



## OFICINA DE COMUNICACIONES Y PRENSA

### BOLETÍN DE PRENSA N° 393

#### **Un arte marcial que disciplina a los jóvenes gironeses**

La escuela de karate de la Alcaldía local está a la altura de los deportes más populares que se enseñan en el municipio. En el salón comunal del barrio Río de Oro se desarrolla la práctica de origen japonés.

Cada lunes, miércoles y viernes de 7:30 a.m. a 9:30 a.m. y de 4:00 p.m. a 6:00 p.m. cerca de 25 jóvenes participan en la actividad que los orienta a preparar una defensa personal responsable. Aprenden a controlar su energía y sus emociones.

Juan David Gómez Mosquera es uno de los alumnos aventajados de la academia. Él siente que es una oportunidad que no puede desaprovechar: “Estar aquí me ha enseñado a tener disciplina, es mejor que estar en la casa sin hacer nada. Además, me gusta combatir, pero nunca con la intención de lastimar a alguien”.

Y aunque este deporte, que nació en tierras asiáticas por allá en el siglo 16, y que traducido al español significa “el camino de la mano vacía”, tiene el estigma de ser practicado generalmente por hombres, hay mujeres como Shirley Uribe que están felices con un arte marcial que las llena de seguridad y no les quita su esencia.

“Algunos padres piensan que las chicas se vuelven bruscas por hacer karate, pero eso es mentira. A mí me da confianza y sigo siendo la misma de siempre. Aparte, aprendo a trabajar en equipo”, puntualizó Uribe Prada.

Son diferentes las rutinas que elige semanalmente la docente Yulieth Rueda Rodríguez para incentivar a los integrantes de su escuela de formación. Entre esos ejercicios se destacan las posiciones defensivas y ofensivas, los rituales previos a cada enfrentamiento o los golpes al saco de boxeo.

“Lo que diferencia al karate del resto es que inculca el respeto, la confianza. Sumado a eso, es clave para mejorar la motricidad”, destacó la licenciada Rueda.

Siempre es importante resaltar que unirse a este proyecto no tiene ningún costo, solo deben acercarse hasta el salón comunal de Río de Oro e inscribirse.

***Abril 07 de 2017***