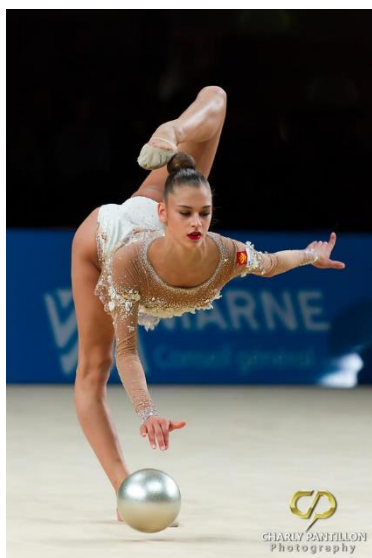


Ρυθμική γυμναστική

Η ρυθμική γυμναστική είναι ένα πολύ επίπονο άθλημα αλλά σου προσφέρει πειθαρχία πολλές επιτυχίες και αποτυχίες αλλά αυτές σε βοηθούν να κερδίσεις μια ψηλή θέση αλλά και κίνητρο να συνεχίσεις. Ας εξηγήσουμε όμως τι είναι ο όρος «ρυθμική γυμναστική»

Αθλήτριες μικρές και μεγάλες προπονούνται πολύ σκληρά για να αποδώσουν όσο καλύτερα μπορούν στους αγώνες. Χρησιμοποιούν «όργανα» όπως μπάλες



κορύνες σχοινάκια κορδέλες στεφάνια.

Αλλά το σημαντικότερο είναι η ευλυγισία. Ναι είναι ίσως και το δυσκολότερο κομμάτι αλλά μπορείς να δείξεις ποια είσαι με αυτόν τον τρόπο. Σας είπα λίγα πράγματα για αυτό και από

προσωπική εμπειρία εγκρίνω απόλυτα. Κάνε μια νέα αρχή που εσύ θεωρείς σημαντική.....

Κατερίνα Σπινθηροπούλου Ε` τάξη