



## **Happy Aikido : inspiration & motivation**

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Happy Aikido : inspiration & motivation

*Pia Moberg, Åsa Bergström*


## **Happy Aikido : inspiration & motivation** Pia Moberg, Åsa Bergström

Denna bok är resultatet från ett projekt som undersökte vad som inspirerade och motiverade barn och ungdomar att träna aikido. Vår förhoppning är att boken ska fungera som en inspirationskälla för aikidoklubbar som har barn- och ungdomsträning. Vi kallar vårt koncept Happy Aikido!

This book is the result of a project of which the purpose was to find what inspired and motivated children and youngsters to train in Aikido. Hopefully, it will serve as a source of inspiration for aikido dojos that offer training for young people. We call our concept Happy Aikido!

Riai Aikido Dojo och Aikido Dojo Liljeholmen beviljades under våren 2013 medel för att utforska och systematisera vad som motiverar och inspirerar barn och ungdomar (5-19 år) att träna aikido. Vi kallade projektet "Tävlingsfria motivations- faktorer för barn & ungdomar: aikido som kreativ förebild". Boken och medföljande DVD är resultatet av projektet. Boken är praktiskt tillämpbar för alla som tränare aikido och annan budo. Den är också ett viktigt inslag i debatten om vikten av ett tävlingsfritt idrottsalternativ för barn och ungdomar.

Det har varit mycket skrivelser i media där idrottens elitsatsningar många gånger stänger ute barn så lågt ner i åldrarna som 8-9 år. Man ska tävla, prestera, vinna DM och SM. Och är man inte tillräckligt bra slås man ut. Om alla barn har samma rättigheter till rörelseglädje för träningens egen skull skapar många idrottsföreningar motsatt resultat genom sin medaljhets. Aikido är en av de kampkonster inom Svenska budoförbundet som bedriver en verksamhet utan tävlingar, som bygger individen på ett konstruktivt och jämlikt sätt. Tjejer och killar tränar tillsammans, föräldrar tränar med sina barn, vuxna tränar med ungdomar. Ingen är utanför eller sitter "på bänken". Om man kan få fler barn och ungdomar att börja träna och känna inspiration och motivation utan att de måste prestera på tävlingar skulle vi få ett sundare samhälle. Den stora frågan är hur lyckas man stimulera barnen utan att ha tävlingsmomentet som en motor? Pia Moberg är huvudinstruktör på Riai Aikido Dojo i Göteborg tillsammans med Jan Bratt. Pia Moberg is the main instructor at Riai Aikido Dojo in Gothenburg together with Jan Bratt. Åsa Bergström är huvudinstruktör på Aikido Dojo Liljeholmen i Stockholm. Åsa Bergström is the main instructor at Aikido Dojo Liljeholmen in Stockholm.

 [Descargar Happy Aikido : inspiration & motivation ...pdf](#)

 [Leer en línea Happy Aikido : inspiration & motivation ...pdf](#)

**Descargar y leer en línea Happy Aikido : inspiration & motivation Pia Moberg, Åsa Bergström**

---

132 pages

Download and Read Online Happy Aikido : inspiration & motivation Pia Moberg, Åsa Bergström  
#LNFZ4H53CEA

Leer Happy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström para ebook en líneaHappy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Happy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström para leer en línea. Online Happy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström ebook PDF descargarHappy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström DocHappy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström MobipocketHappy Aikido : inspiration & motivation by Pia Moberg, Åsa Bergström EPub  
**LNfZ4H53CEALNfZ4H53CEALNfZ4H53CEA**