

Holding the Form **The Story of a Sixth Grade Black Belt**

“Being Miss Flores’ instructor has allowed me to watch her come out of her shell and gain confidence and a strong sense of self. Miss Flores continues to train in an all-male class and she definitely holds her own. She set a great example for all young women of what is possible if you are willing to do the work.”

- Robin Guasco, Executive Director of Martial Arts Youth Institute

Diana Flores is 10 years old and a 6th grader at Strawberry Elementary School. She also holds a Black Belt in Karate!

For those who don’t know, that is a remarkable achievement, requiring discipline, tenacity and hours and hours of practice. Yet when Diana talks about it, she speaks quietly, almost self-consciously, as if she doesn’t see it as a big deal. It is clear however that she loves the sport.

Diana got interested in it two years ago when she accompanied her younger brother to his Karate class. She was drawn to the athletics of it or as she described it “...the kicking and punching.” And when she enrolled, she wasn’t the only girl but definitely the youngest one.

When she began, she said that the hardest part was “holding the form.” That means doing the moves and then stopping and holding the position. Another struggle was getting from one level (one belt color) to the next. She admitted that sometimes she wanted to give up, but never did, a valuable lesson that will benefit Diana throughout her life.

There are ten levels or belt colors in Karate and as Diana worked her way through them, she experienced different struggles. When working on the “camo” level (which she said is a shade of green) she began to spar with other students. Some of them were bigger and older. But she kept a running inner dialogue going, telling herself that the opponent was just taller or that it wouldn’t hurt, or that she could do it. And though she admitted it did hurt at times, it wasn’t anywhere near as bad as she had feared.

Diana has learned valuable life skills. “I’ve learned about not giving up,” she says quietly, “and trying my hardest. And it has helped me with my school work as well.” And that is helpful because some subjects such as math don’t come easily to this young lady.

Diana aspires to be a veterinarian when she grows up, working with small animals. With what she has learned in her Karate classes, she is well on her way to being a great one.



RESCATANDO NUESTRA JUVENTUD

Manteniendo La Forma

Una Historia de una Joven con Cinta Negra Sexto Grado

"Ser instructor de la señorita Flores me ha permitido verla salir de su caparazón y ganar confianza y un fuerte sentido de sí misma. La señorita Flores continúa entrenando en una clase de solo hombres y ella definitivamente tiene lo suyo. Puso un gran ejemplo para todas las mujeres jóvenes de lo que es posible, si uno está dispuesto a hacer el trabajo. "

*- Robin Guasco,
Directora Ejecutiva del Instituto de Artes Marciales para Adolescentes*

Diana Flores es de 10 años de edad y asiste al grado sexto en la escuela Strawberry Elementary School. ¡Ella tiene un Cinturón Negro en Karate!

Para aquellos que no saben, es un logro notable, que requiere disciplina, tenacidad y horas y horas de práctica. Sin embargo, cuando Diana habla de ello, habla en voz baja, casi con timidez, como si ella no lo ve como una gran cosa. Sin embargo es evidente que le encanta el deporte.

Ella se interesó en el Karate hace dos años cuando acompañó a su hermano menor a su clase de él. Ella se sintió atraída a lo atlético o como ella lo describe "... las patadas y puñetazos." Y cuando se inscribió, ella no era la única chica, pero sin duda era la más joven.

Cuando empezó, ella dijo que lo más difícil fue "retener la forma." Eso significa hacer los movimientos y luego se detienen manteniendo la posición. Otra lucha fue ir de un nivel (un color de la cinta) a la siguiente. Ella admitió que a veces quería renunciar, pero nunca lo hizo, una lección valiosa que beneficiará a Diana durante toda su vida.

Hay diez niveles o colores de cinturón en el karate y así como Diana trabajó su camino mediante ellos, experimentó diferentes luchas. Cuando se trabaja en el “camao” nivel (la cual dijo es una sombra del color verde) se puso a entrenar con otros estudiantes. Algunos de ellos eran más grandes y mayores. Pero ella mantuvo un diálogo interno, diciéndose que el adversario era más alto y que no pasaría nada, y que ella podía hacerlo. Aunque admitió que le dolía a veces, no era tan mal como ella había temido.

Diana ha aprendido habilidades valiosas de la vida. "He aprendido acerca de no darme por vencida", dice en voz baja, "y tratando de darlo todo. Y me ha ayudado con mi trabajo de la escuela también. "Y eso es útil porque algunos temas como matemáticas no son fáciles para esta joven.

Diana quiere ser veterinaria cuando sea grande, trabajando con animales pequeños. Con lo que ha aprendido en sus clases de Karate, ella está dando los pasos correctos en su camino para ser alguien grande.