

Siate sinceri: quando non riuscite più a seguire le faccende domestiche, siete tentati di **parche**
ggiare i

figli davanti ai videogiochi, al computer o alla TV tirando un sospiro di sollievo. Finalmente arriva l'ora di cena, possiamo controllare l'email o stendere il bucato. Ma quando tuo figlio di 5 anni ti grida addosso "

comandiamo noi, mamma

" o tuo figlio di 10 anni ti terrorizza con un linguaggio tale da far

arrossire

il più navigato dei marinai, ti accorgi che ci dev'essere qualcosa di

sbagliato

in quei programmi televisivi

per famiglie

che istruiscono i tuoi figli.

Tristemente, succede la stessa cosa in tutti i media, dagli sport ai cartoni animati, così i nostri ragazzi imparano cose che noi come genitori non avremmo certo insegnato loro, non così **prest**
o al

meno e non in questo

modo

. Vecchi valori come il

rispetto

e la

disciplina

sembrano essersi persi, sostituiti dalla luccicante ed effimera cultura moderna. Per tutto questo esiste soluzione: l'addestramento alle Arti Marziali.

Da Dragonball a Karate Kid

Tu e i tuoi figli avrete certamente visto i *calci volanti*, scontri incredibili, mosse *letali* eseguite dai personaggi dei film e dei cartoni animati: tutto pur di rendere innocui quei cattivoni! Vi sarete certamente chiesti in che modo questa

violenza

potrebbe insegnare qualcosa di

positivo

ai tuoi ragazzi.

Per prima cosa, sappi che ciò che hai visto in televisione (a parte forse Karate Kid, l'Ultimo Samurai e pochi altri) è **lontano** anni luce da ciò che realmente sono le Arti Marziali. Il punto è

che l'allenamento alle Arti Marziali è fondato sulla

non-violenz

a
Nate in Asia (Cina, Giappone, Corea, Tailandia e Vietnam), le Arti Marziali racchiudono una grande varietà di tipi e stili, tutti basati su insegnamenti morali universalmente accettati. La bellezza dell'apprendere un'Arte Marziale consiste nel fatto che essa non si compone solo dell'aspetto fisico (tecniche), ma soprattutto dell'aspetto mentale ed emotivo.

Rispetto agli altri sport praticati dai ragazzi, in cui la spietata **competitività** e la vittoria *a qualunque costo*

sembrano essere all'ordine del giorno, non sorprende che molti giovani abbiano problemi di autostima e siano così aggressivi. Immagina per un momento tuo figlio imparare

preziose

lezioni di vita, acquisire abilità che lo aiuteranno per sempre e gettando le fondamenta per una vita

felice

, equilibrata e

completa

.

Vantaggi

- Le Arti Marziali renderanno tuo figlio più **sicuro** di sè, miglioreranno la sua autostima e autodisciplina, il **rispetto**, la **concentrazi** e gli **one** insegneranno la **cortesia** verso il prossimo;

- Le Arti Marziali insegneranno a tuo figlio a **prendersi cura** degli altri, gli insegneranno a **p rendere decisioni**, la **responsabilità** verso sè stesso e verso gli altri: imparerà ad essere un **leader**

.

- Le Arti Marziali sono ideali per quei ragazzi che non sono portati per gli sport di squadra, ma che riescono a dare il meglio di sè in queste attività, caratterizzate da esercizi **fisici e mentali**

.

- Molti non se ne rendono conto, ma è accertato che l'allenamento delle Arti Marziali è molto **più sicuro** dell'allenamento negli altri sport, come il calcio o il basket, ad esempio.

- Le Arti Marziali sono particolarmente indicate per bambini con **particolari disturbi** (iperattività, deficit dell'attenzione, epilessia, dislessia).

I nostri insegnanti sono **specializzati** nei corsi per bambini e ragazzi e adottano una metodologia di allenamento orientata al **gioco**, ma senza perdere di vista i punti **fondamentali** delle Arti Marziali. Non ci credi? Metti alla prova te stesso, **fai anche tu una lezione di prova!**