

Josep Cónsul nos envía una crónica del entrenamiento de Navidad 2013 en Mequinenza.

AIKIDO & FAMILIA. ENTRENAMIENTO DE NAVIDAD 2013.

El Domingo 22 de Diciembre de 2013 tuvo lugar el entrenamiento de Aikido familiar de Navidad en el Pabellón Municipal de la localidad de Mequinenza (a 10 km de Fraga). La dirección técnica corrió a cargo de nuestro Sensei Josep Consul cinto negro 4º Dan de Aikido por la A.E.A.T.

Hubo una participación excelente con mas de un centenar de Aikidokas y un publico entregado apoyando el evento con sus aplausos que daba un ambiente familiar y navideño. Se dio inicio sobre las 11.20 horas con la formación de todos los alumnos con ese respeto y disciplina que ya es habitual en el Arte del Aikido. Seguimos con un calentamiento muscular pasando después a realizar técnicas individuales y por parejas donde vimos como padres he hijos entrenaban juntos compartiendo técnicas con esa armonía y plasticidad que tiene el Aikido. Pudimos admirar también niños de cinco años realizando ejercicios con adultos de mas de cincuenta años, diciendo mucho de este Arte Marcial que va mas lejos de las técnicas enfocando mas el respeto, compartir y valores humanos. Durante el evento salieron todos los pequeños Aikidokas en grupos demostrando a todos esa disciplina con un buen trabajo de armonía y a continuación los mayores y cintos negros realizaron un trabajo muy técnico encadenando técnicas y respiración con una gran belleza y control.

