

ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ:  
МОЕ УВЛЕЧЕНИЕ - СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА.

УЧЕНИЦЫ **5В** КЛАССА  
ЛИЦЕЯ № **33**  
ТВЕРДОВОЙ ДИАНЫ

## **МОЕ УВЛЕЧЕНИЕ - СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА.**

**Все свободное время я отдаю спорту.**

**Этот вид спорта образовался в нашем городе 20 лет назад.**

**Мой тренер, Грушницкая Татьяна Викторовна, стояла у самых истоков его создания.**

**Она мастер спорта и судья Международного класса.**

**На тренировках она очень строгая и требовательная.**



## Я ЗАНИМАЮСЬ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКОЙ С 5 ЛЕТ...



**Мне очень нравится этот вид спорта.**

**Он очень красивый ,силовой и энергичный.**

**Но с другой стороны трудный.**

**Мы тренируемся 6 раз в неделю по 3 часа.**

**Первые свои медали и призовые места я получила только через 5 лет.**

## СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА - ЭТО ТАКЖЕ КОМАНДНЫЙ ВИД СПОРТА

**Кроме сольных упражнений, мы также выступаем тройками и группами по 5 человек.**

**Это большая ответственность...**



СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА - ЭТО ТАКЖЕ КОМАНДНЫЙ ВИД  
СПОРТА ...





## ЛЕТОМ НАШ ТРЕНЕР ОРГАНИЗУЕТ НАМ СПОРТИВНЫЕ ЛАГЕРЯ НА МОРЕ

...



**Но там тоже не просто отдых.  
Мы совмещаем с отдыхом по 2  
тренировки в день: в 7 утра и  
в 5 вечера.  
Там мы ходим в походы в  
горы, посещаем исторические  
достопримечательности  
разных стран.**

**МЫ СПОРТСМЕНЫ ВСЕГДА МОЖЕМ ПОДДЕРЖАТЬ ДРУГ ДРУГА !**



**Тренер воспитала в нас командный дух.**

**Она всегда нам говорит: “НЕТ НИЧЕГО НЕВОЗМОЖНОГО - главное победить в себе лень, боль и чтобы всегда у тебя была цель.” Это моя главная установка, я уже не представляю своей жизни без спортивной аэробики.**