



Таганрогский институт
управления и экономики

#СПОРТ_В_ЛИЦАХ



- Кандидат в мастера спорта по художественной гимнастике;
- победительница шестого и восьмого всероссийских турниров по художественной гимнастике "BabyStar";
- серебряный призёр республиканского турнира "Созвездие красоты" (ДНР) (2020);
- победительница межрегиональных соревнований по художественной гимнастике в г. Аксае (2021);
- победительница Всероссийских соревнований по художественной гимнастике в г. Москве (2022)



**Бугенко Ксения
Александровна**

группа СПОП-23



В четыре года, когда мама привела меня в спортивный зал, где я заворуженно наблюдала, как занимаются красавицы-гимнастки, я и представить не могла, что для меня откроется мир профессионального спорта. Художественная гимнастика очень красивое, но вместе с тем и крайне сложное спортивное направление.

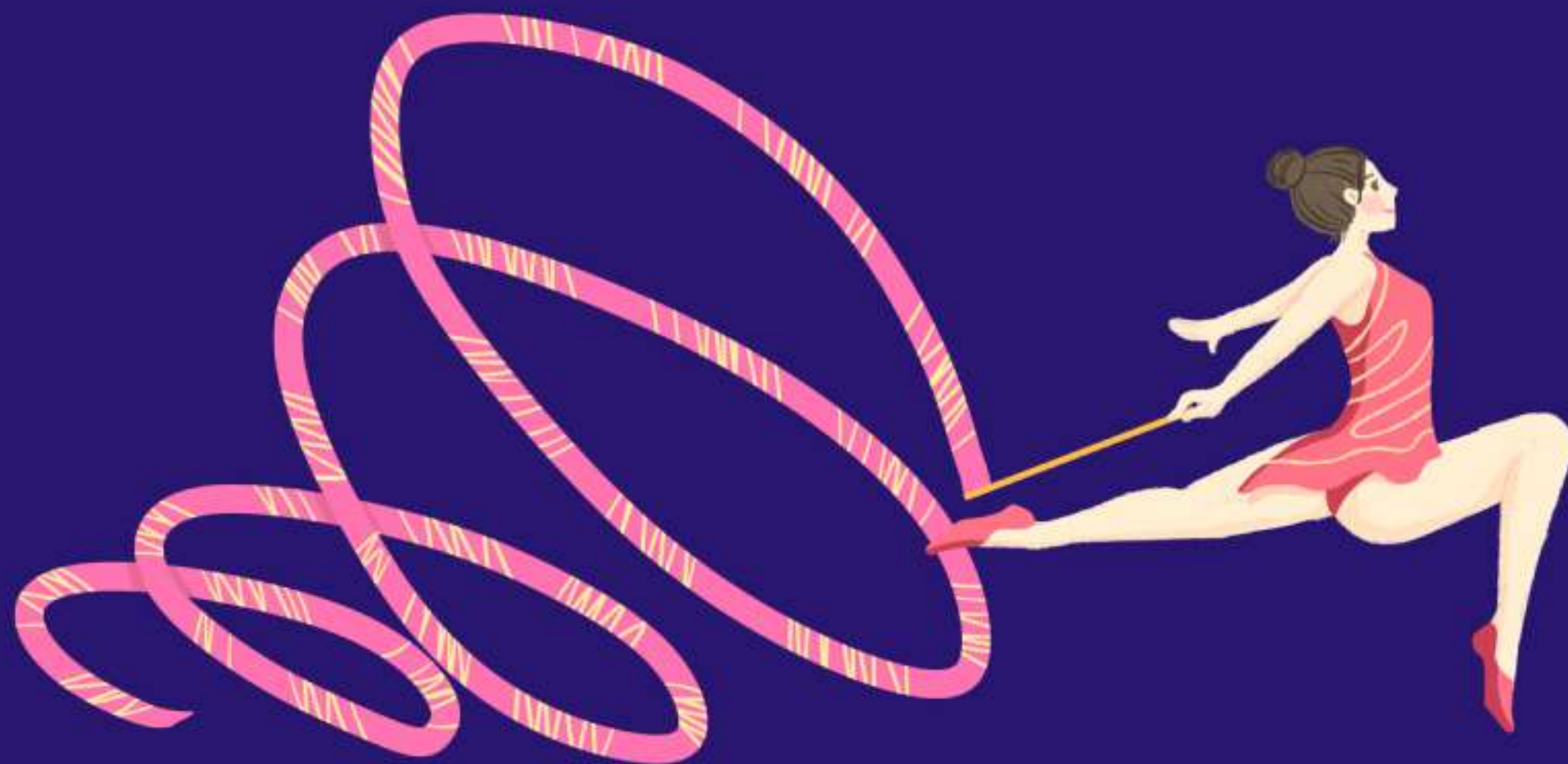
Не скажу, что мой путь был легким. Казалось, что "типичные" гимнастки рождаются с гибкостью и грацией, а у меня все шло с сопротивлением, колоссальным трудом и порой даже слезами.





Я шлифовала элемент за элементом, движение за движением. Стремление к спортивным успехам и длительные тренировки по четыре-пять часов в день постепенно привели к первым результатам. Гибкость, которая изначально была не идеальной, стала моей сильнейшей стороной, и призовые места на соревнованиях стали тому подтверждением.

Я почувствовала уверенность, повышая разряд за разрядом. Но далее на моем спортивном пути возникли серьезные препятствия, встал вопрос об уходе из спорта. Сильные травмы и боли в суставах... Казалось, все против меня.



Были моменты, когда хотелось все бросить, но именно семья стала моим фундаментом и поддержкой.

Она не позволила мне опустить руки. Мама успокаивала, вдохновляла, верила, помогала в реабилитации.

В 14 лет я стала кандидатом в мастера спорта по художественной гимнастике в родном Донецке. Но, к сожалению, особенности времени внесли свои коррективы, мне пришлось покинуть город и попрощаться с профессиональным спортом.





Но я не остановилась.
Танцы, пилатес, фитнес – я
открыла для себя новые
увлекательные
двигательные
направления, в которых
трансформировались мои
способности как
гимнастки.

Я горжусь собой и тем, что
прошла этот путь, получив
не только награды, но и
огромный опыт.

Теперь в перспективе у
меня получение
специальности,
профессиональное
становление, а также
дополнительная
самореализация в
качестве тренера.

