

من عاشق ورزشم

چند ماه پیش [۳۱ بهمن ۱۴۰۱] در مسابقات سطح بندی نونهالان باشگاه های مشهد در سالن بهشتی شرکت کردم و با درجه ی عالی، مدال طلا و حکم قهرمانی گرفتم.
من عاشق ورزشم. ژیمناستیک هم خیلی ورزش خوبی است و به ما کمک می کند بدنمان نرم و انعطاف پذیر شود تا راحت تر ورزش کنیم.

دوست دارم بتوانم روی دست هایم راه بروم و از خرک و حلقه و وسایل دیگر این ورزش هم استفاده کنم. برای همین باید خیلی تمرین کنم تا دست هایم قوی شوند، اما مربی ام هنوز به من نگفته است که برای رسیدن به این توانایی ها چه کاری انجام دهم و می گوید کم کم باید پیش برویم.

ورزش برای سلامتی مفید است و به ما کمک می کند مریض نشویم. بچه ها باید ورزش کنند تا قوی شوند، وقتی کوچک هستند هم زودتر می توانند همه چیز را یاد بگیرند، اما باید مراقب خودشان هم باشند. در همه ی مدتی که ورزش می کنم، یک بار فقط به علت بی توجهی خودم، گردنم هنگام غلت زدن درد گرفت و کشیده شد، اما به کمک مربی با انجام حرکات های مناسب زود خوب شدم و کارم را ادامه دادم.

من و ۴ دوستم

دارت و شطرنج را دوست دارم و دلم می خواهد یاد بگیرم. مدرسه رفتن را هم دوست دارم، اما هنوز نمی دانم می خواهم چه کاره بشوم و در این راه باید مامان و بابا هم به من کمک کنند.

استادم، سید جواد کرمان، در باشگاه همان که دو سالن یکی برای کوچک ترها و یکی برای بزرگ سالان دارد، خیلی کمکم می کند و هوای مرا دارد که از او ممنونم. به من می گوید: «تو خیلی خوب کار می کنی!»
من در باشگاه «دنیای قدرت» چهار دوست به نام های ماهان و مهدیار و نیکان و اردیا دارم. اردیا خیلی و روجک است و مدام وسط تمرین ها شیطنت می کند.

ماهان از من کوچک تر است، اما خیلی خوب حرکات را انجام می دهد و خیلی هم قوی است. در باشگاه موش و گربه بازی می کنیم؛ یک نفر گربه و یک نفر موش می شود. بچه ها گربه را تشویق می کنند تا بتواند موش را بگیرد. ماهان همیشه برنده می شود، چون خیلی زنگ است. من هم این بازی را خیلی دوست دارم. تا الان هم در باشگاه گربه نکرده ام و نترسیده ام. از ما مانم ممنونم که خیلی مواظب من است؛ همیشه خودش مرا می برد باشگاه و جلودر منتظر من می ماند تا بیرون بیایم.

