

Carta:

- Hola Alba:

Te escribo esta carta para contarte que me he apuntado a clases de natación.

Yo no tenía pensado apuntarme pero, como ya te dije en la llamada, me diagnosticaron un problema de espalda. El médico me dijo que unos de los deportes más buenos para intentar corregir este problema es la natación.

Entonces, sin ninguna duda, busqué por internet lugares para practicar natación y encontré un balneario en Zafra. Acudo allí todos los viernes, de cuatro a cinco de la tarde. En esa hora hacemos todo tipo de actividades y juegos, como por ejemplo: encontrar una pelota por toda la piscina o utilizar aletas.

Al comenzar a practicarlo, empecé a hacer nuevas amistades, conocí a personas de diferentes lugares con distintos pensamientos, gustos...

Coincidió con dos amigas mías del instituto, fue una suerte la verdad, gracias a esto pude conectar más con ellas y conocerlas mejor. ¡Nos lo pasamos en grande cuando estamos juntas!

Desconecté de mis estudios, lo cual me llevó a relajarme un poco más y a no tener tanto estrés, con ello mejoraron mis notas académicas. También desconecté de todas las preocupaciones que se acumulan durante el día e incluso me atrevería a decir que ha cambiado un poco mi forma de ser, de pensar y de hacer las cosas.

A parte de todo esto, como es evidente, me ayuda a estar sana, a mantener mi salud...

Por todo esto y por lo divertido que es, te invitaría a practicar deporte.

¡Espero verte pronto, amiga!

Paola

