

Jovem surpreende na prova de disco

Após ganhar prêmio de revelação em 2007, Felipe Lorenzon continua seus treinos para o Mundial em 2009

“Braço direito voltado pra trás. Olha a posição do deltóide. Cabeça erguida. Não encolhe o braço esquerdo. Tenta não colocar muita força, o importante é a técnica”. É assim que Jeberton Luis Fermينو, técnico da equipe de Atletismo de Rio do Sul, lapida, aprimora e corrige os movimentos de um de seus alunos, Felipe Lorenzon, no lançamento de disco.

Felipe é um prodígio no esporte. Com apenas 14 anos, ganhou o prêmio de atleta revelação em sua categoria, concedido pelo Comitê Olímpico Brasileiro (COB), por um ano em que, além de quebrar o recorde sul-americano na prova de lançamento de disco, ficando

quase 20 metros acima do segundo lugar, faturou uma dezena de campeonatos, desde escolares a internacionais. O garoto recebeu a homenagem no Prêmio Brasil Olímpico, que recompensou os melhores de todas as modalidades esportivas inscritas no COB e os medalhistas do Pan-Americano de 2007. O presidente do Comitê, Carlos Arthur Nuzman, entregou o prêmio ao menino no Theatro Municipal do Rio de Janeiro, em dezembro de 2007. “Encontrei os atletas, que são os melhores em seus esportes. Isso me motiva pra um dia eu chegar ao nível deles”, conta Felipe.

Hoje o rapaz recebe uma bolsa estudantil do programa Bolsa Atleta, do Governo Federal. O projeto do Ministério do

Esporte, que contempla as categorias estudantil, nacional e internacional, paga R\$300,00 mensais para que o menino continue investindo na prática do esporte. A bolsa que Felipe recebe é concedida aos atletas classificados de 1º a 3º lugar nos campeonatos nacionais oficiais.

Aos 13 anos, nos Jogos Olímpicos Escolares, Felipe atingiu 52,30 metros, uma marca que o colocaria em 4º lugar no ranking brasileiro adulto, porém, com a metade do peso arremessado pelos profissionais. Sua marca atual é de 53,40 metros, conquistada no Campeonato Sul-Americano Escolar, realizado em dezembro de 2007, no Chile.

Felipe conheceu as provas de arremesso através de um vizinho que treinava no estádio municipal Alfredo João Kriek, no Clube de Atletismo FMD/Metalúrgica Rio-sulense. O clube é uma das referências no estado e Santa Catarina é um dos pólos de atletismo do país, apesar da pouca infra-estrutura. O governador, no embalo das conquistas do garoto, prometeu nove pistas sintéticas espalhadas pelo estado.

Felipe diz que não escolheu as provas de corrida e salto no atletismo porque seu porte físico não permitia que ele competisse com os atletas mais magros nestas modalidades. Começou a treinar com 12 anos e em 8 meses já havia alcançado o 3º lugar no Campeonato Brasileiro de lançamento de disco em sua categoria. “O Felipe é alto e forte, biotipo essencial para as provas de arremesso, especialmente o de disco e martelo”, afirma o treinador.

Atualmente Felipe está no 1º colegial e vive como qualquer outro adolescente. Além da escola e dos treinos, que acontecem de segunda a sexta-feira, das 14h às 16h30, ele gosta de jogar futebol e videogame com os amigos.

Seu técnico explica que não força demais o menino para não queimar etapas, e que sua evolução tem de ser pensada para que seu futuro não seja prejudicado. Nos treinos, o garoto chega a lançar 70 vezes o disco para aprimorar a técnica e em todos os movimentos realizados Fermينو corrige seu posicionamento. “Para um bom lançamento não é necessário colocar muita força, o essencial é a técnica e velocidade, a força vem por último. Se você só colocar força para lançar o disco, ele nunca vai chegar tão longe quanto pensa”, explica o técnico.

O que Felipe quer para o futuro é óbvio: participar das Olimpíadas. “É um sonho. Mas vamos ver o que vai acontecer até lá. Se tudo der certo nessa evolução, vou ficar muito feliz!”, afirma.

Nessa evolução pensada pelo técnico, Felipe já está trocando de categoria, adicionando quinhentos gramas ao disco de um quilo. A preparação está focada para o Mundial, que acontece no ano que vem, com a meta de chegar às Olimpíadas de sua categoria, em 2010. Até lá, seu treinador projeta uma marca acima de 60 metros, o que teoricamente garantiria para Felipe um lugar no pódio.

Cauê Oliveira

História

Tão antigo quanto os gregos

O ser humano sempre quis ultrapassar seus limites e o atletismo é uma prova dessa obsessão. Desde a Grécia Antiga, pratica-se o esporte como forma de aprimorar o físico. Uma das provas mais clássicas é o lançamento de disco. Por isso a figura do discóbolo, aquele que pratica o lançamento é tão comum em esculturas do período Clássico e Renascentista.

Nos Jogos Olímpicos Modernos, que começaram em 1896, o lançador disparava o disco em cima de um pedestal, assim como as estátuas, e só a partir do século XX o esporte tomou os moldes atuais.

Há algumas regras básicas do lançamento: o atleta não pode pisar fora do círculo de lançamento e o disco deve cair sobre a área delimitada no campo. Não é permitido o uso de luvas ou outros materiais para os pés que facilitem a permanência no círculo de lançamento. Os discos têm diversas dimensões dependendo da categoria, que variam de um quilo (no feminino e categoria Menor masculino) até dois quilos (para o Adulto masculino). Porém devido à evolução do esporte, a Federação Internacional de Atletismo já começou a introduzir o peso de dois quilos para a categoria Adulto Feminino.



Cauê Oliveira

Felipe Lorenzon treina, em média, 50 arremessos por dia. Em competição são apenas seis

Trilhas mapeadas auxiliam ciclistas pelas matas de Florianópolis e região

Uma sequência de subidas e descidas, mais subidas do que descidas. A lama do percurso faz a bicicleta patinar e exige um esforço maior das pernas já cansadas em pedalar. O calor era sufocante. Ao chegar ao topo, sob a sombra de goiabeiras e araçazeiros, a vista para as praias do Norte da Ilha compensa todo o esforço e mostra como um passeio desse pode dar prazer. A trilha de Ratonas-Vargem Pequena, que passa pelo terreno do qual foi retirada a terra para a construção da SC - 403, é dura, mas representa a essência do Mountain Bike.

Um grupo de ciclistas criou um novo estilo de ciclismo que fazia trilhas em montanhas e estradas de terra da Califórnia. Esta prática aos poucos foi ficando popular e com o tempo provas começaram a ser organizadas. No Brasil o esporte só começou a surgir nos anos 80, quando foram feitos os primeiros campeonatos. Em Santa Catarina um dos pioneiros foi o publicitário Luiz Marcos Peixoto, 37 anos. Em 1987, Peixoto

já fazia trilhas em Florianópolis com uma bicicleta adaptada, cujas peças havia retirado de uma “Caloi 10”, primeira bicicleta com marchas a ser produzida e comercializada no Brasil. O publicitário garante que só ficou sabendo mesmo o que era Mountain Bike em 89, quando ao passar por uma banca viu uma revista especializada falando sobre o esporte que ele já praticava há algum tempo.

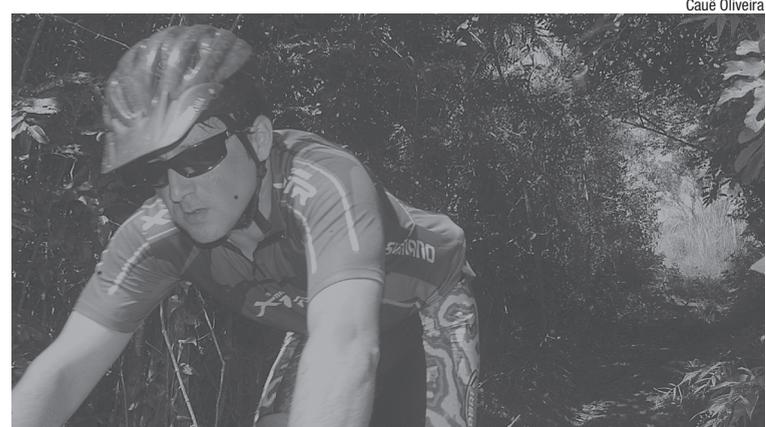
Ao ver uma picada aberta no meio da mata, Peixoto se arrisca sobre ela e vai descobrindo um novo caminho. No sábado, véspera de Páscoa, a equipe do Jornal Laboratório ZERO acompanhou uma dessas aventuras. Peixoto foi por um caminho diferente e acabou encontrando uma outra trilha já usada por ciclistas que praticam o downhill, um tipo de Mountain Bike descida abaixo em alta velocidade e que proporciona momentos de radicalidade extrema. O publicitário anota todas as novas coordenadas através de um GPS e um bloco de anotações que carrega junto à sua bicicleta e depois

disponibiliza a nova rota na Internet.

Com isso, o publicitário desenvolveu o site TrilhasBR (www.trilhasbr.com.br), em novembro de 2007, mapeando as trilhas de Florianópolis e região. Assim, os “trilheiros” de outras partes do Brasil e até do mundo podem fazer turismo de aventura na cidade.

Nele, o internauta encontra mapas, planilhas e coordenadas GPS de onze trilhas espalhadas por toda a ilha e continente. O site contém o maior número de informações sobre lugares para se praticar Mountain Bike em Florianópolis na rede, além de fotos e imagens de satélite. “Com o site, procuro dar total segurança no que se refere à localização exata das trilhas e suas dificuldades”, explica Peixoto. “Além dos cuidados e dicas para se fazer uma boa trilha, como os equipamentos de segurança e o tipo correto de bicicleta para cada pessoa e prática”, complementa.

Márcio Barcellos



Cauê Oliveira

Mapeamento de trilhas garante descoberta de novas paisagens de Florianópolis

Trilha Ratonas-Vargem Pequena

A trilha passa no meio da fazenda Mea Mea, no coração da ilha de Santa Catarina, ligando os bairros de Ratonas, Vargem Pequena e Vargem Grande. A entrada fica próxima a geral de Ratonas.



Ponto mais alto da trilha. A 180 metros de altitude, oportunidade de descansar e apreciar a vista.

As nascentes de córregos do morro ajudam na hidratação, porém fazem a trilha ficar enlameada o que dificulta o ciclista.

Início e final da trilha. Percorra 6km na geral de Ratonas, vá em direção à Vargem Pequena e ande mais 1km até Fazenda Mea Mea

Google Earth