

ژیمناستیک

ژیمناستیکهای هنری ورزش است یا هنر؟ حرکت عادی سطح یک نمایش در مهارتهای رقصیدن است؟ یا بیشتر شبیه یک رقص باله است در رقصیدنی که یک نقش را همچنین بازی می کند؟

ورزشکارانی که عاشق رقص و جهش و خوابیدن هستند واقعاً باید دوره رقص داشته باشند؟ قصد این کتاب پاسخ به تمام این پرسشهاست و نشان دادن آنها بدون شک، که رقص واقعاً یک قسمتی از ژیمناستیک است. ژیمناستیک، اگرچه بعضی را می ترساند، اما مطمئناً هم ورزش و هم هنر است.

طرح این کتاب بعد از چند سال تدریس رقص برای ژیمناستیک آمده است و دو سال از نوشتن درباره موضوع برای مجله ورزشکار بین المللی. تدریس تقریباً تصادفی اتفاق افتاد، وقتی من در یک بدنسازی توقف کردم که درباره امکان ایجاد کلاسهای مختلط برای بچه ها و بزرگسالان تحقیق کنم. (مدیر) توضیح داد که آن ممکن است برای اعضای تیمهای مسابقه ای زمان بگیرد که شروع کننده دوره های رقص را و من وسوسه شدم با این فکر که رقص و ژیمناستیک با هم ترکیب شوند. من ژیمناستیک را در تلویزیون تماشا کرده بودم و آن را بطرز وحشتناکی هیجان انگیز پیدا کردم و همیشه می توانستم بگویم که ورزشکارهای مسابقه ای دوره رقص داشته اند.

بنابراین من بعداً ترسیدم وقتی کشف کردم کمبود اطلاعات موجود در موضوع رقص برای ژیمناستیک. چگونه من باید می دانستم که دقیقاً چه دوره هایی باید به ورزشکاران داد؟ چه چیزهایی من باید شامل طرحهای درس می کردم؟ و اگر مفسران تلویزیون دائماً به کمبود یا مهارت ورزشکاران اشاره می کردند.



ProjectCenter

www.ProjectCenter.ir

📷 | @projehcenter

📍 | @projehcenter_ir