

Faragó-Kupi Andrea

Futni vagy nem futni:  
az itt a kérdés

## Kezdetek kezdete...

Nem voltam feltűnően kiemelkedő egyetlen sportágban sem. Nem voltam kifejezetten hajlékony, jó mozgáskoordinációjú, jó reflexű, gyors, átlagon felüli egyensúlyérzékkel rendelkező. Sőt, mondhatni, teljesen átlagos szintű volt a mozgásigényem is.

Nem jártam semmiféle különórákra, mint judo, balett, foci, jégkorcsolya... és még sokáig hosszan sorolhatnám a sort, meg valljuk be, az én korosztályomban ez még kevésbé is volt lényeges, mint a mai csemeték esetében, akik már szinte 3-4 éves korukban elkezdnek ismerkedni különböző sportágakkal. Ha persze ez nem erőltetett százjézzel megy, még jó is kisülhet a dologból. De sajnos 90%-ban azt tapasztaltam, még óvodai dajka-gyakornokságom alatt, hogy viszonylag kevés gyerek választja önszántából az adott sportágat. De önmagában még ezzel sem lenne probléma! Ismerje meg és aztán döntsön! Viszont tudni kell, mikor érzi magát a gyerekek kellemetlenül abban a sportágban és váltani kell, ha szükséges. Én például kosarazás és kézilabdázás tekintetében csak kudarcélményekkel lettem gazdagabb. Továbbra se kedvelem ezt a két sportágat.

Világéletemben elég, mondhatni, „kényelemes” típus voltam, mind tanulás, mind pedig sportolás tekintetében. Gyerekkoromban is muszáj volt a sportolásra motiválni, különben képes lettem volna napokat a TV előtt ülve eltölteni. Persze Gombóc Artúrt mivel lehetne jobban motiválni, mint a csokival. Hát ez esetben

se volt másképp. Amerre cukrászda volt, arra elsétáltunk vagy bringáztunk apukámmal. S ahogy nőttem, egyre távolabb esett a célcukrászda a lakóhelyünktől.

Így teltek múltak az évek. Minden nyáron egyre hosszabb bringatúrákat tettünk. Amikor egész kicsi voltam akkor még csak a XV. kerületből Dunakeszi alsó, majd Dunakeszi, később Szentendre volt az álmhatár. Aztán ahogy egyre erősödtem, végül a szokásos bevált kör lett a következő útvonal: XV kerület – Római-part – Szentendre – Leányfalu – Tahitótfalu – Horány – Dunakeszi – Dunakeszi alsó – XV kerület végállomás. Ekkor már 13-14 év körüli voltam, s a túra mérete megközelítőleg olyan 70 km volt.

Ezeket a nyári bringatúrákat minden hétvégén a vasárnapi kutyasétáltatás foglalta keretbe. Ez egy olyan fix program volt apukámmal, ami viszonylag ritka esetben maradt el. Ekkor tárgyaltam általában meg, hogy Pistike meghúzta a copfom az oviban, vagy hogy – szégyen és gyalázat, de – 2-es lett a múlt heti matekdogám, szóval ezek a séták afféle testi-lelki felfrissülést biztosítottak az akkori gyermeki énemnek. Persze ezekre a gyaloglásokra is jellemző volt a távok növekedése az életkorom előrehaladtával.

Aztán egyszer csak elkezdem serdülni. Hirtelen megdagadtam, mint valami keltkalács. Folyton csak azon járt az eszem, hogy mit lehetne enni, nassolni. Sajnos ezzel egyenes arányban elkezdtem lustulni is, s mire észbekaptam, már „kistehénnék” kezdtek el csúfolni az osztálytársaim. Hozzáteszem, a család nagyobb része sem azzal a kifejezetten filigrán génkészlettel rendelkezik. De tényleg! Ha egy jobb ízűt nevetek – plusz 2 KG! Így nem csoda, hogy idővel az osztályom egyik legsúlyosabb egyénisége lettem, aki a 12 perces futást is dupla melltartóban, s még akkor is a kanánkat tartva tudta végiglíhegni a távot. No ekkor még abszolút nem éreztem semmiféle késztetést arra, hogy én valaha is a büdös életben ennél többet fussak önszántamból! Bár a kilóim gyarapodásával párhuzamosan az önértékelésem kezdte az origó alacsonyabb régióit súrolni. Ha az általános iskolai önbizalmamat egy sinus görbén kellene jelölni, a tetőpont valahol általános 4. osztály körül lenne, amikor még különösebben nem lógtam ki semmilyen téren a többiek közül, s jól éreztem magamat a bőrömben. De általános 5. osztályban, a fényképen úgy nézek már ki, mint egy

gömbhal, akit akkor fújtak fel egy nagynyomású kompresszorral. A sinus görbe alját egyértelműen az általános 7. és 8. osztály képviselné, mikor kezdesz rájönni, hogy ennek az a folyománya, hogy a fiúk keresztülnézzenek rajtad... ha tudnának. Vagyis a kecses gazella helyett a cuki csajt látják meg benned jobb esetben, rosszabb esetben egy diszkomfortos viselkedéssel bíró mamutot. Azokról a kissé megalázó pillanatokról már nem is beszélve, mikor azt veszed észre (szerencsére utolsó órák végén), hogy szétszakadt az extra ruganyos farmernadrág a hátsódon. Kész szerencse, hogy egy pulóvert mentőövként a derekamra tudtam csavarni! Bár tény, hogy ezek a ruganyos farmerek idővel elkopnak, de akkor és ott én ezt egyértelműen csak és kizárólag a túlsúlyomnak tudtam be.

Kezdtem úgy érezni, hogy én ilyenek születtem, kész, pont, akkor nem lesz senkim soha, vénlányként fogok meghalni, többre nem vagyok képes. Bezzeg Ó! Hogy az Istenbe... ugyanannyit töm magába, mint én, mégse húzik egy dekát sem! Sőt, körbezsongják a pasik. Ez így abszolút nem igazságos! Persze tiniként csak a puffogás megy, meg a love songok, meg a zsepimorzsolás a sarokban egy tábla csoki társaságában, hogy biztosabbak legyünk a saját dolgunkban. :D

Aztán jött egy lökés, amely Münchhausen báró módjára kihúzott a depi-öngyi hangulatomból. Apukám vett nekem egy aerobikbérletet, persze a többi már rajtam állt, mit kezdek a lehetőséggel, de kezdetnek jó ötletnek tűnt. Két utcára volt tőlünk a terem, így még kevesebb kifogással élhettem a túlsúly leküzdése ellen. El is kezdtem nagy lelkesen járni, bár az első óra emlékét a mai napig őrzöm. Sajnos majdnem demotiváló hatással bírt rám a sport, mikor első alkalommal 15 perccel az óra kezdete után kiszaladtam, mert úgy éreztem, hányni fogok. De nagyobb volt az ijedelem, s valahogy túlvergődtem magam az első sokkon. Aztán járogattam elég rendszeresen, mert az előttem álló akkori 30-asok kifogástalan alakja 14 évesen teljesen lenyűgözőtt. Jó fél évig jártam rendszeresen, de még mindig nem volt semmiféle látványos változás az alakomat illetően, persze gyorsan hozzáteszem: az étrendem mit sem változott ez idő alatt.

Ekkor jött el a középiskola-választás ideje, s végül elég gyáva nyúl módjára, az általános iskolámnak a középiskolai épületében

nek kinéző tárgyjal, most már szükségét éreztem a későbbi egészségem érdekében, hogy egy kicsit drágább befektetésre szánjam rá magamat. Ekkor vettem meg életem első futócipőjét, amit nőiesen bevallva ár/érték/KINÉZET alapján választottam ki magamnak. Szerencsémnek legyen mondva, éppen nagy leárazások voltak abban a futós szaküzletben, ahol kiválasztottam a „drágaságomat”. Későbbiekben nem csak konditermekben használtam őt, hanem szabadtéri versenyeknél is felhagytam a terep- vagy túracipőben való futkosással. Azt hiszem, a lábam azóta mondott már nekem egy pár Halleluját. :D

