

## Autorização do Encarregado de Educação

Eu abaixo assinado(a) \_\_\_\_\_,  
portador(a) do Bilhete de Identidade nº \_\_\_\_\_, emitido pelo Arquivo de  
Identificação de \_\_\_\_\_, em \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, declaro que  
autorizo o(a) meu(minha) educando(a):

N.º B.I.	Nome	Data Nascimento	Sexo	
			M	F
Ano:	Turma:	N.º		

a participar na actividade extracurricular de AIKIDO, declaro ainda que autorizo / não autorizo  
(*riscar o que não interessa*) que os conteúdos audio e/ou visuais adquiridos no decorrer da  
actividade podem ser utilizados e difundidos pela Escola. Mais declaro que farei todas as  
diligências no sentido de ser realizado um controlo médico prévio ao meu(minha) educando(a).  
Caso seja necessário, poderei ser contactado:

Morada:			
	_____ - _____		
Telefone (casa):			
Telemóvel:			
Telefone (Emprego):			

**IMPORTANTE:** Material necessário, fato branco tipo Judo e chinelos. A Escola, estipulará  
um nível mínimo de assiduidade, pelo que, em caso de incumprimento injustificado desta norma, o  
aluno poderá ser excluído da frequência da actividade.

A(O) encarregado(a) de educação:

\_\_\_\_\_

Data: 2011 / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

O Aikido é uma arte marcial japonesa criada em meados do Séc. XX por Morihei Ueshiba. A palavra japonesa “Aikido” é formada por três caracteres (ideogramas) que traduzidos literalmente, significam “o caminho (ou a via) da harmonia da energia”. Cada um desses ideogramas tem um ou mais significados, sendo neste caso “AI” a harmonia, “KI” a energia e “DO” o caminho ou a via.

O Aikido procura atingir a perfeição do gesto através de treino e disciplina rigorosos. A característica mais marcante desta arte marcial é o "princípio da não-resistência". De forma simplificada, este princípio consiste no aproveitamento da força física e da energia cinética de um oponente, através da aplicação de técnicas de esquiva, de imobilização (chaves) e projecção.

Nem sempre é fácil explicar ou descrever o que é o Aikido, vai-se descobrindo e construindo individualmente ao longo da sua prática. Por vezes para uma satisfação instantânea da curiosidade, alguns dos praticantes, descrevem o Aikido, como a Arte Marcial imortalizada em Hollywood pelo actor Steven Seagal. Desta forma é possível criar uma imagem mental de uma possível descrição de Aikido. O facto é que o Aikido é muito mais do que isso, não raros são os testemunhos de praticantes com mais de 30 anos de treino, dizerem que o Aikido é grandioso.



APOIOS:

