

Nuestro querido Mikel nos envía crónica de lo ocurrido durante dos eventos celebrados los pasados días 9 y 23 de febrero en Lleida.

PRÁCTICA DE AIKIDO COLABORANDO CON LA CURSA DE LA DONANAYOX LLEIDA (FEBRERO 2020)

Mikel Fernández

Los pasados días 9 y 23 de febrero de 2020 y dentro de la colaboración del @ClubAikido Lleida con la "Cursa de la Dona" se están llevando a cabo unas prácticas del Arte del Aikido que fue impartido por el Sensei Mikel Fernández y Uke Carme Vera, Nela Albir y David Aguayo en el Sport Center Royal Lleida para el colectivo femenino y darles a conocer la gama de beneficios que les puede aportar esta práctica.



Se hizo referencia a que puede también servir como defensa personal, además de otros beneficios como: Autocontrol, Concentración, Confianza, Coordinación, Disciplina, Honestidad, Armonía, Respeto, No Competición, etc. También se abordó el tema de agresiones y como salir

de la confrontación y situaciones de riesgo.

A los 30 asistentes que participaron en la práctica se les entregó un ejemplar de la revista Aikizasshi y un folleto explicativo sobre: ¿Que es el Aikido?. Todo fue fenomenal con mucho interés y muy buena armonía, Lo repetiremos próximamente para que más féminas puedan conocerlo y disfrutar del Arte del Aikido creado por Morihei Ueshiba.

Agradecimiento a la dirección del Sport Center Royal Lleida, Michael Fernández por su colaboración en presentar el Arte del Aikido.

Agradecimiento a la organización de la Cursa de la Dona Lleida Ester y Estefi y a todas las participantes por el buen ambiente que reinó en todo momento.

