

Preparar, trabalhar e motivar

LEONARDO MEIRELES

Em um espaço arejado e bem iluminado, anexo ao Ginásio Nilson Nelson, meninas e meninos “brincam”. Vestidos com um uniforme vermelho e cinza, algo diferencia os sorrisos, enquanto todos pulam, saltam correm e fazem acrobacias. A dedicação individual e coletiva chama a atenção do visitante. A “brincadeira” é séria, tem nome e bons resultados: ginástica acrobática. O esforço nítido se reflete na contração muscular e no olhar compenetrado ao fazer cada movimento. Não à toa, o grupo voltou de uma competição nos Estados Unidos com quatro medalhas de ouro e duas de prata.

A equipe Akros, que funciona em parceria com a escolinha de esportes do GDF, levou 21 atletas para Las Vegas. O time do DF participou da 3ª Vegas Acro Cup, uma copa internacional interclubes. No último discurso para pais e integrantes do grupo, a professora Márcia Colognese foi sincera: a turma era nova — tanto que não conseguiu formar nenhum menino a tempo de participar da competição — e a Akros disputaria diante de 64 outras entidades de 18 países. Ninguém precisaria se decepcionar se os resultados não viessem, mas ela queria garra e foco. Mas as medalhas apareceram. Segundo a técnica, o planejamento

Vinicius Cardoso Vieira / Esp.CB/DA.Press - 28/3/19



Treino da Akros no anexo do Nilson Nelson: planos de mais competições internacionais neste ano

e o trabalho foram fundamentais, mas um ponto acabou fazendo a diferença. “Havia a motivação por ser uma equipe nova. Era a primeira viagem de muitos. Até a primeira viagem de avião”, lembra Márcia, que se dedica à ginástica há 22 anos, 10 deles como atleta. Hoje, ela toma conta de 61 associados da Akros e mais 100 alunos da escolinha de esportes do GDF. O trabalho de peneira feito por Márcia é

importante para descobrir talentos — em alguns casos, de crianças que não teriam condições de pagar caro para entrar em um clube privado. Pelo menos sete atletas que foram a Las Vegas, por exemplo, estudam em colégios públicos.

“A primeira coisa que eu vejo é o olho: se brilhar, a criança tem jeito. O resto é força de vontade e dom”, ensina a treinadora paulista, que veio para Brasília em 2007,

acompanhando a transferência do marido. Mayanna de Moraes Magno é uma das atletas. Com 13 anos, a moradora da Granja do Torto é uma das mais experientes do grupo. Começou há cinco anos. “Quando minha mãe me colocou, eu não conhecia a ginástica acrobática. Eu comecei a gostar. Hoje, sou apaixonada”, conta a menina, afirmando que a competição em Las Vegas não foi nada fácil.

O desempenho

Conheça o resultado do time da Akros na Las Vegas Cup

Medalha de ouro

Dupla

» Lorena Alhaug e Isabela Azevedo

Trio

» Alanna Pinheiro Cabral, Júlia Meneses Barreto e Letícia Galvão Wosiach

Trio

» Ana Franceschini, Beatriz Wosiach e Mayanna Magno

Dupla

» Amanda Brandão e Moara Vargues

Medalha de prata

Dupla

» Gabriella Limeira e Letícia Lima

Trio

» Júlia Soares, Maria Eugênia e Paloma Vaz

Quarto lugar

Trio

» Bruna Menezes, Fernanda Duarte e Keity Ferreira

Trio

» Ana Brasileira, Gyovanna Lacerda e Manuela Veras

Por dentro da modalidade

É importante explicar a diferença entre as ginásticas. Três delas fazem parte do programa olímpico: a artística, a rítmica e o trampolim. A primeira tem competições individuais e por equipes, masculinas e femininas, com provas de solo, barras, traves e argolas. A segunda, exclusivamente feminina, é feita individualmente ou por times, com o uso de fita, corda, maça, bola e arco. Por fim, a terceira usa uma rede para impulsionar o/a atleta, que faz saltos e acrobacias. Já a ginástica acrobática é realizada por homens e mulheres, em duplas, trios ou quartetos. A dinâmica envolve saltos, acrobacias e equilíbrio.

Basicamente existem três funções na modalidade: base (direciona e suporta o peso das companheiras, por isso, deve ser mais experiente e forte); intermediário ou intermediária (deve ser mais leve e menor que a base, mas capaz de segurar o peso de outra pessoa); e volante (posição que fica no topo, e precisa ser bem leve e ágil).

Além das competições regionais e nacionais, a equipe da Akros terá torneios na Inglaterra, em Portugal e na Alemanha, ainda neste ano. (LM)

FUTEVÔLEI

Torneio mundial no Parque

MAÍRA NUNES

De hoje a domingo, o Parque da Cidade será palco de um campeonato mundial de futevôlei. Entre os 20 atletas de sete países no World Footvolley Brasília, dois donos de títulos mundiais estarão em casa. O brasileiro Joathan Moraes, mais conhecido como Paraná, está na disputa masculina, enquanto a prata da casa Lana Miranda concorre no Rainha da Praia, em que quatro das melhores atletas da atualidade se enfrentam. A competição ainda vale como marco em direção à profissionalização da modalidade, com distribuição de R\$ 30 mil em premiação.

Esta não é a primeira vez que a capital federal sedia um mundial de futevôlei. O último foi em 2004, também no Parque da Cidade. “Naquela época, a modalidade estava ainda engatinhando”, conta Lana, que disputava competições na areia. Mas, naqueles tempos, ela lidava com a atividade

Ana Rayssa/Esp. CB/D.A. Press



Os brasilienses Lana e Joathan estão entre os melhores da competição

com outros olhos. “Há 15 anos, eu encarava o futevôlei como uma brincadeira de que eu gostava”, lembra a brasiliense 10 vezes campeã mundial, que migrou do futebol para a areia.

Desde então, os atletas de futevôlei elevaram o nível técnico e físico. A rede ficou mais baixa para o jogo ganhar velocidade e dinamismo. Um dos destaques dessa evolução foi o aprimoramento da jogada shark attack, em que o atleta ataca a bola com a parte de baixo do pé. “O jogo ficou muito agressivo”, observa Paraná, 29 anos. O pessoal começou a subir muito e bater a bola bem para baixo. Assim, foi desenvolvido o bloqueio também com o pé. “As jogadas estão espetaculares, quem estiver presente no torneio vai adorar”, convida o jogador. Para Lana, porém, a principal

mudança ocorreu em termos de estrutura. “A modalidade está caminhando para a profissionalização, ter uma competição com televisão e marcas importantes, arena e área para os atletas é uma mostra disso”, avalia Lana. Os três dias de competição terão transmissão ao vivo pelo site do evento e, no domingo, também pelo SporTV. Além de duas duplas do Brasil, há atletas de Argentina, Alemanha, Itália, Israel, Paraguai e Estados Unidos.

Programa-se

World Footvolley Brasília

Hoje e amanhã: 14h às 22h
Domingo: 9h às 13h
Local: Parque da Cidade
Entrada livre

TIMEMANIA

CONCURSO 1317
22 - 29 - 30 - 39 - 42 - 64 - 70

TIME DO CORAÇÃO
TREZE/PB



EUA x Mundo
23h ESPN

Fórmula 1

GP da China
Treino Livre
0h SporTV 2
Treino de classificação
3h Rede Globo e SporTV 2

NA TV

Tênis

Torneio de Houston
Quartas de final
14h BandSports

Futebol

Campeonato Alemão
Nuremberg x Schalke
15h30 Fox Sports
Campeonato Inglês
Leicester x Newcastle
16h ESPN Brasil

Futsal

Liga Nacional
Intelli x Carlos Barbosa
19h SporTV

São José x Erechim

21h SporTV

Beisebol

MLB
Chicago x New York
20h ESPN 2

LOTÉRIAS

QUINA

CONCURSO 4948
10 - 16 - 65 - 76 - 78

DIA DE SORTE

CONCURSO 136
17 - 19 - 20 - 21 - 23 - 27 - 30
MÊS DA SORTE - Março

Basquete

G League
Rio Grande x Long Island
21h ESPN Extra

NBB

Botafogo x Pinheiros
21h10 Fox Sports
Nike Hoop Summit

Jogos dos Centros Olímpicos e Paralímpicos

A JORNADA PARA VITÓRIA

Desperte a força para vencer no esporte e na vida

Chegou a hora de fazer a diferença no esporte e na vida

Mais de 5 mil atletas de todas as idades. Jogos em 20 modalidades regulares e adaptadas.

Inscreva-se gratuitamente até 17 de abril

facbrasil.org.br/torce

Vagas limitadas

#aJornadaParaVitoria

CentroOlimpicoeParalimpicoDF