

CURSOS+ TALLERES

SEGUNDO SEMESTRE

# AIKIDO

Se sugiere desde los 13 años
Valor mensual: $ 34.000
Tarjeta Vecino Las Condes: $ 30.000
Inicio: 9 de agosto
4 sesiones
Sábado, 11:30 a 12:45 horas

**PROFESOR: JORGE ROJO**

7º Dan del AIKIKAI de Tokio, recibió Premio Shihan, Maestro Modelo 2013.

**INSTRUCTORES:**

Álvaro Martínez, 3º Dan Aikikai de Tokio.
Kerlix Colina, 2ª Dan del Aikikai de Tokio.

**DESCRIPCIÓN**

Aunque en apariencia se le considera como un arte de defensa personal, el Aikido puede ser la paz interior. Se trata de un conjunto de técnicas con connotaciones filosóficas, una práctica del cuerpo y del espíritu basada en las antiguas Artes Marciales japonesas.

El Aikido busca que la mente domine al cuerpo; enseña que derrotar a alguien tiene un valor relativo. El Aikido considera que la lucha es algo salvaje, infrahumano y sus técnicas son defensivas antes que ofensivas. Existen técnicas marciales, pero con un sentido claro de no aplicarlas para medir la astucia o la fuerza, ya que son técnicas elaboradas como un instrumento de precisión.

Con respecto a otras artes tradicionales puramente físicas, el Aikido marca una gran evolución, al buscar disuadir al adversario y neutralizar su intención agresiva en lugar de abatirlo. Este principio de "no violencia", base mental del Aikido, consiste en hacer el "vacío" en sí mismo para comprender y aproximarse a todo lo que nos rodea, cualquiera que sean las manifestaciones: calma o violencia, pacíficas o destructivas, de manera de ponerse en perfecta armonía con este "Universo".

AI: UNIÓN KI: ENERGÍA DO: CAMINO

Vía de la coordinación mental o física de la energía, el Aikido representa una excelente disciplina cuya práctica regular conduce al equilibrio del cuerpo y del espíritu.

## ASPECTO EDUCATIVO

El Aikido es una perfecta escuela de enseñanza, de experimentación y de desarrollo de los valores morales y físicos del individuo. Representa un método de educación integral:

a) Físico: la práctica de esta disciplina mejora la salud.
b) Técnico: la ejecución de los movimientos impone el estudio del desequilibrio, el conocimiento y la utilización de la energía, el desarrollo de los reflejos.
c) Moral: la coordinación física y mental que condiciona la realización de cada técnica provoca, al mismo tiempo que la transformación física externa del cuerpo, una metamorfosis interna de orden moral.

Con respecto al BUSHIDO: código de honor y moral tradicional de las Artes Marciales Japonesas, y al espíritu particular de "no violencia" que caracteriza al Aikido, prácticamente adquiere los valores morales más elevados tales como cortesía, modestia, bondad, lealtad, fidelidad, honor, coraje, perfecto dominio de sí mismo, vía de la armonía y de la paz, el Aikido enseña el amor hacia el prójimo.

## A QUIÉN SE DIRIGE

Una de las grandes superioridades de este arte es que cada persona puede practicarlo a su conveniencia en función de su edad, de su sexo y de sus medios físicos. El Aikido se dirige tanto a los adultos, hombres y mujeres, como a los niños y personas de edad avanzada. Su única condición es estudiar todos los principios fundamentales y aplicarse a ellos con sinceridad.

Nota:

- Los interesados deberán completar una ficha en el momento de inscribirse.
- La ficha será evaluada por una comisión integrada por el equipo directivo, el profesor y, en el caso de ser necesario, por un consultor externo, reservándose la Dirección el derecho de cancelar la matrícula y/o permanencia en el curso en caso de que el profesor lo estime conveniente.