|  |
| --- |
|  |

**Polttamassa reikää taivaaseen.**

Ashley Cultra päättää mennä laskuvarjohyppäämään äitinsä kanssa Havaijilla.

Metallinen kahva sormieni alla on kylmä ja armoton. Suolainen ilma polttaa nenääni,1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Olen yksin ja hukassa tällä kaukaisella taivaan kappaleella.

Tai no, en oikeastaan. Tosiasiassa olen sidottuna Scotiin. Minä tapasin hänet vasta muutama tunti sitten ja olisi hauska 2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Scott on minun laskuvarjohyppyopettajani ja hän kehottaa minua hyppäämään ulos lentokoneesta 14000 jalkaa merenpinnan yläpuolella.

Ja minä teen parhaani ollakseni välittämättä hänestä ja keskityn sen sijaan rauhoittavaan lauluun.

Hengitä.

"Oletko kunnossa?" Scotin lempeä ääni keskeyttää minun joogahengitykseni ja pudistan nopeasti päätäni. Lopulta avaan silmäni vilkaistakseni taakseni äitiäni ja odotan näkeväni samanlaista kauhua ja tavallaan toivon, että hän haluaa perääntyä ja 3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

"Ash, et voi istua siinä koko päivää! Pystyt siihen! Mennään! "Kurtistan silmiäni sulkevakseni ulos ohikiitävän maailman alapuolella ja työnnän kieleni ulos (vale) kapinoinnin merkiksi.

"Kulta, mene! " Äiti tökkää minua jälleen. Tällä kertaa hänen äänessään on se tietty sävy.

Tiirailen ulos lentokoneen ovesta ja näen jumalaisen turkoosinsinisen maailman allani ja yhtäkkiä haluan olla osa sitä.

Oi, miksipä ei!

Saan aikaan pienen hymyn Scotille ja hän laskee kolmeen. Sitten.. WHOOSH! 4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. En kirjaimellisesti pystynyt hengittämään useaan sekuntiin. Kun putoamme sadan mailin tuntinopeudella, toivon yhtäkkiä ettemme osu yhteenkään lintuun matkalla alas.

Yritän kääntää päätäni kysyäkseni Scotilta mahdollisuudesta osua lokkiin tässä korkeudessa, mutta joudun nielaisemaan sanani ja 5.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Oletan, että tämä tuulitunnelissa olo tuntuu juuri tältä.

Scott levittää siipiäni, tarkoitan käsiäni, oikeaan muotoon ja minä kiljun ilosta.

Wo-hoo!

Tältä kotkista tuntuu, 6.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Tai supermies! Minusta täytyy tuntua samalta kuin supermiehestä, kun hän polttaa polkua taivaan halki. Voisin hyvin kokeilla tätä uudestaan. Minä kokeilen tätä uudelleen! Huomenna, ehkä!

Yhtä nopeasti kuin se alkoi 60 sekuntia vapaapudotusta on ohi ja me leijumme rauhallisesti ilmavirtausten mukana.

Etsin äitiäni ja näen hänet vasemmalla puolellani, nauramassa vahingoniloisesti ja vilkuttamassa minulle. Olisi täydellinen tilaisuus pysäyttää tuo puhtaan ilon hetki hänen kasvoilleen.

**Ei heikoille**

Mikä on urheilu(laji)n määritelmä? Urheilullinen toiminta, joka vaatii taitoa tai fyysistä kyvykkyyttä ja 7.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Jalkapallo, pesäpallo sekä yleisurheilu sopivat tähän määritelmään kuten myös tanssi. Kyllä! Se vaatii taitoa ja fyysistä kyvykkyyttä. Aivan varmasti!

Urheilulajina tanssi vaatii vuosien harjoittelua ja kovaa työtä, jos siinä haluaa kehittyä. Vaikka jotkut uskovat, että tanssi ei ole muuta kuin balettihameita ja pyörähtelyä, se on oikeasti henkisesti ja fyysisesti vaativaa toimintaa.

Tanssi on itse asiassa aika samanlaista kuin yksi USA:n suosituimmista urheilulajeista: jalkapallo. Molemmissa urheilijoille on annettu tietyt tehtävät, roolit tai asemat. Molemmat 8.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Molempien lajien urheilijat liikkuvat käyttäen tietynlaisia askeleita/vaiheita ja syöttöjä/syöksyjä. Samanlaista, eikö?

Kuitenkin, yksi ero tanssin ja useimpien muiden urheilulajien välillä on se miten urheilijat käyttäytyvät urheillessaan. Tennisottelussa pelaajat murahtelevat ja voihkivat lyödessään palloa näyttääkseen kaikille miten kovasti he tekevät työtä. Kun taas tanssijoiden pitää aina näyttää sulokkailta ja höyhenenkevyiltä. Parhaat tanssijat pystyvät 9.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Näiden liikkeiden hallintaan tarvitaan paljon harjoitusta jotta ne näyttävät helpolta. Tämän vuoksi tanssi on myös henkistä urheilua.

Dr Jill M-G, kinesiologian professori, on työskennellyt kansallisen tason mestarien sekä olympiavoittajien kanssa. Työskennellessään ammattikilpatanssijoiden kanssa hän huomasi, että jiveä tanssiessa tanssijan jalkojen nopeus voi olla 15 mailia tunnissa. Lisäksi tanssija voi 10.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_– 4 kertaa nopeammin kuin levysoitin.

Tasapaino on elintärkeä osa tanssia. Tanssijoilla täytyy olla hyvät keskivartalon lihakset. Miehet tarvitsevat vahvat hartiat nostoja varten, koska heidän pitää kannatella oman painonsa lisäksi myös parinsa painoa. ”Tanssijat kuuluvat maailman kovimpien urheilijoiden joukkoon” väittää Dr M-G.

Jotkut ihmiset ajattelevat, että tanssi 11.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_kuten maastojuoksu. Nämä juoksijat käyttävät kuitenkin voimaa vain yhteen suuntaan, mutta kuten dr M-G sanoi, tanssissa kätesi, jalkasi ja pääsi liikkuvat ja käyttävät voimaa eri suuntiin samanaikaisesti.

Tanssi on kardiovaskulaarinen, aerobinen ja vaativa laji. Monet ammattiurheilijat tanssivat parantaakseen liikkuvuuttaan. Tanssi täyttää kaikki urheilulajin vaatimukset ja se sisältää myös urheilulajien kaikki fyysiset ja psyykkiset haasteet.

Jos pudistelet päätäsi ja mietit, että tuo tyttö on hullu, nouse ylös tuolistasi ja kokeile itse.