

# Sportolj Kőszabószáival

*Minden sportnak  
megvan a maga szépsége.  
Egyeseknél azonban  
a teljesítmény fontos  
része a látvány.*



Lassított felvételeken jól megfigyelhető, milyen gyönyörűen mozog a magasugró, az úszó. A mozdulatok szépsége azonban nem hatja meg a bírót, csupán a lemért centik, másodpercek számítanak. Most azokról a sportokról mesélek, amelyeknél a megvalósítás szépsége is számít.



Bár egyiptomi, indiai régészeti emlékeken is láthatunk tornára utaló mozdulatokat, a sporttornát az ókori görögök fejlesztették ki. Minden városban volt gümnaszion (tornacsarnok), ahol azonban csak férfiak gyakorolhattak.



A mai szertorna a XVIII. században alakult ki. A **román tornászlányok** évtizedek óta az élvonalban vannak a sportág minden női próbáján: talaj, ugrás, gerenda és felemás korlát.



A szertornán kívül a tornasportok közé tartozik a trambulin (gumiasztal), az akrobatikus torna, a sportaerobik és a **ritmikus gimnasztika**. Ez utóbbi a balett, a torna és a tánc elemeit ötvözi, a versenyzők öt kéziszerrel dolgoznak: karika, köté, labda, szalag és buzogány.



Táncolni nem csak szórakozásból, hanem sportszerűen is lehet. A versenyek standard és **latin-amerikai tánc** kategóriában zajlanak, a szigorú szabályok még a ruhára is kiterjednek. Ez a sport is elérhető már a **kerekes székhez kötöttek** számára.





A **testépítők** az edzés során testük összes izmát fejlesztik. A versenyeken a bírók a sportolók megfeszített izmainak kidolgozottságát, szépségét értékelik.

Táncolni nem csak a jégen, havon is lehet. A sajátos mozdulatok nem csak a **síbalettező**, de a felszerelés ellenállását is alaposan próbára teszik.



Lóbalett. A **díjlovaglás** során az idomított ló meghatározott lépéseket, mozdulatso-  
rokat mutat be lovasa irányításával. Ember és ló között teljes összhangnak kell lennie.



A **lovastornászok** vágatózó paripán mutatják be látványos, akrobatikus gyakorlataikat. A ló ritmusához tökéletesen kell alkalmazkodniuk egyéni és csoportos mutatványuk során egyaránt.

A „szép” sportok közül jó néhány művelhető szabadidősportként. Ha nem egyéb, a kertben felállított **gumiasztalon** tavasztól őszig vidáman pattoghatsz.



Szerkesztette **MÜLLER KATI**

Sportolj Kószabószával! – Napsugár, 2012. május



· Szász Attila, Csepán  
· András, Pap Lacika  
· és László Ákos,  
· Marosvásárhely



· Gábor Sámuel,  
· Hármásfalu

*Mi a neve annak a női sportnak, mely az úszás, a torna és a tánc keveréke?*



**Márciusi megfejtés:**  
1-H, 2-C, 3-F, 4-E, 5-B,  
6-A, 7-J, 8-D, 9-G, 10-I.  
**Könyvjutalmat nyert:**  
**Patakfalvi Anna Fruzsina,**  
Székelykeresztúr;  
**Ferenczi Edwin Dani,**  
Szék; a **csíkszeredai**  
Petőfi Sándor Iskola  
IV. B osztálya.