



## Зимни спортове: от момичета за момичета

Новини | Спорт и здраве | на 17.01.2022 05:00 | от Константина Василева-Славейкова

### Защо говорим за това?

Зимата е чудесно време за движение и чист въздух. Вдъхнови се от тази общност на момичета спортисти!

Зимата е любим сезон на всички любители на снежните спортове. Може би вече можеш да караш ски или сноуборд или просто ти е любопитно да опиташ. Винаги е по-забавно да имаш компания от други хора със същите интереси! Именно по тази причина Станимира Карадочева - Съни, създава *Wildberries* (Дивите боровинки). Това не е просто сайт за спортове, а общност за хора с общи интереси. Тъй като не намира специално място за момичета, които обичат екстремни спортове, Съни решава да го създаде сама. Сред тези спортове има както [зимни](#) (ски, сноуборд), така и летни (сърф, скейт и лонгборд: по-голям от скейтборда и удобен за придвижване из града). Точно десет години по-късно тя разказва на „Вижте“ за Боровинките.



**- Здравей! Това е страхотен проект от момичета за момичета. Как ти дойде идеята за него?**

Здравей, идеята за *Wildberries* ми дойде хем случайно, хем заради това, че по това време нямаше много момичета в тези спортове. Тогава работех в банка, колкото и странно да звучи. Дойде ми идеята да направя място, където да споделям полезна информация. Исках "екстремните спортове" да станат по-достъпни за момичетата. Повечето хора си мислят, че са по-трудни или дори силови. Истината е, че могат да са много приятни: ако започнеш по правилния начин, информираш се и получиш последователни практически насоки.

Така се роди идеята за малко женско боровинково общество. Започнахме да правим безплатни уъркшопове (обучения). Включиха се много момичета, намериха общи приятели. Така заобичаха сноуборд, [уиндсърф и кайт](#) (сърфиране с платна или голямо хвърчило), уейкборд (дъска, подобна на водни ски), брейкденс, катерене, планинско колоездене (каране на колело). Сега зад проекта стоим аз и няколко момичета. Ние самите сме спортистки. Пишем статии, организираме събития, участваме в състезания. Поддържаме боровинковото настроение.



## **- Само за пораснали момичета ли е? Ако никога не сме карали ски или сноуборд, кога може да се започне?**

Добре е да се започне със ски, въпреки че има много мнения по въпроса. Може да се започне от много ранна детска възраст: само 2-3 години. Сноуборд също може, но е важно да се кара и в двете посоки (не само с ляв или десен крак напред). В самото начало, докато се развива гръбначният стълб, е добре детето да се стреми да кара и в двете посоки.



**- Изразът "караш като момиче" е ужасно остарял. Как да вдъхновим момичетата да имат увереност в уменията си?**

В момента в света има малки момичета и жени, които не отстъпват на мъжете и момчетата. Пример е прекрасната Изабела Янкова, която тази година стана световна и европейска шампионка по даунхил (спускане с планинско колело). Като цяло най-важно е да се забавляваш, докато го правиш, и това да ти носи удоволствие и удовлетворение.



**- Кои са най-интересните и вдъхновяващи спортни**

# истории на Боровинките?

О, имаме много истории, може да ни следите на нашия сайт - [wild-berries.com](http://wild-berries.com), или на нашата [фейсбук страница](#).

Всяка история ни носи много прекрасни спомени, но най-важното е, докато ги създаваме, да не спираме да се подкрепяме и да не губим вярата в себе си и хората около нас.

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:

<https://www.knigovishte.bg/book/1853-zimni-sportove-ot-momicheta-za-momicheta>

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

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

