

# Más de 350 viejitos se reúnen para hacer ejercicios en Cartago

## Abuelitos con las pilas puestas

◆ FELIPE ARRIETA S.  
felipe.arrieta@lateja.co.cr

**Las canas** y los años no les pesan a más de 350 abuelitos que se reúnen todos los miércoles y viernes para cargar pilas en el Polideportivo de Cartago.

Algunos con ropa deportiva, otros con pantalón y otras con enagua, pero todos con “full” tenis llegan puntuales a las nueve de la mañana a ponerle bonito a dos horas de ejercicio.

“Venir aquí es vida, si uno se queda metido en un cuarto se muere”, dijo doña Emérita Fuentes, quien a sus 91 años está con toda la pata y es una de las fundadoras.

Doña Isabel Brenes, quien ya peina los 88 años, es otra de las que arrancó con el grupo hace diez años y cuenta que por aquellos días con costos eran diez los que se apuntaban.

“Éramos muy poquitos, después se fue regando la bola, le vamos contando a las amistades, las instructoras son muy bonitas”, dijo doña Isabel.

Don Juan Rafael Rivera, de 69 años, uno de los carajillos, confesó que pasa contando los días deseando que lleguen los miércoles y viernes. “Somos muy bien tratados,



Entre ellos manejan un ambientazo. FELIPE ARRIETA

primero hacemos una hora de ejercicio en el gimnasio, después pasamos a la piscina, pero ahorita la están arreglando”, contó don Juan Rafael.

**Una gran familia.** No solo ejercicios hace este grupo de abuelitos. Están tan bien organizados que ya han realizado varios paseos.

“Hemos ido a Panamá, Puntarenas, a Orosí vamos más seguido, es muy bonito se comparte mucho”, detalló don Alfredo Chinchilla, de

75 años.

Doña Emérita agregó que varios han tenido que despedir a seres queridos y el apoyo del grupo ha sido muy importante.

“A mí se me murió un hijo, no quería salir de la casa, pero iban siempre a buscarme hasta que salí adelante”, recordó Emérita.

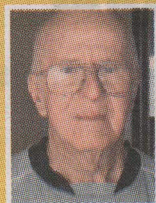
Alejandra Arroyo quien es la encargada de ponerlos a sudar, aseguró que la misión principal es subirles el ánimo y combatir la depre y la soledad.



Las “abues” le ponen bonito a la rutina de ejercicios. FELIPE ARRIETA



### CREO QUE...



ALFREDO CHINCHILLA

“Llueve o truene siempre venimos, ya nos hemos metido a la piscina con unos temporales”.



EMÉRITA FUENTES

“Cuando empezamos no éramos ni diez, hemos hecho un grupo muy bonito, aquí todos compartimos”.



ELIA CARVAJAL

“También hacemos desayunos compartidos, celebramos los cumpleaños y el Día del Padre y de la Madre”.

### LA VENTANA

MARIO GUEVARA



### SCOUTS BUENA NOTA

Un grupo de 25 jóvenes de la Tropa Scout número 77 limpiaron las isletas de la carretera Interamericana sur en la en-