

Rytų kovos menų ir sporto būrelis

Pagarba →



Disciplina

Savikontrolė

Pirmiausia vaikai mokomi pagarbos. Pagarba prasideda nuo nusilenkimo



Treniruotēse daug dēmesio skiriame susikaupimui, savikontrolei ir disciplinai.



Kiekvienam vaikui stengiamės padėti pasitikėti savimi, bei sustiprėti fiziškai.



Mokome siekti tikslų atkakliai. Tai padeda kovos menų technika.



Kuomet vaikai sustiprėja fiziškai, techniškai ir morališkai, mes dalyvaujame varžybose.

Varžybos padeda atrast savyje silpnų bei stiprių savo savybių.



2013-04-21

Prie viso to, daug dėmesio skiriame rytų filosofijai, etiketui. Kiekvieno užsiėmimo metu mes kartojame pagrindines kovos menų salės taisykles:

- Būk kuklus ir mandagus
- Treniruokis atsižvelgdamas į savo fizinį pajėgumą
 - Treniruokis rimtai ir su išradingu
 - Būk ramus viduje ir greitas veiksmuose
 - Rūpinkis savo sveikata
 - Gyvenk paprastai
- Nebūk nei per daug išdidus, nei per daug kuklus
 - Atkakliai tėsk treniruotes

Rytų kovos menų būrelio vadovas

Artūras Vanagas

Mob.tel.: 8 698 39123

El.paštas: arturas@dojo.lt

