|  |
| --- |
| **Браво, грации!** |
| *Ирина Княгиничева* |
| Скольженье, шаг еще бросок, прикосновенье, поза - точка. Мах, выпад, поворот, прыжок, - и загорелись обе щечки!  Весь зал наполнен красотой, изяществом передвижений. Как бабочки взлетают чередой гимнастки, овладев ученьем.  Жест, поворот плеча, волна, податливая гибкость тела. Душа, как тонкая струна, натянутая до предела.  Но видимая легкость рук, упругость, строгость линий четких - великий повседневный труд. Творцы своей судьбы девчонки!  Поклонников горят глаза, когда на сцене совершенство. Вам - " Браво, грации!", - кричать. Вас созерцать одно блаженство! |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/qPaX) |
|  |
| **Гимнастический зал** |
| *Екатерина Щетинина* |
| Гимнастический зал полон света и пыли. И одной из пылинок я в зале кружусь И тружусь… Мои мышцы о том не забыли. Я туда на мгновенье сейчас погружусь.  Вот бравурный аккорд издаёт пианино, И малышки опять начинают урок И стараются прямо держать свои спины, И насколько возможно тянуть свой носок.  Их ручонки станок полируют усердно, Их фигурки в трико будят дрёму зеркал… Я впервые тогда испытала наверно, Что такое телесно-духовный накал.  Раз, два, три… Нет, не так! Начинаем сначала! Гран-плие и батман! Гибче, выше, прямей! Я к недетским нагрузкам себя приучала: Сотни раз, тыщу раз – хоть умри, но сумей.  Что тянуло меня – малолетку-дурёху В тот безжалостный зал, где всё было всерьёз, Словно тщилась иную увидеть эпоху - Чьих-то взлетов, падений, оваций и слёз…  Над паркетом в прыжке затяжном зависала Не девчонка, а древняя птица-душа, И глубинная память от сна воскресала, Волю высшую этим исправно верша. |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/rfaX) |
|  |
| **Гимнастическая лента** |
| *Мария Манакова* |
| Искрит на теле блеск эластика. Букет изящных линий прост. Течёт отточенная пластика На гимнастический помост.  Дрожащей ленты окружение - Зигзагом пройденных дорог. За внешней лёгкостью движения -  И пот горяч, и тренер строг.  И не заплатится овацией, Наградой ей воды глоток. И по спирали ленты грацией Пройти б ещё один виток |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/p-aX) |
|  |
| **На гимнасток, девочек отважных...** |
| *Лариса Шушунова* |
| На гимнасток, девочек отважных, Мне смотреть приятнее в сто раз, Чем на  граций  подиумных,  пляжных... Как легко даются им сейчас  Головокружительные  трюки Эти - пируэты и  винты! Мне бы так  строку  вертеть и звуки Строить -  отзвук  детской  той  мечты,  Что не стала  явью  из-за лени. Эта  безотчётная  тоска... Где же силы для преодоленья Всей наличной массы языка  Мысли  взять  моей - не очень гибкой, Чтоб  легко порхала  между строк, Как  вот  эта  девочка, - с улыбкой Выполнив  немыслимый  соскок... |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/qfaX) |
|  |
| **Гимнастка** |
| *Геннадий Кандауров* |
| По эвольвенте, едва касаясь над ковром, Гимнастка, пружинисто сворачивается в ленте. Под блеск софитов, шквал аплодисментов срывает больше, Чем артист на бенефисе иль дивертисменте.  Неимоверного труда, спортсменки сублимация, Забыта в мышцах боль, разбитые коленки, Пред многотысячной толпой порхает грация. Из музыки, растяжек шведской стенки, Задумок тренера простая констатация.  Соперницам в немое назидание С улыбкой строгой стройное создание, Сквозь страх, отчаянье и слёзы, Выплёскивает творческие грёзы.  Прерывисто, натужено дыша, Собрав в кулак растрёпанные нервы, Наивная и хрупкая душа, С решимостью в глазах от взрослой стервы, Уже давно решила про себя - я буду первой!  Под звук последнего, затихшего аккорда, Она без сил стоит с лицом поднятым гордо. И торжество столь яростно в моменте, Что слышен шум колец на падающей ленте.  По эвольвенте, к вершинам славы, к вершинам спорта, Не зная детства, в мозолях сорванных, в кровавой ленте, На пьедестале медаль наденьте, она другая, другого сорта. Вся жизнь за миг на постаменте, то вверх, то вниз По эвольвенте, по эвольвенте… |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/rPaX) |
|  |
| **Гимнастка** |
| *Елена Щепотьева* |
| Как отточены движенья, Как легки, и как прекрасны, Незаметно напряженье. Ты - гимнастка, это ясно!  Я любуюсь каждым жестом, Грацией и красотою, Для меня ты - ангел, честно, Стала ты моей мечтою.  В зале на ковре зелёном, Где ты с лентою танцуешь, То взлетая окрылённо, То кружась, ты всех волнуешь.  Куколка, девчонка, чудо! Ну откуда ты такая? Ни за что я не забуду! Пред тобою умолкаю...  Ты, бесспорно, совершенство! Ни изъяна я не вижу. На тебя смотреть - блаженство, Подойди, - молю я, -ближе.  До чего же танец краток! Ближе мы с тобой не стали. Миг твоей победы сладок, Ты стоишь на пьедестале. |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/q-aX) |
|  |
| **Гимнастика** |
| *Валерия Егоренкова* |
| Гимнастика – классный вид спорта, не правда ли? Ты выступаешь с мячом и булавами, Ты ленточку крутишь, скакалку бросаешь, И с обручем тоже ты выступаешь.  Ты крутишь турляны и повороты, Конечно ты делаешь перевороты, И без предмета ты выступаешь, И кольца в прыжках высоко поднимаешь.  Еще ты везде должен ноги тянуть, И спину свою посильнее прогнуть, И, если ты сделаешь все это вместе, Займешь ты достойное первое место,  Трудился ты в зале так долго не зря Награда за труд ожидает тебя Получишь медаль и получишь диплом И все тебе скажут, что ты чемпион! |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/qvaX) |
|  |
| **Сколько новых, молоденьких елочек, подрастает в России родной.** |
| *Нина Ландышева* |
| *Ты энергична и строга. Такие выгранить таланты!  И засверкали бриллианты… Наш ТРЕНЕР - ты нам дорога!  Вере Штельбаумс.*  \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*  Сколько новых , молоденьких елочек Подрастает в России родной.  Рядом мамы, одеты с иголочки, У детей их задор заводной.  Причесали уже под Бессонову, А в улыбках- Алины кураж.  А малышки, С прическами…сонные, Вспоминают вчерашний тренаж.  Эти тонкие руки, русалочьи, И батманов широкий размах.  Как Вам хочется, «Гадким утеночкам»… Превратиться в Кабаеву, АХ!  Вот она появляется трепетно, Зал взорвался, Восторга накал.  И зеленою лентою Выстрелил, ЕЕ танец В бушующий зал!  \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*  У Веры пируэты превосходны, Я ей по праву первенство отдам,  Иллюзия, что девушка в пуантах, А остановится- ажурный Нотр- Дам.  Бессонова же Аня с Украины. Проблемно ей в России выступать.  Ну улыбнись, взгляни ты в зал «Алиной» И он тебе начнет рукоплескать!  Игрушками болельщиков усыпан, Ковер.. Ведь ШОУ было здесь.  Девичьим потом Был бы он пропитан… Но занавес упал, И ЧУДО есть! |
| *Источник:* [*Стихи.ру*](http://u.to/pvaX) |
|  |
| **Художественная гимнастика** |
| *Неизвестный автор* |
| Прыжок!..Бросок!... В восторге замер зал... И шквал оваций и улыбок! Ах, если бы судья не замечал Гимнасткой сделанных ошибок... Нет спорта лучше, чем она! Она гармонии полна, И музыки, и пластики - Художественная гимнастика! |
|  |
| **Гимнасточки-художницы** |
| *Неизвестный автор* |
| Гимнасточки-художницы с недетскими страстями, А по большому счету нужны вы только маме. Сегодня ты любимица, для тренера надежда, А завтра вдруг изменится, все то, что было прежде: Из строя травма выбила - и надо переждать... А ведь ее задача - идти и побеждать! А может быть моральный произошел надлом И вдруг сломалась "звездочка"... Что будет с ней потом? Возьмут другую девочку, из тех, что в ряд стоят, Высокеньких, красивеньких,... чьи мамы "прошустрят"...  Другая незаезженна, она юна, свежа! Вы только с ней работайте - распахнута душа! А мама с благодарностью Вас не заставит ждать, И у нее задача - идти и побеждать! А "звезд" былых растопчут все сплетники вокруг, И сразу все понятно, кто враг был, а кто друг... И, Боже, как же грустно все это осознать, Что с детскими сердцами возможно так играть... Нас всех ведет стремление и тяга к красоте! Но не забыть бы главное в грызне и суете... Гимнасточкам терпения хочу я пожелать, А тренерам и мамам "лица" не потерять. Гимнастика на время, а жизнь - она длинней, Намного ведь важнее, что дальше будет в ней! |
|  |
| **\*\*\*** |
| *Неизвестный автор* |
| И в будни я и в праздники в спортивный зал спешу, там ждет меня - гимнастика и с нею я дружу! Булавы, лены, мячики, покорны станут мне. Держу их в крепких пальчиках, танцуя на ковре.  Закручиваю обруч, бросаю его вверх. Хочу я стать похожей на Марину Шпехт, И тренер мой старается, советы мне дает. А мама - улыбается. Моей победы ждет. |