

یک ورزشکار قهرمان:

در اتاقم یک کتابخانه کوچک دارم



چرا ژیمناستیک را انتخاب کردی و به چه موفقیت‌هایی تاکنون دست پیدا کرده‌ای؟

خانواده‌ام متوجه استعداد من در این ورزش شدند و در باشگاه با کمک مربی‌ام توانستم به خوبی پیشرفت کنم. الان هم دوست دارم تا سطوح بالای قهرمانی، این ورزش را ادامه بدهم. ژیمناستیک بیشتر شامل حرکات کششی است و باید عضلاتی قوی داشته باشیم. همچنین هنگام انجام حرکات این رشته، تمرکز، دقت، تمرین و پشتکار زیاد خیلی مهم است.

با رعایت این اصول، سال ۱۳۹۷ درجه‌ی پیش سطح یک و ۲ را با درجه‌ی عالی کسب کردم. پس از آن، همان سال سطح یک درجه‌ی عالی را به دست آوردم و سال ۱۳۹۸ به سطح ۲ درجه‌ی عالی رسیدم، اولین موفقیت‌م را سال ۱۳۹۷ در جشنواره‌ی ژیمناستیک هنری و استعدادیابی با کسب مقام اول تجربه کردم. سال ۱۳۹۸ با دریافت حکم قهرمانی در مسابقات قهرمانی باشگاه‌های استان به مقام دوم دست یافتم. سپس سال ۱۴۰۱ در آزمون سطح بندی خرک و موازنه و سال ۱۴۰۲ در آزمون سطح بندی پارالل و موازنه به درجه‌ی عالی رسیدم. سال ۱۴۰۱ در مسابقات استانی با دریافت حکم قهرمانی در وسیله‌ی تیمی به مقام اول دست پیدا کردم. پس از آن در مسابقات استانی در وسیله‌ی زمین مقام سوم گروهی ژیمناستیک و در مسابقات ترامپولین استانی کمتر از ۹ سال نیز مقام سوم را کسب کردم. البته هر بار پیش از مسابقه استرس زیادی داشتم، اما پس از مسابقه و اعلام نتایج خیلی خوش حال می‌شدم و تجربه‌ی شیرینی برایم بود.

این روزها امتحانات بیشتر بچه‌ها تمام شده است و باید به فکر پرکردن اوقات فراغت خود باشند. یکی از روش‌های درست برای گذراندن تعطیلاتی سالم و شاد، ورزش کردن است. حنانه عطارزاده، دوازده ساله و دانش آموز

کلاس ششم مدرسه‌ی امام حسین (ع) است. او ورزش را از پنج سالگی بارشته‌ی ژیمناستیک آغاز کرده و تاکنون به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته است. گفت‌وگوی ما با حنانه را دنبال کنید.

