

Trasformare una tragedia in un trionfo

La gente spesso mi chiede perché mi preoccupa tanto della qualità della vita delle donne. È stato solo all'età di 40 anni che ho capito cosa mi aveva fatto intraprendere questa carriera che doveva diventare la passione della mia vita.

Una mattina di più di 38 anni fa mi svegliai sentendo il rumore dell'autobus della scuola. Avevo tredici anni e vivevo con i miei due fratelli minori e nostra madre, Doris Joy Heavin. Aveva da poco compiuto quarant'anni. Era una madre che aveva il suo bel da fare nel tirare su 5 bambini, che aveva lottato, per tutto il corso della sua vita, con problemi emotivi e fisici. Il suo dottore le aveva prescritto un'elenco di medicinali che le diedero pochi benefici.

Mi sveglia con il rumore dell'autobus della scuola e mio fratello minore Paul entrò nella mia stanza chiedendomi di aiutarlo perché la mamma non si sentiva bene. Mi inginocchiai accanto al letto e mi resi immediatamente conto dell'assenza di calore. La abbracciai, nella speranza di ricevere un minimo cenno che fosse ancora in vita, ma che successivamente si rivelò il gesto di ultimo saluto. Andai dai miei fratelli minori, di otto e nove anni rispettivamente, li abbracciai e dissi loro che la mamma era andata in paradiso.

La sua morte prematura era evitabile. La pressione alta che permise la formazione di un trombo nelle sue arterie era evitabile. Più che curare la sintomatologia, avrebbe dovuto trattare in maniera adeguata le cause della pressione alta. Oggi sappiamo che l'attività fisica e un'alimentazione bilanciata, nella maggior parte dei casi, sono dei validi strumenti contro l'ipertensione nonché contro molte altre malattie croniche.

Molti anni dopo, mentre tenevo una lezione di fitness e perdita di peso davanti a un centinaio di donne, realizzai che stavo inconsciamente cercando di intravedere mia madre tra le presenti. Ebbi ciò che si definisce un momento di rivelazione. Fu in quel momento che capii cos'era che mi aveva guidato in tutta la mia vita e quale fosse il mio destino.

Il mio obiettivo è di evitare che un figlio trovi sua madre allo stesso modo in cui io trovai la mia quella mattina.

Gary Heavin

Cos'è Curves: Gary Heavin e sua moglie Diane sono i fondatori di Curves, la più grande società in franchising del mondo. Con quasi 10.000 centri nel mondo e più di 4.000.000 iscritti, Curves è il franchising in più rapida espansione della storia secondo la rivista Entrepreneur. Attraverso i franchising Curves, gli Heavin hanno creato opportunità imprenditoriali per più di 30.000 persone, il 90% delle quali sono donne.

Nel 1976, Gary consegue la laurea di primo livello in medicina e si rende che avrebbe potuto combattere il peggioramento della salute e le malattie che ne derivano dando lezioni su un'attività fisica adeguata e su alimentazione e perdita di peso. Aprì il suo primo centro fitness all'età di vent'anni e il resto è storia!

Curves è una rivoluzione nell'industria del fitness. Gary sapeva che il primo passo per migliorare il benessere delle donne era portarle in palestra; molte non si sentono a proprio agio ad allenarsi in presenza di uomini, cosa che gli impedisce di iscriversi nelle palestre tradizionali. É inoltre attento alle abitudini sociali delle donne; anche mentre si allenano, amano parlare e godersi la compagnia reciproca.

Considerando tutto questo, Curves è stato ideato per permettere alle donne di allenarsi in un ambiente confortevole e amichevole, pensato appositamente per loro. La struttura di Curves combina un circuito di allenamento di 30 minuti con un mix di divertimento e simpatia, permettendo così l'inserimento migliore per un naturale sistema di sostegno.

Con una laurea come dietista, Gary è autore di due bestseller del New York Times sull'allenamento e l'alimentazione. É stato premiato con il premio inaugurale "Visionary of the Year" dall'International Health, Racquet, and Sportsclub Association, e nominato da Ernst & Young imprenditore dell'anno 2004; è stata la prima volta che un operatore di club di fitness e benessere ha vinto questo prestigioso premio. Attualmente, Gary sta sovvenzionando uno studio da cinque milioni di dollari alla Baylor University per studiare gli effetti dell'attività fisica sulla densità ossea femminile e sul metabolismo.

Per ulteriori informazioni su Curves, visitate www.curves.com o chiamate il numero 1-800-848-1096.