

СТЪПКИТЕ КЪМ МЕДАЛА

Далия Ал-Халил

Взех решението да правя по 10 000 крачки на ден в продължение на 100 дни подред – без нито ден пропуск. И го постигнах! Ето и медала по-долу. Но кои бяха някои от най-вълнуващите стъпки към него:

Коледа е. Часът е 23:58. Осъзнавам, че не съм направила десетте хиляди крачки за днешния ден и трябва да наваксам около 100. Ставам от масата и почвам да тичам на едно място, смеейки се истерично (ревеше ми се – представях си как заради 100 крачки, ще загубя прогреса от около 60 дни подред по 10 000 крачки). И успях да ги направя! Но това, което никога няма да забравя, е втрещеният поглед на мъжа ми, докато тичах и се смеех – „Какво правиш?!“.

Осъзнах колко е вълнуващо да се разхождаш в София, докато навън вали пороен дъжд или има снежна виелица. Най-качественият подарък, който можеш да си направиш в града – да си там, където ти носи простор и почти никой не иска да бъде.

dalia.*****@***sec.net



100 дни подред

10 000 крачки на ден, 100 дни подред.

Достигнато на 21 януари 2021 г.

София се измерва в крачки – научих броя крачки до почти всички места, които посещавах:

- супермаркет – 2100 крачки (отиване и връщане);
- до работа – 4250 крачки (отиване и връщане);
- Народен театър – 10 000 крачки, ако малко кривна за едно кафе обаче (отиване и връщане);
- до мама, за да я прегърна и да ми направи кафе – поне 14 000 крачки, ако реша да се помотая на връщане (отиване и връщане).

Отидохме да караме сноуборд. Така де – да се уча да карам. Комбинирах страха от лифта с десетте хиляди крачки, които трябваше да направя за деня – изкачих със сноуборд обувки цялата писта! И да – никога няма да го повторя, май лифтът не е толкова страшен.

Когато от приложението, което използвах, получих медала, направих 1800 крачки до копирния център, за да го принтирам, после го ламинирах, за да си го закача на библиотеката у дома и пратих снимката на приятелите ми. А сега моля да ме извините – отивам набързо до кабинета ми (4250 крачки), ще отида да пия кафе с майка ми (12 000 крачки – няма да се мотая днес) и ще мина през магазина да взема някои неща (2100 крачки).