

A kedvenc sportjaim

Gyermekkoromtól kezdve a lételemem a mozgás, a sport. Sokféle mozgást kipróbáltam, már óvodában táncoltam. Ez az oka, hogy jelenlegi iskolámba az Ady Endre Alapfokú Művészeti Iskolába jelentkeztem, táncművészeti szakra.

Korábban a balett mellett röplabda edzésekre is jártam heti rendszereséggel, de jelenleg a vírushelyzet miatt erre nincs lehetőség. Régebben már „belekóstoltam” a lovaglásba, de időhiány miatt ezt abba kellett hagynom. Most viszont újra lehetőségem adódott erre. Nagyjából másfél hónapja hetente egyszer járok Rámba, egy lovardába. Itt körülbelül tizennyolc ló van. Ezek közül négy lovon lehet „tanulni”. Én Főnicián és Kócoson gyakorlom a lovaglást. Sokan azt hiszik, hogy ez egyszerű sport, pedig a lovon megülni nem is olyan könnyű. A lovaglás fejleszti az izomerőt, az egyensúlyt és a koordinációt. Az első néhány alkalommal nekem is izomlázam volt, de a testem hozzászokott ehhez a mozgáshoz. Ezzel a sporttal a jövőben további céljaim

vannak, kellő kitartással, szorgalommal versenylovas szeretnék lenni.

Több sportot kipróbáltam, de úgy érzem, hogy a lovaglásban megtaláltam önmagam.

Markó Evelin, 8.a

Zalaegerszegi Ady Endre Általános Iskola, Gimnázium és AMI