

# Baletka – krása, ktorá bolí

22.01.2019 13:17

Šport

Autor : [Atila Barus](#), SOŠ IT, Tajovského, Banská Bystrica

---



Baletka, pod týmto názvom si väčšina ľudí predstaví ladnú tanečnicu, ale za tým sa skrýva bolesť, ktorú musíme každý deň prekračovať.

Byť baletkou nie je jednoduché, už od útleho veku treba spĺňať určité podmienky. Pokiaľ nie ste dostatočne vysoká alebo chudá, tak aj keby ste mali talent, skoro nikto si vás nevšimne. Nie je to ľahké a trénovať musíte už od malička. Keď sa do nejakého tanečného súboru dostanete, je ťažké sa v ňom udržať. Väčšina baletiek veľa športuje, je totiž dôležité udržať si skvelú postavu a tiež kondičku. Dôležitú úlohu hrá tiež psychika. Občas je veľmi dôležité zachovať pokoj pod nátlakom lektorov či učiteľov. Dokážete si to predstaviť? Ráno vstať o pol šiestej, rozcvičiť sa, dať si niečo malé, najlepšie nízkokalorické na raňajky, od ôsmej začína tréning, ktorý je až do dvoch hodín odpoľudnia. Potom by ste si konečne mohli zísť na obed, ďalej nasleduje skúška a samotné vystúpenie.

Balet môžete mať ako koníček, ale ak chcete byť profesionálom, musíte tancom žiť. Úrazy ako vyvrtnutý členok, natiahnuté väzy, alebo výron na nohe sú dennodenne. A to ani nehovorím o mozoloch...cez to všetko ale baletky ďalej tancujú.

To vypovedá samo o sebe, že baletky nie sú nejaké krehké dievčatá, ale len na scéne tak pôsobia.

Nepripomína Vám to niečo? Neplatí to iba pre tanec, ale i pre život. Zlepšujeme sa a prekonávame sa každým dňom i cez prekážky, ktoré nám život pripravil. Je to ťažké, ale stačí iba chcieť. A to je to, čo musíme absolvovať v ceste na vrchol.

---

Časopis školy



Hodnotenie článku



Autor článku



Atila Barus

Spoluautor článku

**Počet  
článkov**

19

**Priemerná  
čítanosť**

2347.42