde ortaya koymak mümkün değildir ve ancak genel bir yaklaşım oluşturulabilir.

Kyu Sınavları

Aikido'ya yeni başlayanlar Siyah Kemer'e geçmeden önce bir dizi ara sınavdan geçerler. Diğer bir deyimle 'kyu' aşamaları öğrenciyi asıl başlangıç noktası olan Siyah Kemer, 1.Dan seviyesine taşıyan aşamalardır.

Aikimode Aiki Akademi'ye Katılım Koşulları

Aikimode Aiki Akademi'de aikido eğitimi almak isteyenler için öncelikle bir ön değerlendirme çalışması yapılmaktadır. Ön değerlendirme çalışması var olan bir dersin içerisinde öğrencinin aikido'ya uygunluğunu test etmek amacı ile yapılır. Bu arada ön değerlendirmeye katılan kişilerde ortam şartlarını, eğitim düzeyini, diğer eğitim alanları gözlemlemiştir. Aikimode Aiki Akademi değerlendirme kriterleri aşağıda belirtilmiştir.

3-12 Yaş Grubu

1. Sağlık
 - Eğitim almak isteyen çocuğun Aikido sporunu yapmasına engel teşkil edebilecek herhangi bir sağlık sorunu olmamalıdır. Velinin çocuğunun sağlık durumu beyanı esas kabul edilerek, değerlendirme dersinde çocuğun aikido sporunu yapabileceğine dair gözle görülebilir herhangi bir sağlık probleminin olup olmadığı Aikimode Aiki Akademi eğitmenleri tarafından gözlemlenir. Bu değerlendirme aslında hem sizin çocuğunuzu korumak ve sağlıklı bir ortamda aikido eğitimini alabilmesini sağlamak için önemlidir, hem de mevcut eğitim alan çocukların sağlıklı bir ortamda aikido eğitimine devam edebilmesi için şarttır.
2. İstek
 - Aikido eğitiminde eğitimi alacak çocuk ve velisi ön fiziksel değerlendirme tamamlandıktan sonra eğitim almayı kendi öz iradesi ile istediği takdirde Aikimode Aiki Akademi değerlendirmesini geçip eğitime başlayabilecektir. Bizim için istekli çocuk yetenekli çocuktan daha değerlidir. Çocuğumuzun yetenekli olması onun için ilk başlangıçta bir avantaj olsa da özümseyen ve istekli öğrencilerin zamanla daha ileriye gittiğini gözlemlemekteyiz.

12-60 Yaş Grubu

1. Sağlık
 - Eğitim almak isteyen kişinin Aikido sporunu yapmasına engel teşkil edebilecek herhangi bir sağlık sorunu olmamalıdır. Aikimode Aiki Akademi eğitmenleri tarafından uygulanan motor hareket ve efor testleri ile eğitim almak isteyen kişi ön değerlendirme çalışmasında gözlemlenir. Bu değerlendirme aslında hem sizi korumak ve sağlıklı bir ortamda aikido eğitimini alabilmenizi sağlamak için önemlidir, hem de mevcut eğitim alanların sağlıklı bir ortamda aikido eğitimine devam edebilmesi için şarttır.
2. İstek
 - Kaç yaşınızda olursanız olun istediğiniz takdirde bir çok şeyi başarabilirsiniz. Bizde bu sebepten sizin Aikido'yu ne derece isteyip istemediğinizi ön değerlendirme çalışmasında anlamak istiyoruz. Size fayda üretebilmemiz için bize izin vermenizi bekliyoruz.
3. Mental (Zihinsel)
 - Aikido aslına bakarsanız tam olarak ne bir spor ne bir sanattır. Aikido başlı başına bir Kültür'dür. Eğer sanata, spora, kültüre yani kısacası kendinize değer veren bir insansanız kaç yaşında olursanız olun Aikido öğrenmeniz için biz size seve seve yardım ederiz.

