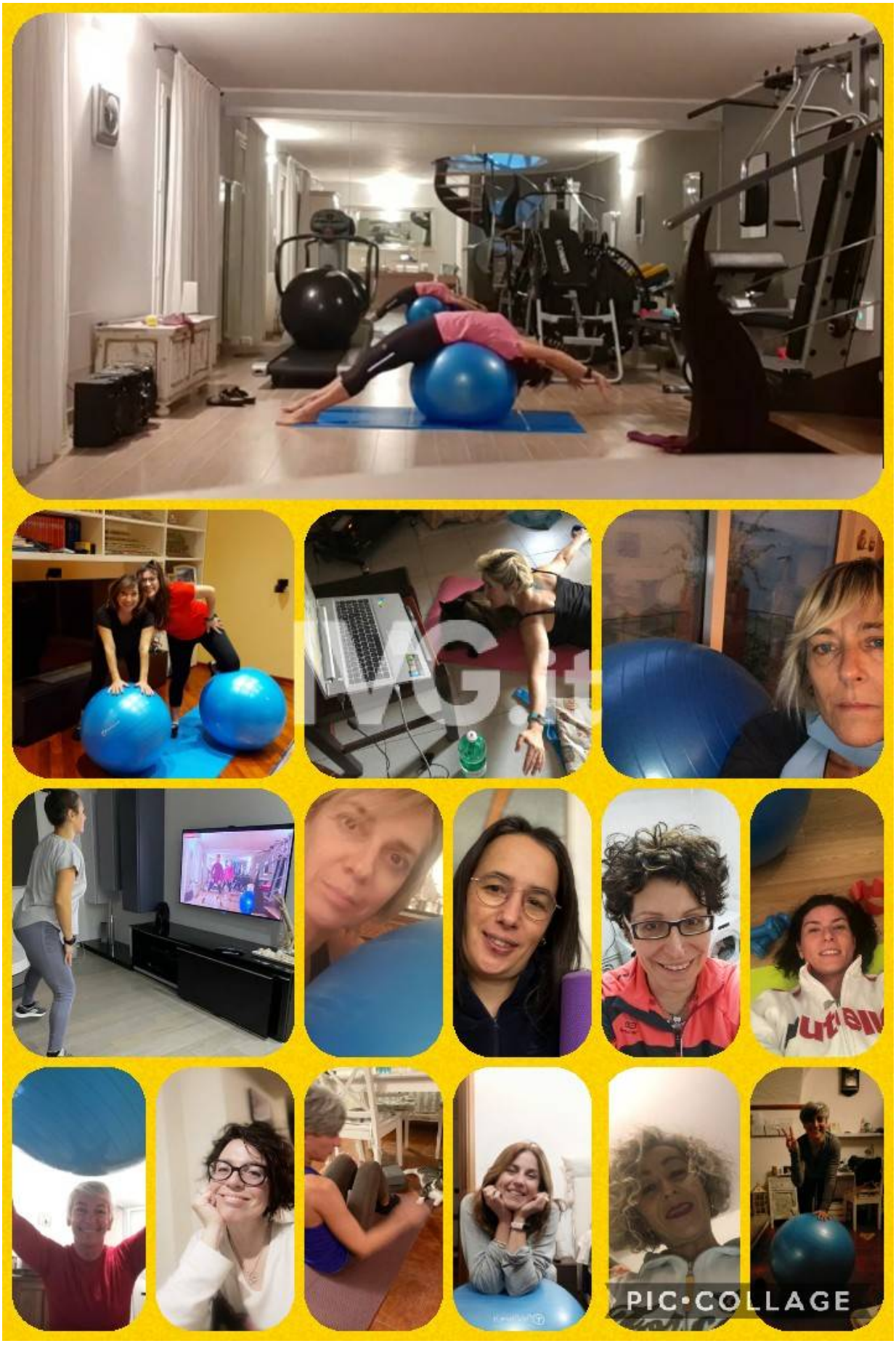
Da Tovo alle piattaforme digitali. Ecco come prosegue il corso di Pilates con Laura!

di **Polisportiva Finale**
10 Dicembre 2020 – 9:45



Laura Vico, istruttrice del Corso “Pilates con Laura”, della Polisportiva del Finale, ci racconta l’esperienza del corso che sta tenendo online, ora che l’allenamento in palestra non è consentito. Il suo corso, nato nella palestra di Tovo San giacomo, sta riscuotendo

davvero parecchio successo e sta ottenendo iscrizioni anche da altre zone d'Italia. Ecco come ci racconta la sua esperienza:

"Classe 1970 …… quelli della mia infanzia, non erano certo anni in cui si cresceva con internet e con tutto ciò che oggi la tecnologia regala", ci dice Laura Vico, "Così, al primo Lockdown non nego, di essere stata un po' presa dal panico. I miei pensieri si dividevano tra il chiedermi "ora cosa faccio con le allieve della palestra" e il fatto di non sentirmi così audace come alcuni miei colleghi che avevano già sperimentato l'online direttamente sulle loro pagine Facebook.

Ma non potevo di certo arrendermi", prosegue Laura "e pertanto, mi sono rimessa in gioco. In fondo, anche se questo anno particolare, è anche l'anno del mio cinquantesimo compleanno, desideravo davvero fare qualcosa per andare avanti con le ragazze! Cosi ho iniziato, prima un po' timorosa, e poi sempre più disinvolta, a buttarmi in questa nuova impresa delle lezioni online, anche spronata dalle allieve che hanno, sin da subito, accolto questa alternativa con entusiasmo.

Proposta tornata utile anche ora in questo secondo stop delle strutture sportive. Ma questa volta mi sono fatta trovare pronta…… pagina privata su Facebook…… gruppo Whatsapp denominato "Armata anatre furiose" … distribuzione di piccoli attrezzi come fitball… softball … elastici, per consentire alle ragazze di allenarsi da casa, ed è ripartita l'avventura.

Certo, le lezioni in presenza sono un'altra cosa, ma mai scoraggiarsi nella vita e la possibilità di vedersi anche solo on-line tutte le sere regala a me e alle allieve tanta energia positiva. Abbiamo così il modo di muoverci ugualmente anche se a distanza. E devo ammettere che l'ormai divenuto "corso di pilates on-line con Laura" organizzato in collaborazione con la Polisportiva di Finale, sta riscuotendo parecchi consensi perché lo sport, effettivamente, è questo: energia positiva che scorre in due direzioni… le mie ragazze sanno che io ci sono, sono lì per loro. Qualsiasi cosa, dubbi, spiegazioni possono contattarmi ma, allo stesso modo, io so che loro danno tanto a me con la loro presenza… è un dare-avere che produce emozioni positive.

Il nostro motto è… "tutte insieme appassionatamente" ed è così che, attraverso lo schermo, ci accompagneremo verso i prossimi mesi, verso la fine di questo periodo particolare ma che noi ricorderemo perché comunque ci siamo tenute compagnia …DIVERTENDOCI!!!!

Per concludere, ci tengo a riportare un messaggio che una mia allieva, (una delle ragazze che abitano fuori dalla regione Liguria, che hanno potuto iscriversi al corso, proprio grazie al fatto che si sta svolgendo via internet), mi ha inviato, quando ho raccontato al gruppo che sarebbe stato pubblicato un articolo sul nostro corso: "Scrivi anche due parole sul sostegno che sei stata e che sei per noi distanti, in una regione diversa dalla vostra, che abbiamo sudato molto volentieri con voi Liguri perché unite dalla passione che hai per lo sport e l'attività fisica. Personalmente sei stata fondamentale per non cadere in depressione Laura!" … questa … come tante altre… sono bellissime testimonianze che danno energia a me e alle ragazze del corso per andare avanti in questo non facile momento per tutti".

Ed è proprio così che deve essere. Grazie a Laura, al suo profondo amore per lo sport, e alla sua energia positiva, tante ragazze hanno la possibilità di continuare a fare attività fisica, per divertirsi, stare in compagnia e tenersi in forma. Complimenti a Laura Vico!