

Todos somos atletas

O profissional José Rubens D'Elia relata sua trajetória, focada na popularização das atividades físicas orientadas.

“DESCOBRI MINHA MISSÃO: através da Educação Física, despertar o atleta que cada um tem dentro de si, independente da idade, gênero e do objetivo de vida”. Foi com essa determinação em mente que o profissional José Rubens D'Elia (CREF 017276-G/SP) construiu uma sólida carreira na Educação Física, culminando em uma forte presença midiática, como comentarista esportivo e consultor fixo sobre atividades físicas para o programa “Bem Estar”, da Rede Globo. “É uma forma de sedimentar a minha missão de vida: através da força de influência da TV e da grande repercussão, incentivar as pessoas à importância da prática da atividade física, sejam elas atletas ou não”, frisa o profissional.

D'Elia conta que seu primeiro contato com a atividade física aconteceu na infância quando, devido a constantes crises de bronquite e asma, passou a praticar esportes por recomendação médica. Mas foi a partir da adolescência, por influência da família, que ele encontrou o esporte que determinaria sua vida profissional: o Caratê. “A arte marcial me fascinou, tanto pela sua filosofia, como pela possibilidade de desenvolver minha imagem corporal. O Caratê, sem dúvida, ajudou a forjar o meu perfil pessoal e profissional”, relembra.

A experiência como atleta da modalidade o estimulou a cursar a faculdade de Educação Física, mas, depois de formado, D'Elia não se restringiu ao Caratê: trabalhou em várias frentes, a começar pela Educação Física Escolar. “Agreguei meu espírito de dizer sim aos desafios, o que me propiciou excelentes oportunidades como preparador físico de vários esportes, bem como uma atuação ampla no mercado”, acrescenta. Como preparador físico, D'Elia passou por esportes como Remo, Rúgbi, Automobilismo, Vela e Ciclismo, tendo preparado vários atletas olímpicos. O contato com o Ciclismo aconteceu durante o período em que ficou responsável pela parte de Lazer dos funcionários da empresa Bicicletas Caloi, na década de 1980. “É desnecessário dizer que me apaixonei pelo Ciclismo e que pude ser um dos pioneiros como preparador físico dessa modalidade”, revela.

Hoje, ele divide seu tempo entre suas participações no “Bem Estar”, atualizações de um blog sobre atividades físicas e a sua empresa de assessoria esportiva. “A linha da minha vida, nesses 44 anos como fiel discípulo da Educação Física, evidencia que, em todas as atividades realizadas, o objetivo maior foi conscientizar as pessoas para incluírem o corpo como parte vital do desenvolvimento pessoal e profissional”, resume. ❖