

## **AIKIDO ADULTO, con Jorge Rojo**

**Fecha de inicio**

**Primer semestre: 26 de marzo**

**Segundo semestre: 6 de agosto**

**Sábado, 11:30 a 12:45 horas**

**\$ 26.000 mensual**

**\$ 21.000 Tarjeta Vecino Las Condes**

**Valor especial marzo: \$ 22.500**

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. 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, cualesquiera 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 que el profesor lo estime conveniente.
- El cupo mínimo para el desarrollo del curso son diez personas.
- No se hacen devoluciones a menos que no se cumpla el quórum necesario para el curso.
- Los residentes de Las Condes deben presentar la Tarjeta Vecino del año para el descuento correspondiente.
- Para inscribirse y participar en el taller, es obligatorio tener su Pase de Movilidad habilitado (impreso o digital).

**JORGE ROJO.** 7º Dan del AIKIKAI de Tokio y recibió Premio Shihan, Maestro Modelo 2013.

**Instructores:** Álvaro Martínez (3º Dan Aikikai de Tokio) y Kerlix Colina (2ª Dan Aikikai de Tokio)