



STIREA ZILEI

Acum 1 zi, 21 ore

# Cornel Manuel Mancaș: „Există viață și după 50 de ani”

de [Diana Pantelimon](#) | 740 vizualizări



# A traversat Africa pe bicicletă la 45 de ani și e pregătit pentru Asia, la 50

Cornel Manuel Mancaș, un fost atlet din Sfântu Gheorghe, se pregătește să pornească într-o nouă călătorie supraomenească, de data aceasta în Asia. Și nu oricum, ci tot pe bicicletă. În 2018, a pedalat aproape 12.000 de km traversând **continentul Africa** de la sud la nord, din Cape Town (Africa de Sud) și până la Port Said (Egipt). La vârsta de 50 de ani, cu determinare și un curaj de admirat, va porni în noua sa mare aventură, Asia, pe 2 aprilie a.c., din Istanbul (Turcia).

Cornel a fost atlet de performanță al Clubului Sportiv Municipal (CSM) Sfântu Gheorghe în anii'90. După ce și-a încheiat cariera sportivă, acesta a emigrat în Statele Unite, unde s-a reprofilat pe contabilitate. Dar, după o viață activă ca atlet, cine ar putea avea astâmpăr să stea la un birou îngropat în acte și cifre? El sigur nu. Așa că adrenalina și-a făcut din nou apariția în viața sa.

*„Prima jumătate a vieții am trăit-o în România, apoi în Statele Unite. Le numesc pe ambele „acasă” în mod egal. În ultimii ani am descoperit o mare pasiune pentru călătoriile „anormale” sau lucruri care m-au scos dintr-o viață obișnuită. N-aș putea spune un aventurier de carieră, ci doar câteva escapade ici și colo. Am început cu câteva lucruri mai mici: trecerea ilegală a unei granițe internaționale, alergare la maratoane, săritură dintr-un avion (cu parașuta), escaladarea muntelui Kilimanjaro și, în cele din urmă, am traversat Africa de la Cape Town la Port Said pe o bicicletă. La două zile după încheierea expediției africane de patru luni, odihnit și savurând cafea fierbinte la micul dejun, m-am întrebat ce urmează? Ce este mai mare și mai riguros decât Africa? Europa mă plictisește de moarte, Statele Unite cu atât mai mult. De aceea, am decis să o duc la extrem. Voi încerca să pedalez Asia pe autostrada Pamir, aplicând regula EFi (Every Fucking Inch). Cu toate acestea, niciun record nu va fi doborât. De ce? Pentru că am 50 de ani, iar conform statisticilor mai am în mine doar un sfert de secol. O bicicletă, mii de mile, multe țări și o persoană cu misiunea să motiveze cetățenii în vârstă. Acest lucru mi-ar demonstra mie și colegilor camarazi de vârstă mijlocie că orice este posibil. Există viață după 50”, scrie Cornel pe [blogul său](#).*

Scopul principal al acestei călătorii este, deci, nu de a doborî vreun record, ci de a-i motiva pe cei trecuți de o anumită vârstă care se plafonează într-o rutină zilnică și nu fac nimic pentru a ieși din „zona de confort”. Cornel îi îndeamnă pe aceștia nu neapărat la sporturi extreme, ci măcar să iasă în natură și să facă mișcare.

„Am întâlnit odată un director de magazin, client, în Maryland. Din vorbă în vorbă, am ajuns să vorbim despre călătorii. Nu se putea aventura de acasă. Dacă ar fi făcut-o, ar fi fost cuprins de anxietate. Avea nevoie de patul lui în fiecare noapte. Aventura Asia și implicit site-ul meu nu este pentru cei ca el, sau pentru cei dependenți de mesele nesfârșite și de paturile mătăsoase de pe o barcă de croazieră – deși apreciez sprijinul lor, ci mai degrabă pentru cei care au o sămânță de aventură și se tem să o „ude”, pentru visătorii particulari dar cu reticență în a explora necunoscutul. Dar cel mai important, ceea ce vreau să demonstrez cu această aventură este motivația. Să-i motivez pe colegii mei, pe cei care au depășit o anumită vârstă și, mai ales, pe cei identificați ca și „the couch potatoes”, să iasă din zona de confort. Acum, nu spun că ar trebui să vă luați o bicicletă și să pedalați ca niște maniaci într-un colț îndepărtat al lumii, ci mai degrabă să ieșiți în natură și să faceți mișcare, nu vă fie teamă să pierdeți câteva kilograme. Eu unul, dacă nu fac exerciții câteva zile, intru într-un tunel de depresie, „the suicidal mode”, mă simt ca un zombie într-un film de groază, cu carnea care se desprinde de pe mine. Simt nevoia de doza zilnică. Pomparea sângelui în vene cu viteză mare este cocaina mea, este și doza mea zilnică de sex, eventual, pentru că mă aflu într-o continuă și frumoasă criză a vârstei mijlocii care mă împinge să fac lucruri uimitoare. Se poate spune că această criză de la mijlocul vieții mă trimite în comportamente impulsive și riscante. Eu nu o văd așa. Nu cu această călătorie. Nu în Africa. De ce? Pentru că Marco Polo a făcut-o, și alte milioane de oameni după el, și, în special, pentru că mi-am făcut temele de casă. Nu mă duc orbește. Am ales Asia pentru că este a doua cea mai dificilă, după Africa, așa zic eu. Dificultatea mersului cu bicicleta în Asia poate varia în funcție de mai mulți factori, cum ar fi terenul, condițiile meteo, traficul și normele culturale. Singurele lucruri de care mă tem sunt câinii păstorilor, birocrăția guvernelor și sănătatea. Totuși, primele două sunt rezolvabile. În ceea ce privește a treia, sunt la voia Marelui Șef din ceruri. Cu două săptămâni înainte de aventura mea africană, tremuram spasmodic de anxietate înainte de culcare, trezindu-mă frecvent într-o deltă de transpirație. În ce mă băgasem? Mă gândeam... Africa? Dintre toate continentele am ales Africa? Nu puteam da înapoi; cumpărasem deja biletul de avion și mă lăudasem vecinului. Minunea creierului uman este că, odată aterizat în Africa, am intrat în modul de supraviețuire. Aceeași mentalitate o voi aplica și în Asia: gândește-te, Cornel, la ceea ce trebuie să faci pentru a supraviețui astăzi, fă-ți niște planuri pentru mâine, nu te stresa cum va arăta următoarea țară. S-ar putea să fii mort până atunci”, a transmis, pentru CovasnaMedia.ro și Observatorul de Covasna, Cornel Mancaș.

Cei care doresc să-l însoțească în călătoria sa o pot face virtual, pe site-ul său, [cornelmancas.com](http://cornelmancas.com). Aici, ciclistul nostru promite că va încerca să scrie câte o „filă de poveste” din îndrăzneța-i și deloc ușoara-i aventură: marea Asie.

Distribuie articolul:



## **STIREA ZILEI**



## **Elevii și drogurile: cum se face prevenție la nivel de IȘJ Covasna**

🕒 Acum 21 ore, 6 minute

## **50 de vârstnici singuri din Sfântu Gheorghe primesc o masă caldă**

🕒 Acum 2 zile, 21 ore



## Primarul din Sfântu Gheorghe: „Niciodată în acest oraș nu s-a construit atât de mult cât vom construi în perioada următoare”

📅 17 martie 2023 | 📄 1

---

### De același autor





## **Cu sănătatea și securitatea muncii la control: amenzi de peste 220.000 de lei**

🕒 Acum 21 ore, 8 minute

## **ITM Covasna: aproape 100 de accidente de muncă în 2022**

🕒 Acum 21 ore, 12 minute



## În primii 2.000 din lume, la maratonul de la Roma

🕒 Acum 1 zi, 21 ore

### Comentarii: 0

Adaugă comentariu

Trebuie să fii [autentificat](#) pentru a putea [posta un comentariu](#).

### Vremea

**-0.3 °C**

în Sfantu gheorghe (munte)

Vânt : **0.2 m/s, directia : N**

Nebulozitate : **indisponibil**

Presiune : **955.9 mb, in crestere**

Umezeală relativă : **99%**

**-1.2 °C**

în Intorsura buzaului

Vânt : **0.4 m/s, directia : ESE**

Nebulozitate : **indisponibil**

Presiune : **936.4 mb, in crestere**

Umezeală relativă : **97%**

image/svg+xml

**2.2 °C**

în Brasov ghimbav

Vânt : **0.6 m/s, directia : ESE**

Nebulozitate : **cer senin**

Presiune : **954.4 mb, in crestere**

Umezeală relativă : **95%**

## Cele mai citite

AZI 7 ZILE 30 ZILE

Dacă dorești să primești zilnic fluxul cu cele mai importante știri din ediția on-line a Observatorului de Covasna înscrie-te aici cu adresa ta de e-mail

ACTUALITATE

ECONOMIC

POLITICA

CULTURA

SPORT

AUTO

COMUNICATE

ECOLOGIE

EDUCATIE

INTERVIU

LIFESTYLE

LOCURI DE MUNCA

OPINII

SOCIAL

STIREA ZILEI

TURISM

ULTIMA ORĂ

VIDEO

METEO

Știință & Tehnologie

JURNAL DE PANDEMIE CV

UCRAINA/UKRAJNA



[Abonamente](#) | [Publicitate](#) | [Mica publicitate](#) | [Contact](#) | [Sondaje](#) | [POLITICA COOKIE-URI & GDPR](#)

