

CLAUSURA DEL CURSO 2022/2023 DE KARATE DE LA UNIVERSIDAD POPULAR DE EL BONILLO



El pasado miércoles 21 de junio se realizó, en el Aula Magna de la Casa de Cultura, el Acto de Clausura del curso de karate 2022/2023 de la Universidad Popular de El Bonillo, curso impartido por la Escuela de Karate Dojo Ryukan y que ha perseguido diferentes objetivos a lo largo de su desarrollo para sus jóvenes alumn@s, siendo uno de los principales su progreso formativo y evolución a través de los valores del deporte, con especial incidencia en el respeto a los demás.

Y, además de su utilidad como método de defensa personal, el kárate es uno de los deportes más completos física y mentalmente para los niños y las niñas: se divierten mientras aprenden disciplina, tolerancia y respeto y fomentan su desarrollo óseo y muscular, mejora la coordinación psicomotriz, Desarrolla las destrezas, los reflejos y las reacciones, enseña educación, disciplina y respeto, favorece el aumento de la concentración, ayuda al niño a conocerse más y controlarse a sí mismo, enseña valores fundamentales como la tolerancia y la responsabilidad, genera la confianza de los niños en sí mismos, y desarrolla la fuerza, el equilibrio, la velocidad y la flexibilidad

