

AIKIDO

Grup țintă: elevi din clasele
pregătitoare - IV

Cost/ședință/elev:
70 lei

Maxim 15
elevi/grupă

O ședință pe săptămână
miercuri între 16-17

Trainer: Vasile Pădurice

Colaborator îndelungat al școlii și grădiniței noastre, care a introdus multe generații de preșcolari și elevi în tainele Aikido-ului, sensei Vasile Pădurice practică arte marțiale de peste 30 de ani. Deține centura neagră 2dan în Aikido și centura neagră un dan Ju Jitsu. Stiluri practicate: Shotokan, Kyokushin, Judo, Taekwondo.

Despre curs

Aikido se adresează oricui, principiile sale fiind accesibile, putându-se aborda sub mai multe aspecte ca: artă marțială, filozofie, mod de viață, disciplină, sport sau toate în același timp, în această situație având efect sinergic asupra practicantului.

Aikido asigură o mai bună integrare a elevului în viața de grup, adaptarea la cerințele din ce în ce mai solicitante ale vieții cotidiene, o mai bună atenție și concentrare la problemele cu care se confruntă, precum și eliminarea factorilor de stres.



Aikido, datorită principiilor sale filozofice, asigură o relație optimă elev-profesor și elev-elev, bazată pe comunicare și respect reciproc. Aikido practicat cu perseverență și sinceritate, respectând îndrumările profesorului, asigură o dezvoltare armonioasă între psihic și corp. Aikido dezvoltă practicantului respectul față de sine și de cei din jurul sau precum și față de celelalte valori umane. Aikido este cunoscut ca fiind „calea păcii și a armoniei”.

La fiecare final de an școlar, cursanții desfășoară în fața părinților și a colegilor o lecție demonstrativă, care se încheie cu o ceremonie de atestare a gradăției și decernarea centurii kyu de nivel corespunzător.