

#ForçaLaís!



Minha paixão pela ginástica está tão viva hoje, quanto há décadas, quando nasceu. Não é fácil contar nesse espaço tudo que vivi como professora e técnica de ginástica artística. Assim, coerente com essa paixão, dedico esse texto a querida **Laís de Souza**.

Conheci a Laís no **Centro de Treinamento em Curitiba**, quando treinava minha equipe de atletas de alto rendimento. Víamo-nos todos os dias: sempre que meus olhos piscavam, lá estava ela, no ponto mais alto do ginásio em seu salto sobre a mesa.

É a sua característica mais forte: voar!

O que mais me chamou atenção naquela menina linda, forte e saltitante, foi seu choro na hora da flexibilidade. O técnico da seleção era Ucraniano, não poupava ninguém do seu “empurrãozinho” na hora de alongar. Laís então chorava nessas horas – mas depois, saía do treino sorridente como quem diz: missão cumprida! Capacidade de suportar dor é uma

característica marcante dos grandes atletas.

Laís começou na ginástica aos quatro anos de idade e teve conquistas importantes com duas participações em jogos olímpicos: Atenas e Pequim!

Em 2013 ela começou a treinar esqui aéreo – onde conseguiu vaga para disputar os **Jogos Olímpicos de Inverno**. Esquiava em **Salt Lake City** e estava se preparando para as **Olimpíadas de inverno em Sochi** – Rússia.



E ela esquiava apenas, quando se chocou com uma árvore e teve uma lesão na terceira vértebra (C3) da coluna cervical.

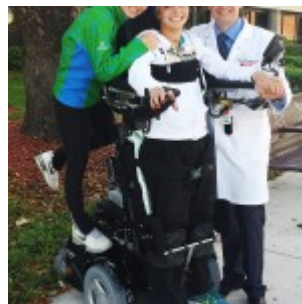
Há acontecimentos que nos obrigam a dar um mergulho profundo em nossa existência, às vezes nada faz sentido. É o momento da vida em que a alma é transpassada por uma dor pungente. E nesse momento experimentamos a nossa capacidade em suas muitas dimensões.

Como seguir em frente – somos pessoas realizadas com a ginástica, amamos o movimento, a atividade física, o desafio da gravidade.

Comigo, o ballet a ginástica e pessoas especiais, foram decisivos em minha reabilitação. As resistências, pelas quais passei foram tão superficiais que hoje nem me lembro delas. Claro, eu as vivi, mas não foram paralisantes pois segui em frente!



Lais de Souza na premiação
olímpica



Lais de Souza em tratamento

As possibilidades de promover as pessoas por meio de movimentos tão complexos quanto desafiadores vão transformar e motivar você nessa sua fase também, Laís. Ninguém faz um duplo mortal sem estar preparado!

É a hora da releitura. Seu repertório motor é riquíssimo! Lembre-se que o fundamental agora é a prática: fazer e viver! E como você bem disse: “momentos de fraqueza, eu os encaro! E aí fico mais forte”.

E como na vida há situações que não combinam com explicações, nesse momento, para afastar os pensamentos negativos, façamos um duplo giro cravado!

Obrigada pelo que fez e faz pela ginástica. Seja bem vinda de volta. Encare!

Esse verso, de **Augusto Branco** é pra você!

Vida...

Bom mesmo é ir à luta com determinação

Abraçar a vida com paixão,

Perder com classe

E vencer com ousadia,

Porque o mundo pertence a quem se atreve

E a vida é muito para ser insignificante.



A Bailarina Mariana Reis, tornou-se cadeirante aos vinte anos. Tornou-se Administradora de Empresas e Educadora Física. É Pós Graduada em Gestão Estratégica com Pessoas e em Prescrição do Exercício Físico para Saúde pela Universidade Federal do Espírito Santo. É também atriz, colunista do jornal A Tribuna de Vitória, professora universitária, técnica e árbitra de

ginástica artística. Atua como consultora em acessibilidade e gestora na construção e efetivação das políticas públicas para a pessoa com deficiência em Vitória. Acredita na sedução diária de superar limites e ir além do que nos impede – não as pernas, os olhos, os ouvidos – mas o cotidiano. Afinal, temos todos medo de enfrentar o mundo e suas barreiras. E todos temos obstáculos. Vamos encarar?