



indiana onde se encontram as meninas pequenas!

Então Meenakshi Raghavan leva a classe através dos movimentos precisos de Kalaripayattu, arte marcial mais antiga da Índia e seus pés nus se enchendo com cerol blackjacket um chão vermelho misturado com ervas medicinais.

Todos os dias, esta formidável mulher ensina Kalaripayattu a jovens e aos homens mais velhos da cidade.

Raghavan construiu uma equipe de professores que trabalham ao seu lado na escola Kadathanad Kalari Sangham, mas ela se tornou especialmente conhecida nesta região não por cerol blackjacket idade e sim pelo foco em capacitar a próxima geração.

Lutar com espadas é uma parte essencial de Kalaripayattu, e a avó se move rapidamente quando equilibra Espada contra o oponente.

Meenakshi Raghavan observa dois de seus alunos.

{img}: Manjunath Kiran/AFP /Getty {img} Imagens

Acredita-se que Kalaripayattu tenha começado no estado costeiro de Kerala há cerca de 5.000 anos, provavelmente derivando seu nome das palavras malaialas.

kakari

, significando campo de batalha; e

payattu

Quando invasores europeus chegaram à Índia com armas e canhões, começou a vacilar cerol blackjacket popularidade. Finalmente foi banido pelos governantes coloniais britânicos da Índia no ano de 1804

Mas a forma de arte sobreviveu no subsolo, experimentando um ressurgimento do início dos anos 20 e ganhando nova vida após o fim da independência indiana em 1947.

A escola de artes marciais Raghavan foi iniciada pelo falecido marido, o raghavano Gurukul em 1949. Eles se conheceram quando ela entrou como estudante e depois da morte dele assumiu seu legado "Esta faculdade está localizada no mesmo local onde meu esposo a construiu E qualquer um é bem-vindo aqui Não cobramos nada aos nossos alunos", diz Ela :

skip promoção newsletter passado

Ouçã diretamente de mulheres incríveis do mundo todo sobre as questões que mais importam para elas – da crise climática às artes e ao esporte.

Aviso de Privacidade:

As newsletters podem conter informações sobre instituições de caridade, anúncios on-line e conteúdo financiado por terceiros. Para mais informação consulte a nossa Política De Privacidade Utilizamos o Google reCaptcha para proteger nosso site; se aplica também à política do serviço ao cliente da empresa:

após a promoção da newsletter;

Qualquer um é bem-vindo, diz Raghavan que não cobra por aulas.

{img}: Manjunath Kiran/AFP /Getty {img} Imagens

Raghavan começou a praticar artes marciais aos sete anos, sob orientação de seu pai que reconheceu o significado da autodefesa em uma sociedade onde as mulheres eram muitas vezes vulneráveis. Agora com 75 anos depois ela passa cerol blackjacket sabedoria ensinando pessoalmente mais de 200 alunos e principalmente meninas à escola buscando proeza física ou força interior

"Quando meninas e mulheres jovens olham para mim, elas se sentem inspiradas que eu posso fazer uma coisa dessas nessa idade", diz ela.

Raghavan diz que as técnicas de autodefesa são essenciais para mulheres jovens nestes tempos e artes marciais é a melhor maneira.

Para ela, os ensinamentos de Kalaripayattu instila autoconfiança e resiliência mental crucial em uma sociedade onde as mulheres enfrentam marginalização sistemática. Crimes contra a mulher têm aumentado na última década Índia National Criminal Records Bureau De quase 6 milhões crimes registrados pela polícia da Índia no 2024 445 256 envolveram crime anti-mulheres um aumento superior aos 30% desde 2024.

"Kalaripayattu desempenha um papel importante na construção da força mental e

autoconfiança", diz ela. "Oferecer às meninas esperança, empoderamento..."

"Dado como os crimes contra as mulheres estão aumentando em todos os lugares, é importante que jovens meninas estejam equipadas com técnicas de autodefesa. Não se trata apenas de uma habilidade; tornou-se necessário e essencial para a sobrevivência", acrescenta ela". Raghavan diz que as técnicas de autodefesa são essenciais para mulheres jovens.

{img}: Manjunath Kiran/AFP /Getty {img} Imagens

O campo de treinamento da areia vermelha – ou kakari

- de cerol blackjack escola está cheia com energia e determinação como seus alunos se envolvem com suas técnicas rigorosas, bem intrincados movimentos que dominam as técnicas transmitidas através das gerações.

"Quando eu treino meninas e mulheres, tenho certeza de ensinar-lhes Kalaripayattu por sua essência", diz ela.

Raghavan está agora se conectando com pessoas além de Kerala também. "Eu tenho grupos especiais, que vêm de diferentes países e buscam treinamento individual", diz ela orgulhosamente".

---

Author: menusforfree.com

Subject: cerol blackjack

Keywords: cerol blackjack

Update: 2024/12/17 4:16:51