Ho sempre trovato noioso allenarmi, combattevo contro l'odio verso il mio corpo perchè non mi vedevo in forma con la pigrizia, ogni mattina mi svegliavo con l'intenzione di andare in palestra poi cominciavo i lavori di casa e mi veniva la strana convinzione che anche passare l'aspirapolvere o lavare per terra fosse ginnastica e potesse dare gli stesi risultati.
Neanche le continue critiche di mio marito sul mio aspetto fisico erano di stimolo, o meglio, lo erano per i primi 5 minuti ma generalmente arrivavo a malapena a preparare la borsa poi al momento di uscire ogni scusa era buona per cambiare direzione, la spesa, l'armadio da riordinare, mamma da andare a trovare ecc.
Così passavano i mesi di abbonamento, che regolarmente pagavo, ma che non sfruttavo aumentando le occasioni di mio marito per darmi contro..
Guardarsi allo specchio e non piacersi è forse la sensazione più brutta che una donna può provare ma neanche questa era una ragione sufficiente.
Un giorno ero al supermercato a fare la spesa e incontro la mia amica Giovanna in ottima forma, dimagrita di almeno 10 Kg ma non tanto per il peso perso quanto per le curve... aveva le curve, non era una curva unica come io me la ricordavo.
Le chiedo notizie sul suo cambiamento e scopro che anche lei è iscritta alla mia palestra, a differenza mia lei frequenta assiduamente e mi parla di una pedana oscillante decantandomene meriti e dice che per lei allenarsi è divertente... divertente!!
Rimango colpita dal suo entusiasmo e così quella sera prendo coraggio afferro la borsa e vado.
Devo dire che mi sentivo come una bambina il primo giorno di scuola e la voglia di voltarmi indietro e andarmene era fortissima ma fortunatamente incontro Giovanna che mi trascina dentro, mi presenta il suo parsonal trainer che mi inizia a questa fantastica pedana.
All'inizio è molto difficile perchè non è semplice utilizzarla o meglio sfruttarne tutti i benefici, soprattutto per una come me ma ora riesco ad allenarmi da sola e venire in palestra è diventato un piacere.
Ora mio marito ha da ridire solo sul fatto che spesso torna a casa dal lavoro e non trova la cena pronta ma per ogni lamento ho comprato un completino intimo nuovo e allora anche a lui torna il sorriso. Chissà magari riuscirò a convincerlo ad usufruire dei fantastici benefici di questa meravigliosa pedana così in palestra ci possiamo venire insieme.
Grazie quindi a tutti i vostri professionisti che hanno lavorato per realizzare questo gioiello del fitness, grazie per aver fatto tornare il sorriso a questa casalinga disperata.

Loredana Rizzato, Nova Milanese