

Скалолазание – часть моей ЖИЗНИ

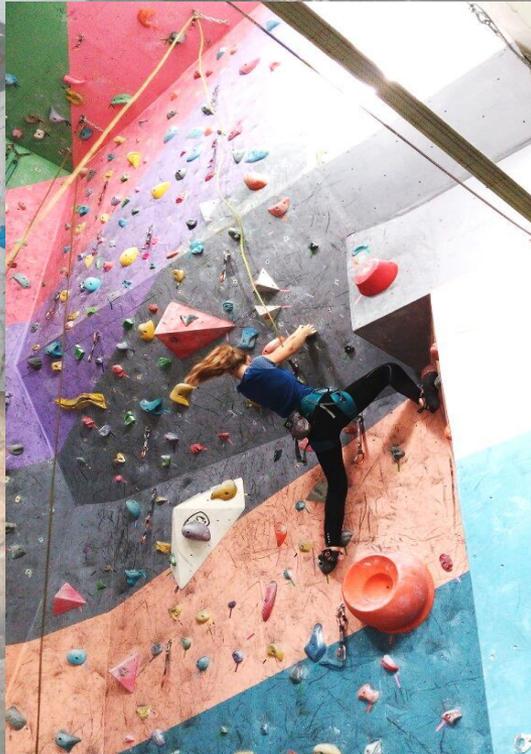


Обо мне



Я начала заниматься скалолазанием в 10 лет. Я попросила маму привезти меня на пробное занятие, после этого я упорно начала заниматься.

Мои тренировки



Мои тренировки
проходят по такому
плану:

- 15 минут бега
- Разминка
- 30 минут траверса
- 1,5 часа освоения
навыков в
скалолазании

Мои соревнования

Я занимала призовые места во многих соревнованиях разного уровня и в разных областях.



Скалодромы в других городах



Я побывала в скалодромах других городов.

Тренировалась у более опытных и сильных тренеров



Всероссийские соревнования



Я побывала на своих
первых ВЮС по
скалолазанию и
получила отличные
результаты.

Мои награды



Спасибо за внимание!

