За кикбокса и победите

Новини | Спорт и здраве | на 11.01.2022 06:00 | от Вера Траянова и Милен Витанов

Защо говорим за това?

Защото спортните успехи са много вдъхновяващи!

Днес ще ви срещнем със Стоил и Христо Стоилови. Те живеят в София и са братя. Стоил е на 9, а Христо на 8. Имат две котки, които понякога тичат на заден ход. Не знаем защо, но това не е важно. Важното е, че двамата братя споделят един голям талант - тренират кикбокс към клуб Star Team и са много добри!

Имат вече цяла колекция от медали! Последният медал на Христо е сребърен от републиканското състезание през декември миналата година.



Кикбоксът е сравнително нов спорт. Възникнал е в средата на миналия век. В началото се е казвал “карате на всички стилове”. Наричали го така, защото обединявал всички бойни изкуства, подобни на карате. Но новият спорт имал една голяма особеност - в него добавили елементи от бокса.

Затова е важно човек да носи специални боксови ръкавици. Още по-важно е да не ги губи, както се случило веднъж на Христо. Но кой не е губил ръкавица? Дори обикновените зимни ръкавици страшно обичат да се губят.



Малко преди Коледа Стоил и Христо ни показаха как се тренира кикбокс. Снимка от Кристина Домозетова

Христо ни разказа, че освен ръкавици трябват още предпазни неща - наричат се протектори. Например каски, които предпазват главата, кори за глезените и специални обувки. Макар че кикбоксът се счита за по-силов спорт, отколкото каратето, треньорите много внимават децата да не се наранят.

Какво разбрахме още от Христо и Стоил? Защо тренировките по кикбокс са по-специални?

Кикбоксът обхваща много различни техники, затова тренировките са разнообразни. Спортистите трябват да умеят страшно много неща - да пазят равновесие, да са бързи в ударите с ръце, ловко да скачат, да ритат добре... Освен това светкавично да съобразят коя комбинация е най-удачна. Значи този спорт развива не само силни мускули, но и мисленето, самодисциплината, издръжливост и координация.

Също като карането или джудото кикбоксьорите получават различни колани - според постиженията си. Стоил има бял колан с жълта лента, а Христо вече се бори за оранжев. Най-високият колан е черният. Сигурни сме, че и двамата ще го постигнат!

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/1837-za-kikboksa-i-pobedite

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени