

UMIEJĘTNOŚCI KLAUDII „wykraczające poza przeciętne ludzkie umiejętności”

AKROBATYKA (gr. akrobateo – stąpać po krawędzi, wspinać się, akra – najdalszy, bateo lub pateo – pokrywać) – ewolucje cielesne o dużym stopniu trudności, które wykraczają poza przeciętne ludzkie umiejętności.

Wywiad z KLAUDIĄ KUBIAK uczennicą klasy piątej, która interesuje się akrobatyką przeprowadziła Julia Rybarczyk

Od kiedy zaczęłaś się interesować akrobatyką?

Już gdy byłam mała, bardzo lubiłam ćwiczyć, robić fikołki. Przed akrobatyką uczęszczałam na zajęcia gimnastyki artystycznej, bardzo je lubiłam. Zauważyłam jednak, że ciągnie mnie bardziej w stronę akrobatyki.

Co zachęciło Cię do tego sportu?

W sumie nic nie musiało mnie za bardzo zachęcać. Kiedyś widziałam w telewizji, jak pewien pan robi salta i wtedy pomyślałam, że też tak chcę. Uwielbiam to zajęcie! To jest to, co chcę robić. W każdej wolnej chwili (oczywiście, jeśli mam wystarczająco miejsca) ćwiczę, w domu, na boisku, w różnych miejscach.

Jak nazywa się klub, w którym trenujesz?

Studio Tańca Frajda - tam uczęszczam na zajęcia. Dwa razy w tygodniu chodzę na zajęcia taneczne, a każdy weekend poświęcam na akrobatykę. Ćwiczę tam pod okiem pana Rafała i pani Laury.

Co możesz powiedzieć o klubie?

Studio Tańca Frajda działa w Pleszewie. Właścicielką jest pani Dorota Bielecka, która uczy tańca. Pan Rafał i pani Laura przyjeżdżają z Kalisza, żeby nas trenować. To wspaniali ludzie, doświadczeni trenerzy, którzy działają w tej dziedzinie już od kilku lat.

Czy chcesz rozwijać swoje zainteresowania akrobatyczne?

Tak, chcę się je rozwijać, po to ćwiczę. Jeśli uda mi się wykonać jakieś ćwiczenie, to je doskonam, a później wykonuję następne o większym stopniu trudności. Cały czas dążę do podnoszenia swojej sprawności fizycznej, kontrolowania ruchów ciała.

Co podoba ci się w tym sporcie? Czy masz jakieś marzenia związane z tym zajęciem?

Uwielbiam wykonywać gwiazdy, mostki, przejścia, salta, stanie na rękach. Choć są to ewolucje, które wymagają dużej sprawności fizycznej, opanowania ciała, gibkości. Lubię ten moment, gdy choć na chwilę jestem w powietrzu. Przedemną jeszcze dużo pracy, treningów. Marzę by w przyszłości uczestniczyć w zawodach i zdobywać medale.

***Tego Ci z całego serca życzy cała redakcja naszej gazetki.
Rozwijaj swoje umiejętności i zdobywaj wymarzone medale.***

Motywujące cytaty, które sprawią, że zachce ci się ćwiczyć:

„Jest siedem dni w tygodniu i „kiedyś” nie jest jednym z nich.”

„Czasami rzeczy stają się możliwe, jeśli chcesz tego wystarczająco mocno.”

„Jedyną osobą, która może cię zmotywować jesteś ty sam!”

„Szacunek swoje ciało. Odżywiaj swoje ciało. Wyzywaj swoje ciało na pojedynkę. Ruszaj swoim ciałem. I najważniejsze: kochaj swoje ciało.”

„Nigdy się nie poddawaj. Na wielkie rzeczy potrzeba czasu.”

„Jest tylko jeden sposób, aby osiągnąć sukces praktycznie we wszystkim: dać z siebie wszystko.”

„Wszystko jest możliwe, o ile masz wystarczający tupet.”

„Każdy gdzieś zaczynał.”

„Nie zaniżaj swoich sportowych celów do swoich możliwości. Zamiast tego podwyższaj swoje możliwości do swoich celów.”

„Trudno jest pokonać osobę, która nigdy się nie poddaje.”

„Kiedy masz jeden z tych dni, w czasie których czujesz się, jakbyś miał jakiś ciężar na barkach... zacznij robić przysiady.”

„Wątpliwości zabiły więcej marzeń niż jakiegokolwiek porażki.”

„Sukcesu nie mierzy się ilością pucharów, ale tym jaki dystans musiałaś przebyć, aby dotrzeć w miejsce, w którym jesteś stamtąd gdzie byłeś.”

„Przegrywa nie ten który padł, lecz ten który nie chciał powstać.”

„Sukces to suma niewielkiego wysiłku powtarzanego z dnia na dzień.”

„Tam, gdzie nie ma walki, nie ma siły.”

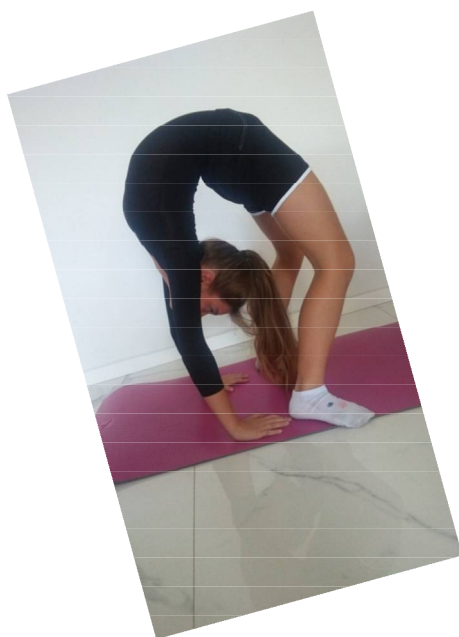
„Przestań siebie powstrzymywać. Jeśli nie jesteś szczęśliwy – wprowadź zmiany.”

„Gdy na twojej drodze pojawi się wiele przeszkód, nie pozwól byś ty sam był jedną z nich.”

„Zanim coś osiągniesz, musisz czegoś od siebie oczekiwać.”

„Zwycięzcą jest ten, który podnosi się wtedy kiedy już nie może.”

Klaudio, życzymy Ci sukcesów! Daj z siebie wszystko!



BRAWO!