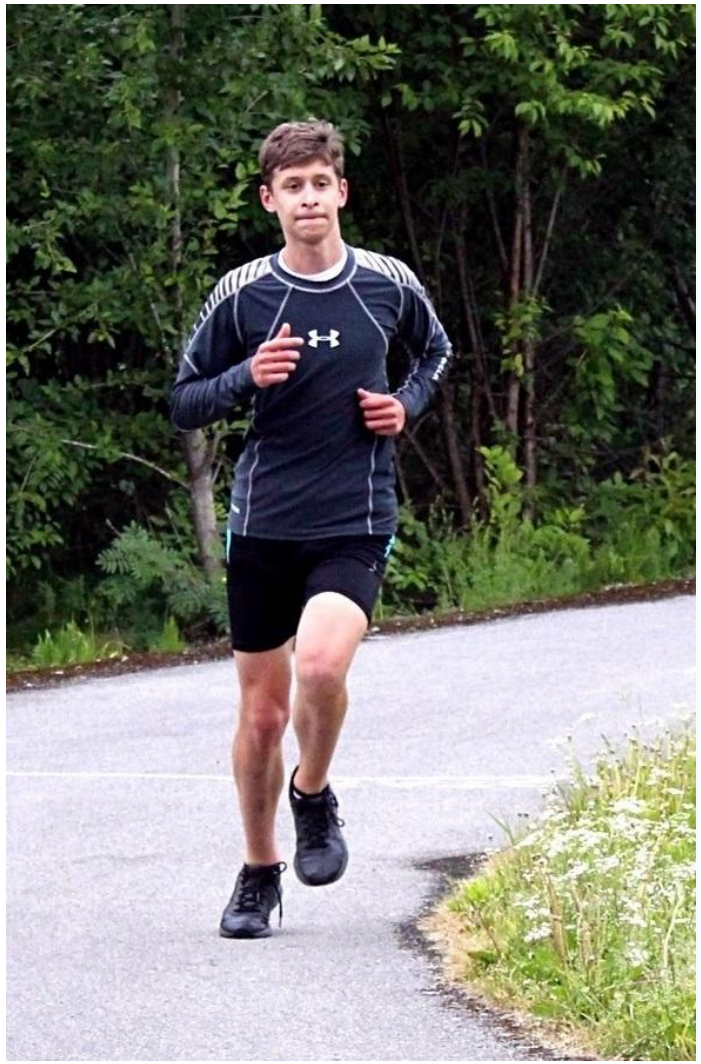
Я и спорт

Егор Дорофеев

9 а класс, МБОУ «БСОШ № 1»

С самого раннего детства я занимаюсь спортом. Утренняя зарядка, пробежки, подтягивания, плавание, обливания холодной водой – это часть моей жизни.



Самый любимый для меня вид спорта – это лыжные гонки. На лыжах я стою с трех лет. С 7 лет посещаю спортивную школу.

Первым моим тренером стал папа, он и сейчас поддерживает и направляет меня.

Каждый сезон я выступаю в соревнованиях различного уровня в разных городах Пермского края, часто занимаю призовые места.

Сейчас у меня около восьмидесяти наград разного достоинства, почти половина медалей – за первое место.

Спорт позволяет мне дисциплинировать себя и вести здоровый образ жизни.