

A TURMA DA GINÁSTICA

Era uma quinta feira de junho. Por volta das 10:30h da manhã o céu estava limpo e o sol forte aquecia o corpo na praça de exercícios sobre o antigo reservatório da Sabesp na Rua 13 de maio. O grupo alegre e disposto já estava a postos. Na sua maioria idosos e aposentados, mais mulheres que homens que duas vezes por semana vem praticar os exercícios físicos, durante uma hora sob orientação dos professores Eduardo e Luciana. Brincam, fazem piadas, reclamam de dores, mas sabem que a atividade física lhes faz bem. Alguns já estão no segundo ano de preparação e demonstram uma forma física invejável. Outros que entraram mais recentemente ainda penam um pouco. Eu ainda fora de forma, tenho dificuldades para acompanhar o ritmo forte que os professores impõem. O lugar é adequado e agradável e possui vários aparelhos para diferentes exercícios. Uns mais leves, outros mais pesados, distribuídos num belo gramado e rodeados por uma pista de cerca de 400m para caminhada, localizados no bairro do Paraíso, muito perto da Av. Paulista. Os professores chegam sempre no horário e preparam os equipamentos. São jovens, bonitos e competentes. Ele é o xodó das mulheres e ela loira, esguia e bonita, chama a atenção. Ambos muito dinâmicos, orientam os participantes, dando a cada um a carga apropriada de exercícios.

A atividade criada para proporcionar bem estar e saúde aos aposentados da Sabesp, agregou as pessoas e até um grupo de “whatsapp” foi formado e por ele a turma se comunica diariamente. Mensagens alegres de bom dia, piadas, novidades e até comentários políticos, futebolísticos e sociais, abundantes na mídia moderna são veiculados, ajudando a sociabilidade e fazendo bem para a saúde mental também. Uma intensa atividade social agregou este grupo de associados, ensejando outros eventos como passeios, viagens, e até outros cursos que os membros do grupo acabam fazendo.

A associação se enriqueceu, agregando os associados e trazendo gente nova para seus quadros. Foi e é, sem dúvida um sucesso.