



Cristina Souza, responsabile fitness
Fortitudo Monteporzio

C'è il primo "addio ufficiale" in casa Fortitudo Monteporzio. La società del presidente Massimo Cesaroni perde la responsabile del settore fitness Cristina Souza che è costretta per motivi personali a tornare nella sua terra d'origine, il Brasile. Nativa di San Paolo, la Souza è riuscita a creare in pochi mesi un gruppo sportivo di grande compattezza, tanto che in Italia (e a Monteporzio, nello specifico) lascerà un pezzo di cuore, come da sua stessa ammissione. «Mi sono trovata davvero benissimo con tutti i partecipanti del corso e con la mia collaboratrice Michela Virgilio. Domenica prossimo devo tornare in Brasile per questioni familiari, ma cercherò di svolgere anche lì questo lavoro di istruttrice di fitness». Il corso, partito a settembre, ha fatto rivivere a Monteporzio un settore che non era più esistito negli ultimi anni con evidente soddisfazione di diverse persone. «Il nostro settore – sottolinea la Souza – ha visto coinvolte persone di tutte le età, dai 15 ai 70 anni, tanto che abbiamo avuto anche un gruppo Over 60 con cui abbiamo lavorato di mattina due volte a settimana. Inoltre alcuni dei partecipanti non avevano mai fatto fitness e quindi siamo dovuti partire proprio dagli esercizi di base, ma anche a livello agonistico il gruppo è cresciuto molto. Poi c'è stato un feeling così forte che abbiamo organizzato anche alcune cene extra-attività sportiva a testimonianza del bel rapporto che si è creato». L'idea di riaprire un settore fitness a Monteporzio è di qualche mese fa. «Conoscevo il presidente Cesaroni per via della nostra comune passione per l'atletica – spiega la Souza -. Quando lui mi ha prospettato questa cosa, ne sono stata entusiasta: in passato avevo già fatto l'istruttrice ed è sempre stata una passione per me». Prima di lasciare l'Italia, la brasiliana rinnova a tutti l'invito a conoscere questa disciplina sportiva. «Il fitness è uno sport completo – dice la Souza -. Non solo è un'attività che fa bruciare grassi, ma aiuta a tonificare il nostro corpo. E come tutti gli sport provoca benessere ed è certamente divertente, consiglio a tutti di provarlo».

[Read More](#)