

Boni Edjang: "Sekulako jaiak egiten ditugu ostiralero"

Duela bost hilabete spinning-eko klaseak hasi ziren kiroldegian ostiraletan euskaraz, 18.00etatik 19.00etara. Egun 14 lagunek hartzen dute parte talde honetan eta euren monitorea Boni Edjang da. 22 urteko gazte hau buru belarri aritzen da kirolean eta esparru horretan ikusten du bere burua etorkizunean ere.

- *Ermuan aspaldidanik bizi zara?*

Bai, 3 urterekin etorri nintzen Ermura. Horregatik txikitatit ikasi izan dut euskara eta eskolan ikasi dut dakidan guztia: etxean ez dakite eta lagunekin ere ez dut euskaraz hitz egiten. Euskaltégian ere 4 hilabetez egon nintzen, baina erabiltzen ez bada, ahaztu egiten da.

- *Gustura zaude ostiral arratsaldetan dituzun ikasleekin?*

Bai, oso gustura nago. Oso talde jatorra da eta sekulako jaiak egiten ditugu klasean.

- *Spinning-eko klaseez gain, beste kiroleko klaseak ematen dituzu?*

Bai, patinajea, fitnessa eta muskulazioko monitorea naiz eta umeen multikiroleko klaseak ere ematen ditut. Dena gustatzen zait, igerilekua izan ezik. Oso txarra naiz. Albo batetik bestera jo-

aten banaiz, egun osorako nekatuta geratzen naiz.

- *Lan orduetatik kanpo, kirola praktikatzten duzu?*

Ez, ez daukat denborarik. Egun osoa kirola egiten pasatzen dut, leku batetik bestera, ez dudalako Ermuan bakarrik lan egiten. Eibarko kiroldegiko spinning eta muskulazioko monitorea naiz eta bertako kiroldegi pribatu batetako monitorea ere. Beste kirol batzuk egiteko gogoia ere izaten dut; eskalada, esaterako, asko gustatzen zait, baina ez daukat denborarik.

- *Zure ikasketak ere hortik bideratu dituzu?*

Heziketa Fisikoko goi mailako zikloa egin nuen, horretaz gain, spinning, patinaje, fitness eta muskulazioko tituluak atera nituen. Aurtan ez nago ezer ikasten baina datorren urtean Kirol Magisteritza ikasteko asmoa dut.

- *Zure burua kirolean mur-*



gilduta ikusten duzu etorkizunean ere?

Batez ere nagusitzen naizenerako ikasiko dut Magisteritza. Ezin izango dut bizitza osoa bizikleta gainean egon: orain bai, gaztea naizelako, baina nagusitzen naizenean beste ikasketa batzuk izatea ezinbestekoa izango da, eta umeekin lan egitea askoz ere lasaiagoa izango da.

Spinning-a modan
- *Zeinek praktikatu dezake spinning-a?*

Denok praktikatu dezakegu. Garrantzitsuenak ondo pasatzea da: ez baduzu ondo pasatu behar, ez etorri.

- *Zeintzuk dira spinning-a egitearen onurak?*

Aerobikoa da eta horrek kaloria asko erretzen ditu, grasa kentzeko, udan dotore egoteko.

- *Modan dago?*

Bai. Musikekin egiterakoan oso entretenigarria eta 'martxosoa' da. Musika entzun eta gainera ariketa fisikoa egiten duzu.

- *Spinning-a eta kaleko bizi-kletaren artean, zein alde dago?*

Lehen, musika eta bigarrrena, kalean zure pisua ere eraman behar duzula eta horrek askoz esfortzu handiagoa eskatzen du. Hemen kargarekin jolasten da: lasaiago joan zaitezke edo karga ipini eta mendate bat igo!

Dorleta Vidal



Pub Dakota

Probaleku, z/g
Ermua (Bizkaia)
dakotaermua@hotmail.com

Ardo banatzailea:

Riedel	Hugel&Fills
Avgvstvs	Anima Negra
Clos Mogador	Irache
Yllera	Cillar de Silos
Cantosán	Vriego
Luis Cañas	Laurona

DISTRIBUCIONES ARRAL
TELEFONOA: 943 17 60 75