

20.03.2021

Нов бран на полициски час... Самата помисла дека морам да седам дома.... Не можам.... Морам да излезам...Морам да прошетам... Мора да ја обавам **МОЈАТА ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ!**.. Нови прашања... Нови лавиринти...Ќе излезам... И потоа што?..Да почнам со загревање?.. Или додека да стигнам до местото за тренинг да трчам?..Можеби да го јавнам мојот велосипед?.. Немам план... Немам време...Ќе трчам!...А потоа што?!.... Да правам чучњеви?.. Вчера правев...Или кратко растегнување пред почетната серија на склекови?..Колку серии склекови?.. Можеби брзи подигнувања на вратило?...А уморот ме пристигнува... Можеби јога?... ПРОКЛЕТСТВО!... Посакувам да имав апликација...Да не морам да се занимавам со безвезни прашања...Камо да можеше да ми кажи – вежбај сине... Вежбај раце!... Серии..3 по 3.... Минути...15... До “местото” ... 10... 10...назад.....Ах...Што се би направил за една апликација...Физичко здравје...Личен план... Планирано време...Полициски час...Ковид...19 Часот...20 е веќе полициски.....Утре пак...Исти мисли... Исто време....Исто се.....