

Mikel nos relata las experiencias durante la presentación del aikido a los técnicos del Sport Center Royal de Lleida.

MASTERCLASS DE AIKIDO PARA LOS TÉCNICOS DEL SPORT CENTER ROYAL LLEIDA (FEBRERO 2020)

Mikel Fernández

El día 7 de febrero de 2020 se impartió una Masterclass para el cuerpo técnico/cas del Sport Center ROYAL Lleida de Aikido, impartida por el Sensei Mikel Fernández y como Ukes: Carme Vera y David Aguayo. El objetivo era transmitir el trabajo que se realiza en el Aikido así como sus beneficios tanto para los Kids como para los adultos, resaltando el principio de la no confrontación y de la unión entre las personas, así como el Autocontrol, la Concentración, la Confianza, la Coordinación, la Disciplina, la Honestidad, el Respeto, etc. Se insistió también en la importancia de la Práctica Respiratoria.



Hemos de agradecer a la dirección del Centro y en especial a Michael Fernández por su colaboración en este acto. También agradecimiento a todas/os por su participación. En todo momento se pudo respirar un gran interés y concentración.

Al Aikido Se le denomina: «el Arte de la Paz»