

Šola zdravja v Izoli

Z velikim veseljem sem se prijavila v hotel Delfin. Sem še začetnica in sem si rekla, da bo vse, kar izvem, dobro. Malo sem bila razočarana nad vremenom. Doma toplo sonce, tu pa megla in mraz. Toda že prvo srečanje oranžnih je bilo tako prisrčno, da nam je postalo prav toplo ob spoznavnih igricah našega voditelja Simona Jurmiča.

Vsakodnevna jutranja telovadba v Simonovem zalivu je povezala nas, hotelske udeležence Šole zdravja, in skupine iz okolice. Simon je prepletel naše pesmi v čudovit zaključek. Različni, pa vendar povezani. Še megla je bila manj gosta.

Dopoldneve smo se nekateri izobraževali v vajah za moč +300, drugi pa so uživali v bazenski morski vodi. Prednost male skupine smo izkoristili, da nam je Simon podrobno opisal vaje in nas vodil korak za korakom do pravilne izvedbe. Bili smo res »pridni« učenci. Še ropotanje bližnjega gradbišča nam ni pokvarilo motivacije. Vse naučeno smo utrjevali še po jutranji telovadbi. Z dobrim občutkom, da že marsikaj vemo: kako in s kakšnim namenom.

V petek popoldne smo prelisičili meglo. Odšli smo na pohod proti Strunjanu. Nad Mesečevim zalivom nas je pozdravilo sonce. Uživali smo v lepotah narave, ko sta se prepletala rosa in sonce. Prijetno druženje, klepeti, spoznavanja ... polno čudovitih, nepozabnih trenutkov.

Pet dni je minilo, kot bi mignil. Čudovito je bilo videti v ogromni jedilnici hotela oranžne majice. S ponosom smo jih nosili. Kot del velike skupine, ki nam je mar. Za zdravje, za druženje, za sočloveka. Morda smo koga spodbudili za korak k večji vitalnosti.

Hvala Simonu za vse, predvsem pa za povezovanje. Veselimo se, da se spet zberemo skupaj ob novih spoznavanjih.

Brigita, skupina Orehovica