

Δελτίο Τύπου Η Τίνα Κεφαλά κοντά στα παιδιά

Την ευκαιρία να βρεθεί κοντά στα παιδιά και να μιλήσει για τα σημαντικά στοιχεία του αθλητισμού και του πρωταθλητισμού, είχε η **Τίνα Κεφαλά**. Η κάτοχος του ρεκόρ του Κλασικού Μαραθωνίου, επισκέφτηκε το **8^ο Δημοτικό Σχολείο Παλαιού Φαλήρου** και γνώρισε την αποθέωση από τους μικρούς μαθητές του.

Την Πανελληνιονίκη Τίνα, υποδέχθηκε η **Διευθύντρια** του σχολείου, κα. **Αγγελική Δήμου** και ο **Αντιδήμαρχος Παιδείας, Κοινωνικής Αρωγής και Αθλητισμού του Δήμου Παλαιού Φαλήρου**, κ. **Γιάννης Φωστηρόπουλος**.

Η Ελληνο-αμερικανίδα αθλήτρια, μίλησε για τον αθλητισμό και έδωσε συμβουλές αναλύοντας τις αρχές που οφείλει να ακολουθεί ένας αθλητής για την σωστή του άθληση, ενώ επίσης, υπογράμμισε στα παιδιά την ανάγκη που έχουν οι αθλητές αλλά και οι άνθρωποι γενικότερα στη ζωή, να προσέχουν σε θέματα διατροφής.

Οι μαθητές, ανέλαβαν τον ρόλο του δημοσιογράφου και έδειξαν ενδιαφέρον για τις επιτυχίες της αθλήτριας, τις θυσίες που έκανε όταν μπήκε στον πρωταθλητισμό και τις βάσεις που «έχτισε» ακολουθώντας παράλληλα τις σπουδές της, μιας και αποφοίτησε από το Πανεπιστήμιο της Νότιας Καλιφόρνια (Λος Άντζελες), αποκτώντας το πτυχίο της στο χώρο της Επικοινωνίας.

Η **Τίνα Κεφαλά**, «μοίρασε» χαμόγελα και αυτόγραφα στους μαθητές, που φωτογραφήθηκαν με την σπουδαία αθλήτρια, που εκπροσώπησε πρόσφατα την χώρα μας στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου. Στους αγώνες αυτούς, η Τίνα τερμάτισε τη διαδρομή, παρά τον τραυματισμό που είχε κατά την διάρκεια του αγώνα της. Χωρίς πλέον κάποιο πρόβλημα, η Κεφαλά θα συμμετάσχει την Κυριακή στον 30^ο Κλασικό Μαραθώνιο της Αθήνας, τρέχοντας αυτή τη φορά στον αγώνα δρόμου των 5 χιλιομέτρων. Μιλώντας στα παιδιά του σχολείου, τους εξήγησε με απλό και κατανοητό τρόπο πως το άθλημα στο οποίο διακρίνεται δεν είναι τόσο εντυπωσιακό όσο επίπονο και ουσιαστικό, όπως η ίδια η ζωή.

«Πάντα παλεύουμε για την κορυφή, όμως το να τερματίσει κανείς, τρέχοντας τόσο μεγάλες αποστάσεις, συνιστά μία πρώτη μεγάλη επιτυχία. Μία επιτυχία που έρχεται μετά από επίπονη προσπάθεια, αποτέλεσμα σκληρής δουλειάς, επιμονής, υπομονής, υπέρβασης των ανθρώπινων ορίων αντοχής. Για μένα αυτό το άθλημα είναι τρόπος ζωής, ελπίζω εσείς στην ζωή σας - είτε το ακολουθήσετε, είτε όχι - να δείχνετε καθημερινά την ίδια υπομονή, επιμονή και προσπάθεια.»