

Aikido infantil

Contributed by Administrator
Sunday, 07 September 2014
Last Updated Sunday, 07 September 2014

Las clases de Aikido para los niños están orientadas a desarrollar sus potencialidades físicas, mentales y sociales. Siempre en un ambiente de seguridad y muy lúdico.

Mediante las técnicas de Aikido, caídas, ejercicios varios y juegos, el niño desarrollará su equilibrio, fuerza, flexibilidad, coordinación, lateralidad, control de emociones, seguridad, autoestima y respeto por sus compañeros.

Al ser un Arte Marcial, también aprenderá normas de comportamiento y respeto de las reglas establecidas dentro de clase.

El Aikido es un arte defensivo no competitivo y por tanto el niño aprende a protegerse sin ser agresivo y a crecer a partir de sus esfuerzos personales. Al estar desprovisto de golpes de puño y patadas, no se le entregan elementos que puedan ser peligrosos o mal utilizados. Las técnicas de proyección e inmovilización serán las herramientas fundamentales para la progresiva comprensión de cómo manejar y dirigir las fuerzas para armonizar con el entorno, que es el fin último del Aikido.