

Микеланджело Б. уокароути 10.09.04

Давиду порекомендовали Pilates

В дни, когда Флоренция отмечает 500-летие знаменитой статуи Микеланджело, специалист в области фитнеса Алан Эрдман выступил в заявлении, что Давид, который долгие годы считался воплощением мужского совершенствования, с физической точки зрения — просто «катастрофа». Главный британский гуру из Pilates говорит, что у Давида плохая спина, слабые бедра и лодыжки и никуда не годная гибкость. «Возможно, Микеланджело и был художественным гением, но, без сомнения, он гораздо меньше, чем мы сегодня знал о позах и работе человеческого тела», — говорит Эрдман. «Если вы посмотрите на Давида, то увидите, что он опирается на одно бедро. Такая постановка тела чревата слабостью этого бедра, которая ведет к слабости и болям в нижней части спины», — отмечает инструктор. — Его таз тоже никуда не годится. Он выдвинут вперед в одну сторону, поэтому правая сторона тела неровная...». Помимо этого, Давид страдает утолщением пальцев на левой ноге, а правая ягодица слабее левой. Также его лодыжки очень слабы. Кстати, на это обратили внимание и реставраторы. Что касается гибкости, заключает специалист, то «она полностью соответствует гибкости 500-летней мраморной статуи». Эрдман даже разработал для Давида комплекс необходимых упражнений.

Руч. микеланджело - 1004-1005 - 017