

المصرية نجوى تحقق فضية عالمية في السباحة بعمر 81 عاماً



أكدت المصرية نجوى غراب ان العمر مجرد رقم بعدما فازت صاحبة الـ 81 عاماً بفضية فئة الماسترز في سباق 50 م حرة خلال بطولة العالم للسباحة في الدوحة. وحققت نجوى 11 ميدالية عالمية خلال مشاركتها في السباحة التي احترفتها كرياضة تنافسية دولية في عام 2010 عندما كانت بسن 67 عاماً. وقالت نجوى عن ميداليتها الجديدة انها أستعدت للمنافسة منذ فترة طويلة، وهي تتدرب لمدة 5 أيام في الأسبوع. وأشارت إلى أنها تعتمد على الأكل الصحي، ولم تتذوق السكر منذ 35 عاماً، أما ممارستها للسباحة فبدأت بسن الـ 14، لكن المفارقة انها احترفتها في الستينات من عمرها.