

”Vad skönt det är att träna”

För dem som åtagit sig projektet ”beachform-2009” är det träning som gäller för att bli av med det värmande späcklagret man fixat åt sig för att överleva vintern.

Alla känner någon person som har motion som sin drog. Han eller hon, i bästa fall båda, är klädda i trendiga märkes verrare som är snyggare än din konfirmationskostym, de har en kropp som påminner om den du hade i gymnasiet, innan den förvandlades till en ölfyllt och kebabgödd universitetskropp.

”Det är så skönt att träna” säger de med ett stort leende.

Jag har aldrig upplevt den känslan.

Slår du in ordet universitetskropp på Google så är det inte helt osannolikt att det dyker upp en bild på undertecknad. Jag tränar bara så mycket att jag orkar gå upp för trapporna till lägenheten utan att bli andfådd och vara tvungen att ta en dusch. De gånger jag tränar känner jag mig alltid bra efter träningspasset, men det är inte för att jag tränar, utan för att det är över. Den fantastiska känslan man får efter ett träningspass är ju känslan av lättnad när man äntligen får sluta cykla, springa eller skida. Kroppen skriker ”sluta nu för helvete” under hela träningspasset och när du äntligen lyssnar så är euforin total.

Tror ni mig inte? Har ni någon gång varit på en morgonlänk? Är det som skönast kl.06.00 när klockan ringer och du ska upp från värmen under duntäcket? Nej. Är det som skönast medan du kämpar mot blåsten på dina mjölksyrefyllda ben? Verkligen inte. Eller är det som skönast efter länken, då du står i en varm dusch. I rest my case.