



## **GIMNASIA PARA FLOJAS (OS)**

**LORENZO PEIRANO**

Elisabeth Meier. Editorial Mosquito, Santiago 1993, 119 páginas. Elisabeth Meier ha recopilado una serie variada de ejercicios y los ha publicado bajo un curioso título: *Gimnasia para Flojas (os)*. Este libro o folleto, escrito al parecer para gente que responde a modismos siúticos y que puede autopremiarse con "un camión muy sexy" o "un blue jeans de menor talla" si cumple con su tarea, ¿es realmente sincero?

En primer lugar, debemos indicar que no hay una gimnasia para flojos, como tampoco hay matemáticas para flojos, ni literatura, ni filosofía. Porque, en este mundo, el flojo es un muerto, alguien que no existe del todo. Pues bien, la gimnasia requiere de esfuerzo, de concentración, de verdadera disciplina. Y es irreal que a corto plazo una persona pueda tener "una musculatura firme y buena postura". Elisabeth Meier garantiza "que después de 10 días de haber hecho estos ejercicios sencillos usted va a notar que sus faldas y/o pantalones ya le quedan mejor..." Creemos que exa-

gera, creemos que *Gimnasia para Flojas (os)* es un vuelo imposible. Para tener un buen estado físico se requiere, entre otras cosas, trabajo intenso y constante. Y desde ahí sí estaríamos de acuerdo con Elisabeth Meier, quien, contradictoriamente, habla de disciplina. Pero, las cosas claras, e insistimos: no hay una gimnasia para flojas o flojos.

Por otra parte, los ejercicios son buenos, aunque no aportan nada nuevo en esta materia. Los dibujos que ilustran las palabras de la autora son acertados. Para una persona inexperta pueden ser una guía correcta, siempre y cuando piense en resultados a largo plazo y en un esfuerzo muchas veces agotador. No hay otra manera.

*El Siglo Santiago*  
22-1-1994 9.13

*202577*

## **Gimnasia para flojas (os) [artículo] Lorenzo Peirano.**

Libros y documentos

### **AUTORÍA**

Peirano, Lorenzo, 1962-

### **FECHA DE PUBLICACIÓN**

1994

### **FORMATO**

Artículo

## **DATOS DE PUBLICACIÓN**

Gimnasia para flojas (os) [artículo] Lorenzo Peirano.

## **FUENTE DE INFORMACIÓN**

[Biblioteca Nacional Digital](#)

## **INSTITUCIÓN**

[Biblioteca Nacional](#)

## **UBICACIÓN**

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile