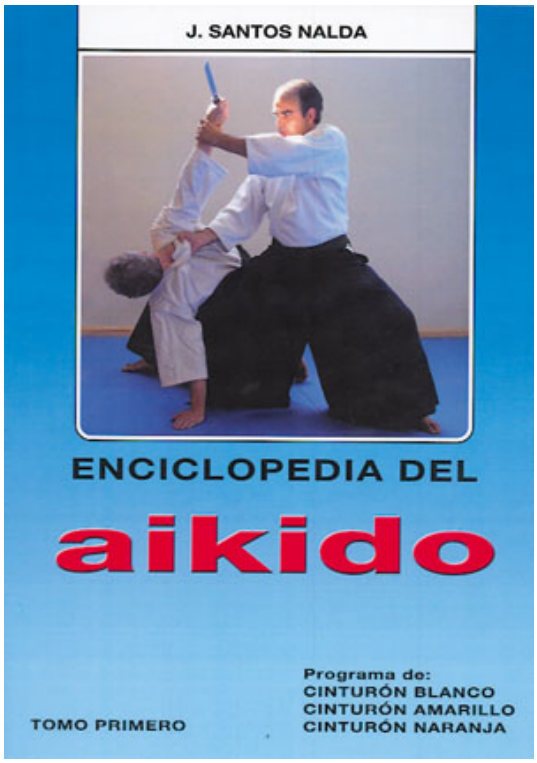

Enciclopedia del aikido. Tomo 1º

Programa de: cinturón blanco, amarillo y naranja

Nalda Albiac, José Santos

Editorial: Alas
ISBN: 9788420303703
Páginas: 208
Dimensiones: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 16,00 €
Coleccion: Aikido - Budo

SINOPSIS

El Aikido es un arte marcial que posee suficientes valores como para constituirse en una Vía de superación continua.

Su aprendizaje solicita y alcanza todos los ámbitos de la persona, mejorando la condición física, el uso racional y eficiente de los recursos propios y las destrezas motoras, la aplicación de las mejores actitudes mentales y anímicas, el respeto de los valores humanos, la adhesión a la no violencia en una inteligente estrategia de autoprotección, la adaptación a todas las circunstancias, el descubrimiento del gusto por el esfuerzo, y la acción bien hecha, la búsqueda y armonía con la tendencia natural hacia lo Trascendente, etc. y todo ello aprendido en clases amenas eminentemente prácticas, en las que cada parcela de este enfoque holístico encuentra su momento y lugar, dando vida a un método eminentemente útil para las necesidades y expectativas de las personas del siglo XXI.

Este es el primer tomo de una Enciclopedia del Aikido compuesta de seis volúmenes en los que de manera muy didáctica se ofrece al lector todos los conocimientos necesarios para alcanzar los más altos niveles de competencia y satisfacción por haber elegido el Arte de vivir a través del Aikido.

Mediante sugestivos dibujos, puesto que una imagen vale ...