‘ದೇಹಕ್ಕಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಫಿಟ್‌ನೆಸ್...

ಯಶಸ್ಸಿನ ಟ್ರ್ಯಾಕ್‌ನಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಂದಿನಿ ನಾಗಾಲೋಟ

ಅಥ್ಲೀಟ್, ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ತಜ್ಞೆ, ಯೋಗಪಟುವಾಗಿರುವ ಉಡುಪಿ ಮೂಲದ ನಂದಿನಿ ಭಟ್ ಅವರಿಗೆ ಓಟದ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ. ಹಲವು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿರುವ ಅವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಪದಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಧನೆಗೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಹಂಗಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ನಂದಿನಿ ಅವರ ‘ಓಟದ ಹಾದಿ’ ಉದಾಹರಣೆಯಂತಿದೆ.

■ ಸುಮಲತಾ ಎನ್.

ಮದುವೆ, ಮಕ್ಕಳಾದ ನಂತರ ಮಹಿಳೆಯರು ಕ್ರೀಡೆಯಿಂದ ದೂರವುಳಿದುಬಿಡುವ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಂದಿನಿ ಭಟ್ ಅವರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆಗಿದ್ದು ಬೇರೆ. ತಮ್ಮ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳಾದ ನಂತರ ಓಟದೆಡೆಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡ ಅವರು ಇದುವರೆಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಟ್ಟದ ಹಲವು ಕ್ರೀಡಾಕೂಟಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ಚಿನ್ನ, ಬೆಳ್ಳಿ ಪದಕಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಉಡುಪಿ ಮೂಲದ ನಂದಿನಿ ಭಟ್ ಅವರು ಅಥ್ಲೀಟ್ ಆದದ್ದು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ. ಶಾಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಅವರು ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಎನ್‌ಸಿಸಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಒಮ್ಮೆ ದೀರ್ಘ ಅಂತರದ ಓಟಲ್ಲಿ (ಲಾಂಗ್ ಡಿಸ್ಟನ್ಸ್ ರನ್ನಿಂಗ್) – ಕ್ರಾಸ್ ಕಂಟ್ರಿ ರೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ – ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಅದಾದ ನಂತರ ಕ್ರೀಡೆಯಿಂದ ದೂರವೇ ಉಳಿದ ಅವರು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಗೃಹ ವಿಜ್ಞಾನ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡಿ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಸೇರಿದ್ದು ಮಸ್ಕತ್‌ಗೆ. ಮಸ್ಕತ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಇಪ್ಪತ್ತು ವರ್ಷ ನೆಲೆಸಿದ್ದರು.

ಮಕ್ಕಳಾದ ಮೇಲೆ ದೇಹದ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಳವಾದ್ದರಿಂದ ಫಿಟ್ನೆಸ್‌ಗಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಓಟದ ನಂಟು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡ ನಂದಿನಿ, ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು.

ಮಸ್ಕತ್‌ನಲ್ಲಿರುವಾಗ ‘ಮಸ್ಕತ್ ರನ್ನರ್ಸ್ ಕ್ಲಬ್’ನ ‘ರೋಡ್ ರನ್ನರ್ಸ್’ ಸದಸ್ಯೆಯಾದ ಅವರು, 2009ರಿಂದ 2014ರವರೆಗೂ ಹಲವು ಮ್ಯಾರಥಾನ್, ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡರು. ಬೇಸಿಗೆ ಹಾಗೂ ಚಳಿಗಾಲದ ಲಾಂಗ್ ಡಿಸ್ಟನ್ಸ್ ರೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ದೊರೆತ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ, ಬೆಂಬಲ, ಓಟವನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಹದಾಸೆಯನ್ನು