

DINA GIOCA A PALLAMANO



Due volte alla settimana, Dina gioca a pallamano.

Gioca nella squadra femminile di Fjordvik, che si allena il lunedì e il giovedì

Nei fine settimana, spesso giocano le partite



Free image from [PublicDomainPictures.net](https://www.PublicDomainPictures.net)



Image by Steffen Pröbldorf, CC BY-SA 4.0

Le piace giocare a Fjordvik perché tutte le ragazze sono molto gentili e perché l'allenatore è fantastico.

Ha giocato a pallamano per sei anni, ma la squadra di Fjordvik è molto meglio della squadra in cui giocava prima.

In questa stagione hanno vinto quasi tutte le partite.

Dina è sempre stata attiva e si è sempre tenuta in forma.  
Ha provato diversi sport, ma la pallamano per lei è lo sport più divertente.

Della pallamano le piace il fatto che per giocare si usa tutto il suo corpo.

E' importante avere gambe forti e rapide, perché si deve correre veloce e saltare in alto.

Pertanto, Dina deve anche avere polmoni allenati e una buona forma fisica.



Image by Steffen Pröbldorf, CC BY-SA 4.0



Image by Steffen Pröbldorf, CC BY-SA 4.0

LEI È MOLTO BRAVA A LANCIARE LA PALLA CON IL BRACCIO DESTRO; IL SUO BRACCIO SINISTRO, INVECE, NON È COSÌ FORTE.

DINA VORREBBE DIVENTARE PIÙ FORTE PER LANCIARE ANCORA MEGLIO.

LA PALLAMANO È UNO SPORT DIFFICILE ED È ABBASTANZA FACILE INFORTUNARSI.

DINA SI È FATTA MALE QUALCHE VOLTA, MA FORTUNATAMENTE NON È MAI STATO NIENTE DI SERIO.

*“Forse è perchè sono in ottima forma” pensa lei.*

*Ma la pallamano non è solo muscoli e forma fisica.*

*Anche le tattiche sono importanti; e Dina deve usare la testa quando gioca.*

*Lei pensa sia interessante.*

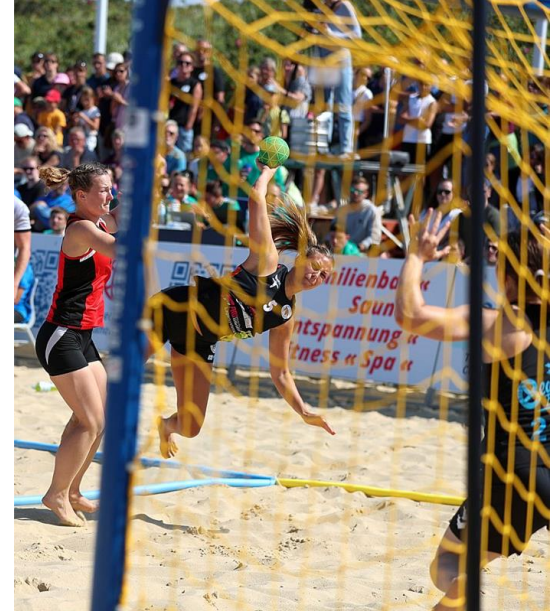


Image by Marcus Cyron, CC BY-SA 4.0



Image by @sumofmarc on flickr, CC BY-NC-ND 2.0

Il più grande sogno di Dina è diventare una giocatrice professionista di pallamano.

Spesso guarda la squadra nazionale norvegese in TV.

Le giocatrici norvegesi sono bravissime.

Sono state anche campionesse Olimpiche!

Forse anche lei riuscirà a rappresentare la Norvegia alle Olimpiadi tra qualche anno?

Questa era la storia di  
Dina.

Non tutti amano gli sport,  
ma forse un giorno  
piaceranno anche a te...  
oppure già ami fare sport?



Image: Rawpixel.com on freepik.com