

# **Yuki ASD APS**

*“E - SPORTABILE”*

**A CHI E' RIVOLTO:** giovani e adulti disabili intellettivi lievi dei centri diurni e del Distretto SUD OVEST

**SEDE/I (indicativi):** Mercoledì e giovedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00

## **DESCRIZIONE ATTIVITÀ' PROPOSTE:**

Con lo scopo di promuovere e diffondere l'approccio tipico delle arti marziali e delle discipline olistiche come strumento efficace nel trattamento della disabilità psichica e fisica, l'Associazione mira ad offrire un training specifico di aikido e di ginnastica musicale a persone con disabilità psichica di lieve/medio grado, ospiti dei Centri Diurni della Città di Torino. Le attività saranno ovviamente aperte a tutti coloro che ne faranno richiesta.

Ai beneficiari saranno offerti due percorsi: Aikido e Ginnastica Musicale. Partendo dal sé nello spazio (ginnastica musicale), per poi passare al lavoro sul sé con gli altri (aikido), il percorso proposto è stato ideato non tanto per diffondere il tecnicismo tipico di ciascuna disciplina, ma piuttosto per proporre al target a cui ci si riferisce un percorso di acquisizione di controllo su corpo e mente che sia in grado di far emergere il potenziale energetico positivo dei partecipanti. Fornendo degli strumenti chiari, comprensibili e adatti al target di riferimento, si vuole incentivare un lavoro armonico sulla consapevolezza del proprio io, solo o in relazione con il contesto di riferimento. Al termine del corso sarà organizzato un saggio finale durante il quale i beneficiari mostreranno una piccola coreografia ai loro familiari, educatori ecc.

## **CONTATTI:**

Christian Andreotti **351 941 1469**

[c.andreotti@associazioneyuki.org](mailto:c.andreotti@associazioneyuki.org)