

# AKROBATYKA SPORTOWA

akrobatyka sportowa) – dyscyplina sportowa, która polega na wykonywaniu układów ćwiczeń gimnastycznych o dużym stopniu trudności, obejmuje ćwiczenia kobiet i mężczyzn w parach i grupach, a także ćwiczenia indywidualne i synchroniczne przy wykorzystaniu m.in. trampoliny i ścieżek 1974



Mistrzowie w tej dziedzinie sportu:

## ***Hanna Szarejko***

11 maja tego roku w Budapeszcie odbyły się Mistrzostwa Świata Fit-Kids i Fitness Aerobic, w których Hania zajęła pierwsze miejsce w kategorii do lat 11. Słupszczanka swoje sukcesy zawdzięcza ciężkiej pracy oraz trenerce. Pod okiem pani Eweliny Nidzgorskiej z Darłowa dziewczynka trenuje od 3 lat 4 razy w tygodniu. Dodatkowo uczęszcza również na zajęcia akrobatyki w klubie Akro-Pasja w Słupsku. Hania ma w

swoim dorobku tytuły dziecięcej Mistrzyni kilka



już 3

Polski i

wyróżnień międzynarodowych. Między innymi wicemistrzostwo Europy fit-kit & fitness aerobic w kategorii do lat 10.



*Hania jest moją idolką od dłuższego czasu. Śledzę jej postępy od początku Jej sportowej drogi. Bardzo mi imponuje.*

*Podziwiam ją za wykonywanie wielu bardzo trudnych elementów akrobatyki. Chciałabym nauczyć się podobnie jak Hania wykonywać salto machowe. Oczywiście posiadać taką kondycję fizyczną. Ciężko pracuje nad tym na każdym treningu*

*W mistrzowskim stylu Hania wykonuje „poziomkę akrobatyczną”.*



*Bardzo podoba mi się również figura akrobatyczna o nazwie „stójka”*



Ja  
również

uczęszczam do zespołu AKRO-PASJA. Mamy zajęcia dwa razy w tygodniu. Każdy jest w innej grupie zależy to od umiejętności. Umiem kilka figur akrobatycznych lecz dalej trenuję aby umieć dużo więcej. Zajęcia prowadzone są na dużej hali sportowej pod opieką dwóch trenerów. Pana Kamila i Pawła. Ciężko trenuję aby osiągać postępy i dostawać się do coraz to wyższych grup.

**„BO DLA NAS LICZY SIĘ PASJA AKRO-PASJA”!**

Oto co już potrafię:







*Alicja Toczek kl.7a*