

Sport life

Bertha Gutiérrez Rodilla

Universidad de Salamanca (España)

Con la llegada de la primavera, la mayoría de los *magazines* activan las sirenas de *emergencia* que avisan a las mujeres de que se acaba el tiempo de que disponen para conseguir un cuerpo 10, antes de mostrarlo en toda su *algidez*¹ celulítica en la piscina.

Yo practico *do-in*² para combatir el *neostrés*.³ Y, además, este largo invierno he tratado de compatibilizar mis visitas a lugares *cocooning*⁴ con saludables y atractivas cenas *veggie-chic*.⁵ A pesar de todo ello, debo confesar que mi cuerpo no está en condiciones de enseñárselo a nadie. Y, como entre mis *ADL*⁶ no se encuentra el hacer un ejercicio que machaque mi *body* como Dios manda; y, sobre todo, como mi *content room*⁷ está completamente sumergido en el *hi-tech*⁸ —por lo que no pega ni con cola que ponga en él una *abdominal board*⁹—, he pensado que lo mejor es que me matricule en un gimnasio. Así que, ni corta ni perezosa, me he ido esta tarde al *Sport Life*, que está cerca de mi casa, para *demandar* información. Pero, sinceramente, no consigo aclararme, dada la *oferta* tan amplia e innovadora de actividades que hay y dados, también, los nombres que las designan y las explicaciones que los acompañan: puedo hacer *spinning*, que es como un «ciclismo para chicas», o practicar *staby*, una «nueva clase colectiva en la que se usa una pértiga corta que vibra con nuestros movimientos» (¡!). También es posible que me olvide de la natación normal y haga *swap* con música, o que deje de lado el *tradicional* aeróbic e ingrese en una especie de *Escuela de sirenas* que es el *aquagym*. Si lo que quiero es «yoga en femenino», para eso está el *body balance*; pero, si lo que busco es un aeróbic con «coreografía basada en patadas, puñetazos, codazos o rodillazos» —no sé si esto lo podrían definir como «aeróbic en masculino»—, debo inclinarme por el *cardio-thai*. Siempre me queda la posibilidad del *bodypump* —hacer pesas siguiendo una coreografía— o, mejor, los *pilates*, que es una forma ligera y suave de hacer ejercicio... y muchas, muchas cosas más.

Como me he quedado agotada sólo de escuchar todo esto y como, al fin y al cabo, ya tenemos el verano encima —por lo que no me va a servir de nada ir ahora a un gimnasio—, lo voy a dejar para el curso que viene. Mientras tanto, desde mi *lounge area*, practicando el mejor de los deportes que existen que es el *lounging*,¹⁰ voy, mejor, a seguir un curso aceleradísimo de inglés vía *digital*; porque, cuando nos queramos dar cuenta, la *Spanish omelette* ya no se hace con patatas, sino con *chips*.

Notas:

¹ En medicina, frialdad glacial; mal empleado aquí por *plenitud*.

² Gimnasia japonesa que potencia el bienestar físico y restablece el equilibrio mediante técnicas zen.

³ Denominación que engloba las enfermedades propias de la sociedad actual, tales como el *burning* o el *mobbing*, por ejemplo.

⁴ Tendencia *new domesticity* que lleva a crear en bares, restaurantes, hoteles, etc., un ambiente hogareño, a base de sofás, chimeneas, fotografías, estanterías..., para que los clientes no se sientan «fuera del nido».

⁵ El intento de hacer divertida la aburrida comida vegetariana.

⁶ *Activities of Daily Living*, lo que uno hace a diario, como comer, lavarse, dormir...

⁷ Como se llama ahora al tradicional *living room* o salón de la casa, donde a la mesa, sofá y televisión se han añadido el ordenador, la *play station*, el DVD...

⁸ Abreviación de *high technology*; y, también, estilo de diseño de interiores que trata de reproducir ambientes altamente tecnificados (¿o debería decir *tecnologizados*?).

⁹ Tabla, o mesa, o cama, o *banco* para trabajar los músculos abdominales.

¹⁰ Comer, leer, dormir o ver la televisión, por ejemplo, tumbados en el sofá.

Reproducido con autorización de *El Trujamán*,
del Centro Virtual Cervantes (<<http://cvc.cervantes.es/trujaman/>>)