

## Életet az Éveknek küldés

Pilates Mozgalom 6. Találkozó, Baj, 2017. április 1.

A közösségi támogatásnak, az önkéntes munkának köszönhetően az ingyenes DVD alapú közösségi Pilates torna megyénkben, Várgesztesről induló mozgalommá szélesedett. Egyre több 40 évnél idősebb ember ismeri fel a rendszeresen végzett torna mozgásképeség megőrző szerepét, de az egész testet megdolgozó 45 perces torna szellemi képességeink megőrzésében is hatásos.

A Pilates Mozgalom célja, hogy a 80-as éveinkben is egyenes derékkal járjunk, fájdalom nélkül éljünk! Ezáltal a társadalom számára hasznosítható életenergiával rendelkezünk, és minél kevésbé szoruljunk külső segítségre, gondozásra. Ehhez a tudatos mozgást életformává kell tennünk, hogy a mindennapi életben a testünket érő hátrányos behatások kivédésére készek legyünk.

A rendezvénynek Baj önkormányzata és a Baji Pilates Klub volt a házigazdája. Az évenként tavasszal megrendezésre kerülő találkozóra a működő Pilates klubok tagjai és más érdeklődők érkeztek. Ebben az évben 14 csapat érkezett: Ajka, Almásfüzitő, Baj, Bajna, Bakonygyepes, Bánhida, Dunaalmás, Környe, Segítőkéz Alapítvány Tatabánya, Tata, Várgesztes, Vérteskethely, Vértessomló.

A rendezvényt a Szent István általános iskola tornatermében Schunder Tibor polgármester, 10 órakor nyitotta meg. Fontos esemény volt a Pilates Mozgalom Zászló felavatása, a csapatok együtt mondták: „...legyen ez a zászló az összetartozásunk szimbóluma!” Ezt követte a Pilates Mozgalom Induló közös éneklése: „Mozgással szebb a világ, egészséges élet, ha lépkedünk a fény felé, az öregség is szép lesz!”

A Baj KSE Művészi Teremkerékpáros versenyzőinek virtuóz bemutatójával folytatódott a program, ami után 50 perces torna következett Solymosi Antal instruktornak, a Pilates DVD megalkotójának vezényletével. Délben az óvoda éttermében volt gyülekező, ahol Rising Károlyné Várgesztes polgármestere köszöntötte a vendégeket. Zsíros kenyér, ásványvíz és a batyukból előkerülő étkekkel megterített asztal mellett a Klubok vezetői elmondták Pilates torna tapasztalataikat és torna egészségre gyakorolt hatásának sikertörténeteit

***A Pilates Mozgalom a Facebook zárt csoport oldalán fényképes és szöveges információkat találhatnak azok a Pilates torna iránt érdeklődők, akik keresik Pilates Jóska ismeretségét!***