

Csak nyertem ezzel a tíz héttel!

Az életemnek nem volt része a rendszeres testmozgás, de egy ideje már azt jelezte a testem, hogy sürgősen tennem kell valamit érte. Ekkor találtam rá az Ágipilates Csoportra és a 21+3 napos kihívásra. Tornáztam helyyel-közzel, éreztem a jótékony hatását, élveztem a gondolatébresztő percekét.

De! Hamarosan itt egy számomra fontos nap, amire célt tűztem ki!

És ekkor indult a Tudatos Bombanő program. Remek! Éppen erre van szükségem; tíz hét, beosztott feladatok! Kihagyhatatlan lehetőség, és még a megálmodott célom is teljesülhet.

Az igazat megvallva, ebben kicsit szkeptikus voltam, mert túl szép, hogy igaz legyen. Indul a tíz hét, és lelkesen, lendületesen, napról-napra csináltam a tornaprogramokat, végig hallgattam a videókat. A munkám miatt előben általában nem tudtam bekapcsolódni.

Volt, hogy heti öt napot tornáztam. Végtelen örömmel veregettem meg a vállam, hogy mindezt élvezettel csinálom, mert ez engem is meglepett. Mindegyik tetszett: a Pilates, a Body Art, a Port de Bras, bár nem mindent tudok még teljesen szabályosan megcsinálni.

Túljutottam az ötödik héten, és jött egy holtpont. Bennem, körülöttem. Depresszió, mert még nem látok változást. Fárasztó, kedvetlen napok- hetek (? nem is tudom, olyan hosszúnak tűnt). Lelkesítő szavak meg nem voltak. Leálltam, de nem adtam fel. A szabadságom alatt újra elővettem a programot, elkezdtem hallgatni az előadásokat, és már tudom, hogy folytatom!

A tizedik hét végére nem lettem még bombanő de tudatos az igen és bomba meg majd leszek.

A kitűzött határidőmről pedig csak annyit, hogy egyéb okok miatt tolódik egy hónappal.

Hát nem Isteni Szerencse?