

**Martijn Koop**

*Mini masterclass Aikido*





# Hoe blijf jij ZEN als adviseur?

Mini-masterclass Groei en ontwikkeling – Lessen die we leren van Aikido

**Martijn Koop (DWA)**

*YOUNG TVVL Zomerfestival - 30 juni 2022*

# Aikido

合氣道



TISSOT



[www.worldcombatgames.com](http://www.worldcombatgames.com)

# Aikido: van junior naar senior

- 道 Iedereen is ooit beginner geweest
- 道 Zoek wittebanders op om mee te trainen
- 道 Vergis je niet in iemands voorkomen
- 道 Je hebt de witte band tot je de zwarte band hebt

# Aikido: vorm en inhoud

- 道 Effectiviteit en schoonheid gaan hand in hand
- 道 Niets doen is ook een actie
- 道 Meebewegen vraagt souplesse van lichaam en geest

# Aikido: groei en ontwikkeling

- 道 De eerste stap is altijd buiten je comfortzone
- 道 Je gaat verward raken van alle werkwijzen en adviezen
- 道 Blijf zoeken naar connectie, harmonie en flow
- 道 Dat loopt altijd via Proberen – Oefenen – Toepassen

# Meesterschap bestaat niet

- 道 Toch maar geen tatoeage bij mijn zwarte band
- 道 Verschuivende ontwikkelingshorizons
- 道 Enjoy the ride – de bestemming is niet het doel





共ありがとうございました

# WERKEN BIJ DWA

BOUW MET ONS MEE AAN EEN WERELD DIE OOK VOOR VOLGENDE  
GENERATIES VEILIG, GEZOND EN LEEFBAAR BLIJFT.

Martijn Koop

06-12829778 | [martijn.koop@dwa.nl](mailto:martijn.koop@dwa.nl)

[Werkenbijdwa.nl](http://Werkenbijdwa.nl)





YOUNG

**TVVL**