

Október 5-én – a Könyvtári Hét keretén belül – vendégünk volt

MONSPART SAROLTA

Sportolóként legenda övezte: neki sikerült először megtörnie a skandináv hegemoniát tájfutásban. Világbajnoki címe lenyűgözte a szakembereket, emellett tízennégyszeres magyar bajnok, és még sífutásban is hat-szor lett országos első. Az első nő volt Európában, aki három órán belül futotta a maratont. Sportkarrierjét egy kullancscsípés okozta betegség törte ketté, halálközeli állapotból jött vissza. Fél évig bottal járt, ezután lassan javult az állapota, de a lába már soha nem lett a régi; az élsportnak befellegzett. Ma emberek tízezreit buzdítja az egészséges életmódra! Tette ezt nálunk is; kiemelve, mennyire fontos, hogy az évek múlásával is aktívak maradjunk, hogy mindenki találja meg azt a mozgásformát – és itt nem szigorúan a sportra gondolt, hiszen lehet az tánc, gyalog- vagy kerékpártúra –, amiben örömet leli, és közösségi élményt is nyújt! Természetesen kaptunk étkezési, életvezetési tanácsokat is.

Az előadást egy kis torna zárta, hogy mindenki megtapasztalja a közös mozgás örömeit!

A nagyon jó hangulatú előadás után lehetőség volt egy kis beszélgetésre is. Közben Regényiné Aranka friss, meleg pogácsáit fogyaszthattuk, amit ezúton is nagyon köszönünk neki!

Hegedüs Géza Városi Könyvtár

