



Aikido: El arte marcial de la paz

Descripción

El aikido o aikidō [en japonés, 合気道、合氣道/ "vía de la unificación de la energía vital", "camino de la unión de la energía" o también "camino de la armonía de la energía vital"], es un *gendai budō* o arte marcial tradicional moderno del Japón. Fue desarrollado inicialmente por el maestro Morihei Ueshiba (1883-1969), aproximadamente entre los años de 1930 y 1960, derivado de diversas artes marciales tradicionales, con movimientos que son flexibles, racionales y altamente efectivos. El principio fundamental del Aikido es evadir, redirigir o neutralizar un ataque usando la fuerza de los oponentes contra ellos mismos. La práctica de Aikido busca coordinar y desarrollar la mente, el cuerpo y el espíritu.

Objetivos

- Desarrollar durante el segundo semestre 2023, una práctica regular de Aikido.
- Integrar a la comunidad universitaria a la práctica de esta disciplina marcial.
- Integrar los conceptos y principios básicos del aikido, a los estudiantes de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile.
- Interiorizar las dinámicas, técnicas y movimientos del aikido durante las clases.
- Integrar el aprendizaje de la raíz asiática de la cultura.
- Cumplir con el programa de grados Kyu y Dan que nos entrega la AIATJ (Association Internationale d'Aïkido Traditionnel du Japon)
- Entregar a los alumnos y profesores de la universidad, una alternativa a la práctica de las artes marciales duras o de contacto.

Destinado a: Estudiantes pertenecientes a la Facultad de Artes de la Universidad de Chile y/o comunidad universitaria en general.

Requerimientos: Ropa deportiva (azul o negra)

Cupos: 15 personas max.

Links

-<https://www.youtube.com/watch?v=7rRJeATB5r4&t=79s>

-<https://www.youtube.com/watch?v=0afWMLpO5oE&t=279s>