



Campeões de Varginha

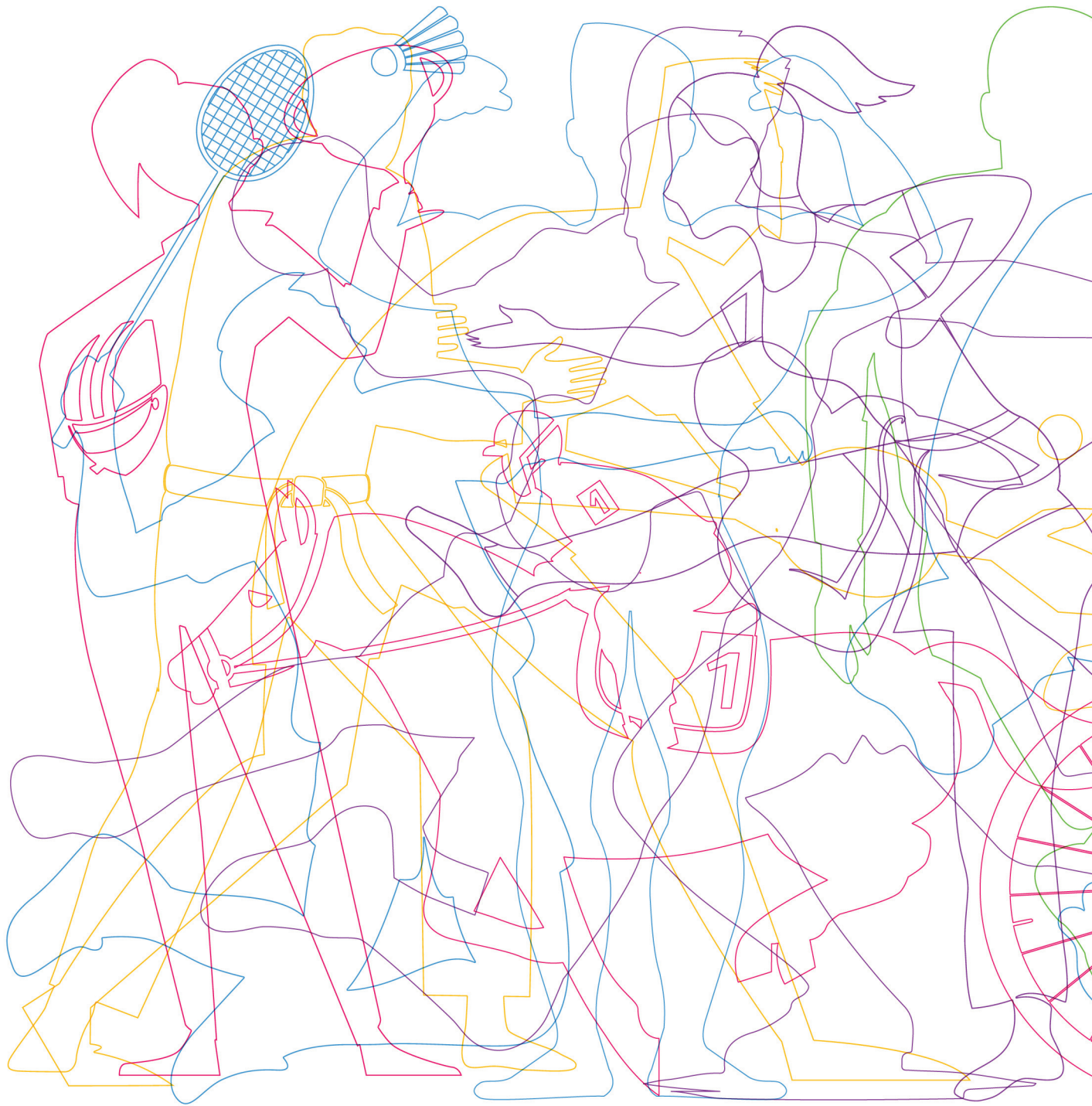


**CÂMARA
MUNICIPAL DE
VARGINHA**



Histórias que valem ouro.

Volume II



Campeões *de Varginha*

Histórias que valem ouro

Volume II



Este livro é uma publicação da
Câmara Municipal de Varginha.

Jornalista responsável:

Gleison Marques - MTB 14958/MG

Mirella Penha - MTB 13314/MG

Campeões de Varginha

Ouro, de novo!

Quem disse que o segundo tempo de um jogo ou o último round de uma luta não são decisivos para um resultado positivo? Nossa cidade tem tantos atletas fantásticos que a Câmara de Varginha achou importante prorrogar essa partida para contar novas histórias e apresentar outras modalidades esportivas à população. Assim como no primeiro livro, nas próximas páginas você acompanha as trajetórias de quem nasceu e/ou viveu em Varginha, numa iniciativa que valoriza as pessoas, além de criar um acervo para preservar a memória da cidade.

Esse livro também ressalta a importância do esporte como ferramenta de transformação

social, enaltecendo os diversos projetos que promovem ou já incentivaram a prática de diferentes modalidades esportivas em algum momento do passado. Nesse cenário, é fundamental reforçar o papel central do município ao continuar investindo em políticas públicas nessa área. A partir das entrevistas realizadas, também é importantíssimo valorizar os profissionais de educação física das escolas e dos serviços públicos direcionados à prática esportiva.

Ainda que não sejam citados nominalmente nas histórias, são eles que, geralmente, reconhecem o talento excepcional de alguns dos alunos e, muitas vezes, abrem caminho para que os estudantes

ingressem em um circuito profissional, tornando o esporte uma profissão.

Por fim, incentivamos cada leitor a incluir a prática de atividades físicas na sua rotina, conquistando mais qualidade de vida. Por isso, nesse livro, você também encontra uma lista com locais para se exercitar gratuitamente em Varginha. Vamos, mais uma vez, vibrar com os nossos talentos esportivos? Como diz o ditado, o jogo só termina quando o juiz apita. E, por aqui, a bola segue em campo porque, claro, conta com a sua torcida aplaudindo de pé cada conquista. Para Varginha, o seu apoio, com certeza, vale ouro.

Boa leitura!

ÍNDICE





72 Nuvem de palavras do esporte 74 Locais para a prática de esportes 77 Mesa Diretora

ATLETISMO



O atletismo é um dos esportes mais antigos, com raízes nos Jogos Olímpicos da Grécia Antiga. Suas primeiras provas envolviam corridas e lançamentos, e o esporte evoluiu ao longo dos séculos. O atletismo moderno, com regras e modalidades definidas, surgiu no século XIX, na Inglaterra, e desde então se tornou uma das principais disciplinas olímpicas.

ERONDINA LEAL BARBOSA

Atletismo

Nascimento: 18/9/1964

Posicionada para mais uma largada, a menina Erondina Leal Barbosa não viu diante de si somente os 400 metros de extensão da pista de atletismo. A cada passada firme que deu, a atleta abriu caminho para diversas oportunidades. **“O esporte foi minha maior ferramenta de transformação. Eu venho de uma família muito humilde, e o atletismo me deu a oportunidade de estudar e conhecer o mundo. Através dele, pude cursar o ensino médio, a faculdade, o mestrado e o doutorado, me desenvolvendo como pessoa e como profissional”.**

Ao conhecer a história da esportista é possível dizer que os diplomas conquistados pesam tanto quanto as medalhas que carregou sobre o peito. E foram muitas. **“Fui campeã estadual, brasileira e Sul-Americana. Participei do**

Troféu Brasil, vencendo por duas vezes consecutivas. Fui também para os Jogos Pan-Americanos de Indianápolis, nos EUA, em 1987, uma experiência incrível. Mas, o momento marcante foi quando me tornei campeã Sul-Americana nos 100m com barreiras em Medellín, na Colômbia. Ali, percebi que era boa no que fazia e, finalmente, minha família passou a acreditar que o esporte poderia ser uma carreira. Subir no pódio, ouvir o hino nacional foi uma emoção indescritível”.

Além das experiências como atleta e professora de educação física, a Erondina também tem uma longa carreira acadêmica, atuando como docente universitária. **“Uma das coisas mais gratificantes é ouvir dos meus alunos que querem ser como eu. Isso é um orgulho enorme para qualquer**

professor. Formei muitos alunos que hoje são profissionais na área. Sempre passo para os meus alunos que com dedicação e planejamento, é possível sim chegar longe”.

Para a atleta, o esporte realmente salva vidas, independentemente das escolhas profissionais. **“Investir nele é fundamental para o desenvolvimento humano e social. Ele ajuda a desenvolver capacidades físicas e emocionais, formando indivíduos mais saudáveis e disciplinados. Mesmo que a criança não siga a carreira esportiva, o impacto positivo de ter se dedicado se reflete em todas as áreas da vida dela”.** A menina que um dia correu veloz rumo à linha de chegada, também impulsiona crianças e jovens a fazerem o mesmo porque sabe que a largada de uma prova, em qualquer esfera da vida, é fundamental para um bom resultado.



HELDER FRANCIS L. ARAÚJO

Atletismo

Nascimento: 21/3/1966

Quinze metros. Essa medida equivale a vinte passos de um adulto e à altura de um prédio de cinco andares. Essa também foi a distância que o atleta Helder Francis Lima Araújo ultrapassou ao lançar o peso no Campeonato Brasileiro de Atletismo, na categoria que agrupava os menores de idade. O feito garantiu a medalha de prata na competição, que aconteceu no Complexo do Maracanã, no Rio de Janeiro, em 1982. **“O ponto mais importante na minha trajetória foi esse vice-campeonato. Essa foi uma marca muito significativa para mim, num dia muito especial. Alcançar esse resultado que vinha tentando nos treinos foi extremamente gratificante”.**

Outra conquista que não pode ser medida de forma tão exata é a satisfação de preparar novos atletas na modalidade. **“É fantástico ver o progresso de um aluno mesmo que ele não siga no esporte profissionalmente. Acredito que o esporte não ensina só a parte técnica, mas também forma o caráter, é um grande pilar de desenvolvimento. Ele integra os aspectos cognitivo, motor e social. Além de melhorar fisicamente, o atleta aprende a processar informações e interagir socialmente, o que enriquece sua formação como indivíduo”.**

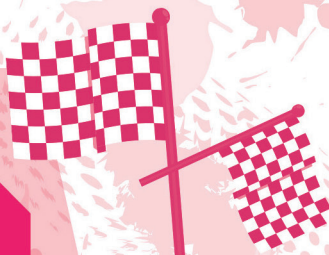
Para o Helder, tanto os resultados como atleta quanto os avanços como professor valem um lugar no pódio. **“Nunca imaginei que seria um grande atleta, mas as oportunidades apareceram, e**

eu me dediquei ao máximo. Hoje, como professor, tento ser ainda melhor do que fui como atleta, e mostrar que é possível crescer. Saber que você deu um norte para a vida de alguém, ajudando no desenvolvimento social e esportivo, é algo que me satisfaz muito”.

Por fim, mais um legado que o esportista deixou para Varginha foi a consultoria técnica que prestou para a construção do Estádio Municipal. **“Participei da construção da parte de arremesso, lançamento e saltos do estádio. Foi muito bom ver o estádio sendo usado em competições importantes, com reconhecimento da comunidade do atletismo de Minas Gerais”.** Continuar construindo histórias campeãs é uma missão que o Helder abraçou com tanta naturalidade que, nessa caminhada, já não conta mais os passos, afinal, sabe que está no rumo certo.



AUTOMOBILISMO



O automobilismo, com raízes nas primeiras tentativas de motorizar carruagens, surgiu no século XIX. Pioneiros como Karl Benz e Gottlieb Daimler criaram os primeiros veículos motorizados, e a primeira corrida automobilística significativa aconteceu em 1894.

A partir daí, o esporte evoluiu rapidamente, com a criação de autódromos e a realização de competições cada vez mais complexas e velozes, moldando a cultura automotiva e tecnológica até os dias atuais.

CECÍLIA RABELO

Automobilismo

Nascimento: 29/11/2007



Para a maioria dos brasileiros, a memória é nítida: domingo, família reunida diante da TV enquanto, na telinha, o Ayrton Senna ultrapassa a linha de chegada e recebe a bandeirada quadriculada que o levaria ao pódio. Tudo isso, claro, ao som do "Tema da Vitória", uma trilha que se tornou uma assinatura do ídolo brasileiro. Para a Cecília Procópio Rabelo Bueno, essa cena é uma inspiração que a faz acelerar nas pistas como pilota de Fórmula 4. **"O automobilismo é tudo para mim. É meu trabalho, minha diversão, meu refúgio e meu sonho. Dedico minha vida ao esporte"**.

Da primeira experiência à conquista dos resultados positivos, a Cecília percorreu um longo trajeto. **"Minha maior conquista foi em novembro de 2023, quando me tornei a primeira mulher no**

mundo a conquistar uma pole position na Fórmula 4, na etapa preliminar da Fórmula 1 em Interlagos. Foi uma sensação indescritível". Outro momento marcante aconteceu na Argentina. **"A Porsche Cup Brasil realiza algumas etapas fora do país e, embora eu já tivesse treinado nos Estados Unidos, essa foi minha primeira competição internacional, foi incrível"**.

Ser mulher em um esporte reconhecidamente masculino não a assusta. **"Para mim nunca foi um problema, já que, desde pequena, pratiquei esportes predominantemente masculinos, então estou acostumada. É claro que existem algumas diferenças, como na parte física, por exemplo, já que os homens são mais fortes"**. Para estar

bem-preparada para as corridas, a atleta tem uma rotina regradada de treinos. **"Faço musculação focada em automobilismo, principalmente para fortalecer a parte superior do corpo, já que sou bem pequena e preciso ganhar força. Meu treinamento é bem intenso"**.

Enquanto revisita a sua trajetória, a pilota também se prepara para o futuro. **"A Fórmula 1 é o sonho da maioria dos pilotos, mas é uma meta difícil de alcançar. Meu objetivo é correr fora do Brasil, em circuitos como o Red Bull Ring, na Áustria, ou o Spa-Francorchamps, na Bélgica"**. Para quem testa, diariamente, os limites do próprio corpo e do velocímetro, ultrapassar os limites geográficos é sim um desafio possível de ser alcançado. Acelera, Cecília!



BADMINTON

O badminton tem raízes em jogos antigos da Índia e da China, mas sua forma moderna surgiu na Inglaterra no século XIX.

O nome "badminton" vem da propriedade onde o esporte foi popularizado. Inicialmente conhecido como "poona", o badminton se espalhou pela Europa e,

com a criação da Federação Internacional de Badminton em 1934, se tornou um esporte global, chegando às Olimpíadas em 1992.

CLEONI CARDOSO

Badminton

Nascimento: 1/1/1988

Quando ganhou o Campeonato Mineiro de Badminton o varginhense Cleoni Cardoso Tavares literalmente pulou na arquibancada para comemorar com os companheiros de equipe. Naquele voo da vitória, o atleta festejou bem mais do que o placar em quadra: ele deixou no passado o período em que jogou sem apoio, em praças da cidade, com uma rede de vôlei improvisada, driblando a chuva e o vento forte. **“Praticamente, treinei três anos em locais inapropriados, ao ar livre, então, quando consegui um local adequado, foi mais emocionante do que qualquer medalha”.**

Hoje, o esportista joga na Estação Cidadania três vezes por semana, além de ser uma figura de destaque na divulgação do esporte. **“Temos uma média de 70 atletas. Não**

só de Varginha, mas também atletas de Poço Fundo e Lavras. Em 2023, tivemos sete campeões mineiros de Varginha, além de um atleta que conseguiu a bolsa-atleta. Hoje, as universidades conhecem o esporte e as escolas me convidam para apresentar a modalidade. É uma mudança significativa”.

Transformação, aliás, é uma boa palavra para definir o impacto que o badminton pode ter na vida de quem pratica o esporte, uma experiência vivenciada pelo Cleoni. **“O esporte me fez amadurecer muito. Eu era introvertido, ansioso e não sabia lidar bem com as pessoas. O badminton me fez aprender a ter paciência e a lidar melhor com o próximo. Já na escola em que trabalho, muitos alunos, incluindo**

crianças com TDAH e autismo, melhoraram o comportamento e as notas. Nessa prática, os alunos também se socializam com mais facilidade em outras atividades do dia a dia”.

A possibilidade de melhorar a vida das crianças foi a principal razão do Cleoni abraçar o esporte como profissão. **“A influência dos meus professores na escola me inspirou desde cedo a seguir essa carreira. Ainda adolescente, eu decidi que queria ser educador físico, pois não queria que outras crianças passassem pelo que passei, ser uma criança obesa e sedentária, mesmo gostando de esportes”.** De certa forma, o voo da vitória nas quadras, que abre esse texto, também celebra a leveza de pertencer e de experimentar as próprias potencialidades, passando pela vida de maneira menos sofrida.



BASQUETE



O basquete foi inventado em 1891 nos Estados Unidos pelo professor canadense James Naismith. Criado como uma alternativa de atividade física para os alunos durante o inverno, o esporte rapidamente se popularizou. Naismith desenvolveu 13 regras básicas para o jogo, que se mantêm até hoje com algumas adaptações, e o primeiro jogo oficial de basquete foi disputado em 1892.

NATHANAEL LOURENÇO

Basquete

Nascimento: 6/7/1994

Do centro do palco, o maestro enxerga cada musicista da orquestra sob a sua batuta. No centro da quadra, o armador dita a direção do jogo de basquete, organizando o ataque e criando jogadas. Em ambos os papéis é preciso de técnica e de emoção, um dueto que o Nathanael Henrique Nascimento Lourenço conhece bem. **“Desde o primeiro treino, aos 10 anos, me apaixonei pelo basquete, mas sem dedicação, persistência, profissionalismo e disciplina, eu não estaria onde estou hoje”.**

Jogador de um time no Paraná, o atleta aponta que acreditar no potencial dele foi fundamental. **“Sempre tive a certeza de que, um dia, poderia não só jogar em um campeonato de elite, mas também continuar lutando, sem desistir. O esporte me ensinou muito sobre os altos e baixos da vida. Há fases em que estamos no auge, e outras em que**

enfrentamos desafios. Aprender a lidar com isso é essencial”.

Mas a fé sozinha, pelo menos no esporte, não move montanhas. Também é preciso suor. **“Eu sempre quis ser o melhor, e quando decidi que o basquete seria minha vida, comecei a treinar intensamente. Ficava no ginásio das 14h até às 20h. Minha irmã também foi uma motivação, porque ela já era profissional. Queria seguir os passos dela, então me dediquei ao máximo”.**

Uma das experiências importantes que o Nathanael teve foi passar uma temporada nos Estados Unidos, tendo jogado na arena do Charlotte Bobcats, que hoje é o Charlotte Hornets, time da liga profissional. **“Fizemos um torneio de final de semana, e depois assistimos a um jogo da NBA no camarote, foi um sonho realizado”.**



Houve também um momento importante, mas que ficou marcado por conta da superação. **“Joguei um campeonato em Poços de Caldas. Na época, eu ainda jogava na base, e, durante o jogo, a torcida me xingou, cuspiram em mim e até me chamaram de macaco. Isso mexeu muito comigo”.**

Anos depois, o atleta voltou a jogar na cidade. **“Já estava jogando em outro nível, e, nessa partida, eu me senti preparado. Coincidentemente, foi na semifinal, e minha mãe, que nunca tinha visto um jogo meu, estava assistindo. Quando a vi, algo despertou em mim, e joguei como nunca. No final, a torcida, que antes me hostilizava, aplaudiu de pé. Foi um momento muito especial para mim”.** Enfrentar velhos fantasmas usando o talento como trunfo soa como música para os ouvidos. Uma jogada de mestre (ou de maestro) que o Nathanael executou com perfeição.

SILVIA A. CARVALHO

Basquete

Nascimento: 17/10/1953



Para quem assiste a um jogo de basquete, o lance mais emocionante é aquela cesta de três pontos feita nos instantes finais do jogo, levantando a torcida e garantindo uma vitória de virada. Para quem conhece a história da técnica de basquete Silvia Amorim de Carvalho sabe que não existe cronômetro que consiga contar o tempo de vida dedicado ao esporte e nem placar que mostre o valor real dessa escolha para a atleta. **“O esporte me deu tudo. Nunca sonhei em ser uma pessoa importante, mas, depois que comecei a ser técnica, conquistei respeito e reconhecimento. E isso é muito gratificante”.**

Ao relembrar a trajetória percorrida, Silvia guarda na memória conquistas significativas,

o que também inclui ter sido a primeira pessoa em Varginha a se formar em Educação Física. **“Os momentos mais marcantes são os Jogos Escolares, em que levávamos meninas que não tinham condições financeiras para competir. Conseguimos um terceiro lugar no Campeonato Brasileiro Escolar duas vezes. Outro grande orgulho foram os Jogos do Interior de Minas (JIMI), conquistando nove títulos, mesmo competindo com times adultos quando mal tínhamos jogadoras nessa faixa etária”.**

Para a atleta, entretanto, os ganhos relacionados ao esporte vão muito além dos resultados pontuais. **“O esporte ensina garra, força de vontade e dá aos jovens a capacidade de**

sonhar. Muitas das meninas com quem trabalhei não tinham nada, mas, através do esporte, começaram a sonhar e a acreditar que podiam vencer. Isso transforma a vida delas. O esporte também ensina respeito, algo que, às vezes, a escola ou a família não consegue passar completamente”.

Essas lições, aliás, Silvia aprendeu desde cedo, quando ainda menina começou a se interessar por esportes. Já adolescente, se dedicou ao vôlei e ao atletismo. Ainda no segundo grau, recebeu o convite para auxiliar um professor de Educação Física. Mais tarde o basquete entrou na vida dela e ocupou uma “cadeira cativa”. Paixão, aliás, que compartilha com o filho e com os netos: maiores pontuadores no time de amores dessa avó coruja.



BREAK DANCE

O breakdance, ou breaking, nasceu no Bronx, em Nova York, na década de 1970. Criado por jovens afro-americanos e latinos, era uma forma de expressão e união das comunidades, nascido em festas de rua e batalhas de DJs. Influenciado por artes marciais e outras danças, o breakdance se espalhou pelo mundo, tornando-se um dos pilares da cultura hip hop.

ERYCA LETYCIA

Break dance

Nascimento: 14/2/1995

Na picafe, o DJ solta um som contagiante. Na pista, os adeptos do break soltam o corpo, virando o mundo do avesso, literalmente. Afinal, durante uma apresentação ou uma batalha – competição entre dois praticantes que duelam alternadamente – os braços carregam o peso de toda a estrutura corporal, equilibrando-se com destreza no ar. É nesse universo que a Eryca Letycia Pereira de Deus Rios se sente feliz. **“O esporte é vida. A dança me deixa leve, é um momento relaxante que me deixa ainda com mais ânimo para viver”.**

Para avançar na modalidade, a esportista chegou a treinar quatro vezes na semana, por cerca de duas horas. **“Meu foco foi tão grande que só treinar não era suficiente, e eu queria “rachar” (impressionar), ir em**

eventos para sentir realmente como era a adrenalina de estar batalhando. Dentre os momentos importantes, fiquei em segundo lugar por duas vezes em eventos regionais. Também participei do Minas Dance, em Varginha. Mas um momento inesquecível foi fazer parte do “Battle B-Boy”, no Espaço Cultural Dom, quando vieram vários B-Boys (praticantes masculinos) de todo o Brasil para a cidade, e eu fui homenageada, sendo a única B-Girl (praticante feminina) a participar do evento naquele dia”.

Foi em um projeto social que acontecia justamente nesse espaço cultural que a Eryca participou de aulas e pôde receber a orientação que precisava para aprimorar sua prática. Hoje, anos depois, é

ela quem ensina o que sabe para outras crianças e jovens, buscando transformar destinos. **“O esporte tira as crianças da rua, forma bons seres humanos, instrui para desafios e disciplina para a vida”.**

Ao compartilhar o que aprendeu, ela revive a alegria que sentiu aos 14 anos, quando acompanhou o irmão em aulas de break e em apresentações na igreja que frequentava, ainda em Vitória, Espírito Santo. **“Vi meu irmão dançar e pedi para ele me ensinar. Eu simplesmente amei e, a partir daí, passei a me dedicar buscando evoluir cada vez mais”.** Enquanto vive a sua arte e movimenta o corpo com leveza, a Eryca também fortalece a cultura do break e do hip-hop em Varginha. Uma dedicação que merece todo o nosso agradecimento.



MICHEL DOUGLAS

Break dance

Nascimento: 2/11/1993

Uma arte que nasceu nas ruas. Uma dança que combina movimentos acrobáticos e a expressão da criatividade. Uma maneira de se conhecer e criar conexões entre as pessoas. Esse é o break, que nasceu em Nova York, nos anos 1970, e virou modalidade olímpica na edição de 2024. Além de ter cruzado o oceano para ganhar palco no maior evento esportivo do mundo, essa dança também chegou ao Brasil nas últimas décadas e conquistou adeptos.

Em Varginha, o Michel Douglas do Carmo Silva é responsável por ensinar e divulgar a dança. **“O break trouxe muitos benefícios para a minha vida. É um exercício que te deixa em forma, com autoestima alta, e traz um bem-estar enorme. Os movimentos são muito bonitos e me fascinaram desde**

o início. Já olhei e pensei: ‘Eu quero fazer isso’. Aí fui atrás de mais conhecimento, me esforcei e consegui evoluir bastante na dança”.

Além de experimentar essas mudanças, o Douglas também é testemunha do impacto que o break pode ter na vida ainda na infância e na adolescência, já que foi voluntário em um projeto social. **“Já vi crianças que tinham muita vergonha de se apresentar publicamente, mas que, com o break, conseguiram superar isso. A dança ajuda a desenvolver o corpo e a autoconfiança. Ela melhora a vida das pessoas, tanto fisicamente quanto emocionalmente”.**

Para o Michel, é uma satisfação poder dizer que dança break, e que sabe o que está fazendo. Seguir o caminho da excelência, entretanto,

exigiu comprometimento. **“No break, ou você treina muito e se dedica ou fica no básico. Não tem meio-termo. Eu decidi que queria me esforçar ao máximo. Isso deu uma guinada na minha carreira”.**

Para o dançarino, o mais gratificante é poder levar a dança para mais pessoas. **“Dividir o que sei foi uma das minhas maiores conquistas”.** Ao olhar para trás, também guarda na memória o começo do percurso na dança. **“A gente treinava ali na Seresta. Colocávamos um tapete no chão, uma caixinha de som e começávamos a dançar. Isso foi muito especial. Treinar na rua, na origem do break, é muito marcante”.** Movimentar o corpo com liberdade é compartilhar uma linguagem universal, esteja você na Praça Getúlio Vargas ou nas ruas do Bronx, bairro nova-iorquino.



CAPOEIRA

A capoeira, uma rica expressão cultural brasileira, tem suas raízes na época da escravidão.

Nascida da necessidade de autodefesa e resistência dos africanos escravizados, a capoeira combinava movimentos de luta com música e dança, disfarçando sua verdadeira natureza.

Com a abolição da escravatura, a prática continuou marginalizada, mas se tornou um símbolo de resistência e identidade para a comunidade afro-brasileira.



DONIZETTI ADÃO DE OLIVEIRA

Capoeira

Nascimento: 10/11/1973

O som do berimbau ecoa como um pássaro que canta a liberdade. Em seguida, a roda de capoeira ganha contorno. Logo, as palmas e a percussão dos atabaques ditam o ritmo da ginga que prepara o corpo para o golpe: ora os pés pisam firmes no chão, ora dançam no ar, com o suor batizando a terra com toda a ancestralidade africana que nos formou. Uma mistura de celebração e de resistência.

“A capoeira resgata culturas, é luta e folclore. É o único esporte que mexe com todos os músculos do corpo. Além disso, socializa, prepara a pessoa para as batalhas do dia a dia, traz disciplina e dá paciência. A capoeira também divulga a língua portuguesa para o mundo. É um esporte completo, maravilhoso”. Quem

resume os benefícios dessa prática é o Donizetti Adão de Oliveira, que tem um grupo de capoeira em Varginha há 25 anos.

Aos sete anos, Donizetti já vibrava com o esporte, correndo, na hora do recreio, para o campo da escola para participar de uma roda quando morava em São Paulo. Desde então, ele estuda e forma capoeiristas, reforçando que o mérito dele não está em nenhum título ou medalha, mas na potência de transformar vidas.

“Minha maior conquista foi formar cidadãos melhores para a sociedade. Não há troféu que substitua essa gratidão. Vários outros alunos também se tornaram pessoas decentes através da capoeira. Também tive um trabalho no sistema prisional. Infelizmente, foi encerrado, mas o nosso

objetivo é resgatar crianças, adolescentes e adultos”.

Pessoalmente, são muitas as lembranças marcantes relacionadas à capoeira. “Minha formatura como mestre em 2017 foi muito especial. Minha família toda estava presente. Foi um momento muito marcante porque foram quase 30 anos de prática e estudo para me formar mestre. Outro momento especial foi formar minha filha como instrutora de capoeira depois de 23 anos praticando comigo. Este ano, também formei um mestre de capoeira. Foi muito emocionante, porque ele me chama de pai”. De certa forma, ser uma figura paterna para tantas pessoas e ensinar uma prática transformadora é uma herança tão valiosa quanto o sangue que corre nas nossas veias. Um legado que vale ouro.



OSVALDO HENRIQUE (PÉ DE VENTO)

Capoeira

Nascimento: 9/1/1985

O berimbau é um símbolo da capoeira, representando a resistência dos negros. Mais do que ditar o ritmo da roda e de servir como meio de comunicação entre os praticantes, o som que ecoa desse arco ancestral transmite uma história de luta e de liberdade. O berimbau também é o instrumento que fez o Osvaldo Henrique Mendonça, ainda adolescente, ligar a TV para assistir a um filme que trazia a capoeira como tema.

Aquele momento em frente à telinha o levou a procurar por aulas de capoeira, num encontro que foi transformador. **“A capoeira me proporcionou viver coisas que jamais teria imaginado. Como qualquer esporte ou arte, a capoeira vai te desafiar de muitas formas. No começo, você vai errar, cair, mas o importante é sempre se levantar e continuar.**

Afinal, não é só sobre força física, é sobre resiliência, sobre se conectar a algo maior, a uma história, a uma cultura”.

Anos depois, o Osvaldo tornou-se um multiplicador da modalidade em Varginha. **“A capoeira cresceu bastante nos últimos anos, e temos dado visibilidade não só para a nossa cidade, mas para toda a região. A capoeira tem uma tradição forte em Minas, principalmente porque o estado foi um dos maiores refúgios de escravizados no Brasil”.**

Além de treinar inúmeros alunos, o capoeirista também representou a cidade em campeonatos. **“É uma honra representar Varginha. Nos anos 2000, participei de duas edições dos Jogos do Interior de Minas, sendo campeão em uma e vice-campeão na outra. Também ganhei o Campeonato Mineiro na mesma época. Guardo até hoje o único jornal que tenho daquela época,**

que noticiou minha vitória. Já em 2021 e em 2022, em Ouro Fino, onde fui vice-campeão e campeão, respectivamente, na minha categoria de professores”.

Outra vitória que tem o peso de uma medalha também tem a participação do Osvaldo. **“Uma conquista que guardo com carinho é o reconhecimento da capoeira como patrimônio cultural de Varginha. Em 2016, eu e um amigo buscamos transformar a capoeira em patrimônio do município. Em 2022, concretizamos esse feito. A capoeira já era reconhecida como patrimônio cultural da humanidade pela UNESCO desde 2014, e conseguimos trazer esse reconhecimento para a cidade. Essa é uma luta que ficará para sempre”.** O que também permanece é a certeza de que, toda a vez que os pés de um capoeirista giram no ar, quebram grilhões e ganham a liberdade que só os pássaros conhecem.



CICLISMO

O ciclismo reina em diversas modalidades: BMX para adrenalina em manobras e pistas, mountain bike para trilhas e natureza, e ciclismo de estrada para velocidade em longas distâncias. Escolha a sua aventura!



BRUNO DE SOUZA OLIVEIRA

BMX corrida

Nascimento: 13/6/2007

Quando sobe na bike e observa a pista de competições do BMX, o Bruno de Souza Oliveira Júnior não enxerga só os 400 metros que o separam da linha de chegada. O que ele vê é o limite que precisa ultrapassar para fazer parte da elite mundial do esporte que escolheu aos seis anos, por influência do pai. **“Quero ser um piloto olímpico, quero representar o Brasil e a nossa cidade. Meu objetivo máximo é competir nas Olimpíadas. Além disso, conquistar o Campeonato Mundial também é muito importante”.**

O caminho para a vitória ele já conhece. **“Estou com 17 anos agora. Em 2013, com 7 anos e apenas um ano depois de começar a treinar, fui vice-**

campeão brasileiro, em Americana. Em 2016, fui vice-campeão novamente. Em 2020, tive o mesmo resultado mais uma vez, e, em 2021, conquistei o título de campeão brasileiro. Em 2022, me tornei bicampeão”.

O título mais importante, entretanto, foi a vitória no Campeonato Sul-Americano, na Argentina, em 2023. **“Sair de Varginha e competir com atletas com tradição no esporte, como os colombianos, é uma sensação indescritível. Foram três dias de competição em um nível muito alto, com cinco baterias entre as classificatórias e a semifinal. Venci na semifinal e, na final com os oito melhores, consegui passar em primeiro. Foi emocionante”.**

Emoção, aliás, é o que não falta a cada prova, que costuma durar,

em média, um minuto. **“Nessa fração de tempo, a adrenalina é imensa e o coração dispara. Você sabe que precisa dar o seu melhor do começo ao fim. O início da prova é crucial porque se você largar bem, fica mais fácil manter a liderança. É incrível cruzar a linha de chegada em primeiro lugar”.**

No dia a dia, o Bruno precisa encontrar equilíbrio não só para pilotar a bike, mas também para administrar uma rotina puxada dividida entre os treinos e a vida na escola. **“Acho muito importante manter os estudos em dia, mesmo com a dedicação ao esporte. Um dia, a carreira de atleta acaba e é preciso ter uma formação. De qualquer forma, o esporte foi e sempre será fundamental. Ficar focado em um objetivo te direciona para o caminho certo”.** Certíssimo, Bruno!



JOÃO MARTINS

BMX e Downhill

Nascimento: 9/5/1993

Nem medalha, nem troféu. Tem algumas experiências no esporte que valem um manto real e chegam para coroar uma longa estrada de superação, palavra que define muito bem a trajetória do atleta João Martins. **“Recebi o convite para participar do Desafio de Downhill 4X, Rei & Rainha da Montanha junto com os melhores atletas da América Latina. Foi uma experiência incrível. Mesmo com as dificuldades, consegui concluir a prova entre os 40 melhores. Foi um sonho realizado”.**

Mais um sonho na história de quem já coleciona bons resultados no esporte nacionalmente. **“Minha primeira competição fora de Varginha foi em Poços de Caldas, onde competi com atletas de alto nível. Ganhei meu primeiro campeonato mineiro e depois**

fui vice-campeão brasileiro. Continuei competindo em várias categorias, ganhando títulos estaduais e regionais. Em 2021, fui campeão mineiro no downhill e no BMX”.

Fazer parte das disputas em alto nível do esporte, já é uma grande conquista, assim como representar Varginha, pelo país. **“Um dos maiores feitos foi no ano passado, quando percebi que passei por três categorias de esporte e cheguei aos 30 anos disputando entre os melhores no Campeonato Brasileiro em 2023. Mesmo com dificuldades de treino, consegui competir em alto nível. Foi uma realização pessoal enorme. Só quem viveu algumas dores na vida sabe o quanto é gratificante continuar fazendo o que ama. Me sinto realizado e feliz por representar minha cidade e influenciar positivamente o esporte”.**



O potencial de impactar histórias é, sem dúvidas, o maior benefício que a prática de qualquer modalidade esportiva traz. **“O esporte transforma a moral, a saúde mental e a saúde física das pessoas. Na prática esportiva, todos estão no mesmo barco, independentemente de suas origens. Além disso, o esporte oferece uma estrutura e uma disciplina que muitas vezes faltam na vida das crianças. Pessoalmente, aprendi a lidar com a adrenalina ao longo do tempo, o que me ajudou muito na gestão emocional em outras áreas da vida. Isso me trouxe muita calma e racionalidade em momentos cruciais”.** Nas curvas radicais e nos altos e baixos de uma pista de competição entram em jogo habilidades importantes para se viver melhor. E isso vale ouro suficiente para impressionar qualquer realeza.

FLÁVIO PAPALI FILHO

Ciclismo de estrada
Nascimento: 18/4/1998

Na trajetória profissional do Flávio Papali Filho os números são hiperlativos: são 300 medalhas conquistadas em cerca de sete anos como ciclista, e até 200 km de pedalada em único dia de treino. Também entram na conta as incontáveis horas de ônibus para visitar a família em Varginha, já que, dos 13 aos 17 anos, o atleta morou no interior de São Paulo, em Iracemápolis. A cidade tem um centro de treinos para a categoria de base que é referência no país, além da equipe ser patrocinada pelo governo paulista.

“Conseguir essa oportunidade de entrar na melhor equipe do Brasil, foi incrível, um sonho realizado. Só por estar junto com os melhores, automaticamente me desenvolvi muito. Aprendi muito sobre estratégias no ciclismo, que é um esporte



coletivo, em que a inteligência e a sorte são fundamentais. No começo, foi difícil, mas o meu corpo se adaptou ao calor e comecei a melhorar. Sabia que estava no lugar certo e que daria certo. Vivíamos para a bike, tudo era bike”.

Em uma rotina de competições semanais, algum título marcou o atleta especialmente? Ter sido campeão e terceiro lugar na Copa América em Interlagos foram resultados primordiais. Mas, a maior conquista foi ser campeão brasileiro de ciclismo de pista, na modalidade perseguição por equipes, em Maringá, no Paraná. Nessa prova, quatro atletas de uma equipe largam de um lado do velódromo e quatro partem de outro, perseguindo-se até uma equipe alcançar a outra.

Os sentimentos que experimentou naquele dia continuam vívidos **“Quando saiu o resultado, a**



alegria foi imensa. Foi uma recompensa pelo esforço de ficar longe de casa, sem a família, os amigos de escola ou relacionamentos. Naquele momento, tudo valeu a pena. Também precisava daquele pódio para ganhar a bolsa atleta. Sem ela, talvez eu tivesse desistido antes”.

Quando o assunto é persistência, aliás, o esporte é um mestre de primeira, sendo que os benefícios vão muito além dos resultados. **“O esporte prepara emocionalmente e fisicamente para todas as adversidades. Mesmo para quem não é profissional, a bagagem que ele dá é fundamental para a vida. Você aprende a lidar com pressão, a ganhar, a perder, a focar, a saber onde melhorar”.** Sem dúvida, a trajetória do Flávio pedalando vale ouro, mas, com esse histórico, ele será vitorioso em qualquer estrada que escolher trilhar.



LÉO TEIXEIRA

Mountain Bike

Nascimento: 9/11/2010

Para quem compete na modalidade Mountain Bike, algumas coisas não mudam: o vento batendo no rosto, o som do pedal girando as rodas da bicicleta, a contração dos músculos em sintonia com o relevo do caminho. Mas, o que muda? Muda o cenário, já que as competições podem acontecer em trilhas, estradas de terra ou parques: o que realmente importa é praticar em um terreno irregular.

Foi justamente num parque com muito verde que o ciclista Léo de Souza Teixeira conquistou o primeiro lugar no Campeonato Mineiro de Mountain Bike e quarto lugar no Campeonato Brasileiro, em 2024, em Congonhas (MG). **“Essa competição é o topo do ciclismo nacional e pessoas de todo o Brasil treinam bastante para participar. Cada atleta compete em sua categoria e quem vence é considerado o melhor do Brasil, competindo**

com a bandeira do país nas provas internacionais”. A lista de ótimos resultados deste ano ainda inclui o vice-campeonato na modalidade Speed, no JEB's - Jogos Escolares Brasileiros, em Recife.

O atleta começou a pedalar aos três anos por influência do pai. Atualmente, segue uma rotina intensa de treinos como profissional. **“Desde que nasci, meu pai já andava de bicicleta, e acabei tomando gosto pelo esporte. Este ano comecei a me dedicar muito nos treinos, consegui bons resultados e isso me fez perceber que é isso que eu quero para minha vida”**.

Para otimizar os treinos, o Léo é acompanhado por duas profissionais experientes: Roberta Stopa e Raiza Goulão. Fazer parte de uma equipe de elite, aliás, é a maior conquista da sua trajetória. **“Um momento muito**

importante foi entrar no time da Raiza Goulão, que é uma atleta olímpica. Ela é uma grande inspiração. Costumo treinar em trilhas e áreas adequadas para Mountain Bike aqui em Varginha. Os treinos variam bastante, mas sempre acontecem em locais que simulam as condições das competições”.

Mesmo sendo novo, o Léo já reconhece a importância da Mountain Bike na formação pessoal dele. **“O esporte ocupa um espaço enorme na minha vida, trazendo muita disciplina e foco. Eu escolhi me dedicar ao ciclismo, e isso me ensina muito todos os dias”**. Enquanto treina, o atleta olha adiante e enxerga bem mais do que a paisagem de Varginha. **“Quero representar o Brasil nas Olimpíadas. Se eu continuar batalhando, acredito que possa realizar esse sonho”**. Vai em frente, Léo!



LUIZ FERNANDO MENEGUCI

Downhill - Descida de montanha
Nascimento: 26/10/1968

A rotação ligeira da roda da bicicleta tinha um efeito hipnótico sobre o menino Luiz Fernando Meneguci, mais conhecido como Bigorna da Bike, então com 10 anos. Sempre que podia, ele fugia do comércio do pai para visitar a bicicletaria, que ficava logo ao lado. Ainda criança, ele soube que uniria a paixão e o ganha-pão em um único endereço. **“Um dia eu vou ter minha própria loja de bicicletas”.**

De fato, esse dia chegou, mas antes de concretizar esse sonho, o Luiz apostou numa outra modalidade: a canoagem, uma empreitada que quase o levou para as Olimpíadas de Barcelona, em 1992. **“Ganhei tudo no Brasil, era o número 1 na canoagem. Estava indo bem, mas faltou apoio, e, quando vi que não teria retorno, decidi abandonar a seleção e voltei para**

Varginha para abrir minha loja de bicicletas”.

Se a força dos braços não levou o atleta para a Espanha, ele chegou longe pedalando, **“O ciclismo me proporcionou muito mais do que eu poderia imaginar. A partir do momento que comecei a ganhar dinheiro com a loja e a competir, percebi que era o melhor caminho para mim”.**

Nessa jornada, duas experiências internacionais o marcaram. A primeira delas foi participar de um campeonato mundial, que aconteceu na Suíça, em 1997. **“Tudo era novidade. A neve, o país, a competição. Competi na categoria elite, tinham 112 competidores e eu terminei em 56°. Não foi fácil, principalmente pela diferença entre os equipamentos, sabe? Ainda assim, foi incrível. Estar**



no mesmo meio que os melhores nomes do esporte foi uma experiência surreal”.

A segunda competição que ficou registrada na memória aconteceu na Argentina, em 2022. **“No downhill, consegui a 5ª colocação entre 28 competidores. Foi uma prova difícil, mas fiquei muito satisfeito com o resultado. Esse foi um dos momentos que mais marcou minha trajetória”.**

Sem dúvidas, o menino Luiz ficaria satisfeito com a jornada vivida, e aproveita para aconselhar meninos e meninas a encontrarem um esporte que os façam sorrir. **“Toda criança deveria praticar algum esporte. Não importa qual, o importante é se mexer, manter o corpo ativo. O esporte te dá saúde e disciplina. Quem pratica esporte, vive mais feliz”.** Felicidade para o Luiz já crescido é subir na bike e encantar um outro sentido: a audição. Sabe a rotação ligeira da roda da bicicleta, que cria um leve zunido? Para o Luiz, é música para os ouvidos.

MATHEUS ASSUNÇÃO

Downhill - Descida de montanha
Nascimento: 14/6/1988



A palavra em inglês “downhill” significa descida. Ela também dá nome à modalidade no ciclismo em que os pilotos enfrentam obstáculos radicais num trajeto que vai, literalmente e no melhor sentido, ladeira abaixo. Para o atleta Matheus Levi Assunção, a sensação de pilotar uma bike beira o indescritível tanto que não seria exagero dizer que, pedalando, ele percorre, mentalmente, o caminho oposto: encontra um paraíso particular.

“A concentração é tão intensa que perdemos outros sentidos, além da visão. Quando estamos totalmente conectados com a bicicleta, ela se torna uma extensão do nosso corpo. Sabemos exatamente onde cada parte da bike está tocando o solo ou o ar. Chegamos a um estado de paz, apesar da

adrenalina. Essa sensação de liberdade é algo que eu levo comigo sempre que estou pedalando. Sou muito grato”.

Já são anos de prática, mas o Matheus ainda lembra dos primeiros encontros com a bicicleta, que o levariam, mais tarde, a apostar na modalidade BMX. **“Foi na rua que tudo começou. Quando vi a bike pela primeira vez, pensei: ‘É isso que eu quero’. Tenho memórias da infância, como descer uma ladeira com o nariz congelando de frio. Acho que foi no dia a dia que me tornei piloto”.**

De acordo com o atleta, até hoje ele usa bicicleta quase todos os dias. **“Evito usar carro ou moto, prefiro sempre a bike e, sempre que volto para casa, me sinto mais leve. O esporte também trouxe responsabilidade. No**

BMX, se você comete um erro, pode ficar gravemente ferido. Para mim, isso se traduziu como aprendizado para a vida pessoal também”.

Além de expandir as fronteiras pessoais do Matheus, a bike ampliou os limites de mundo, com a experiência de morar nos Estados Unidos, onde subiu no pódio no campeonato Winter Park. **“Andei nas melhores pistas na Califórnia, Colorado e Utah. Foi uma experiência única. O país é o berço do esporte, viver lá é uma realização. Competir é ótimo, mas beber da essência do esporte é ainda melhor. Foi como se qualquer apaixonado por futebol pudesse vir ao Brasil e aprender com o Pelé”.** Sem dúvidas, o encontro com o ciclismo é um gol de letra que, felizmente, o atleta marca todos os dias.



FISICULTURISMO

O fisiculturismo tem raízes antigas, com registros de exibições de força e beleza física na Grécia Antiga.

No entanto, o fisiculturismo moderno surgiu no século XIX, com o objetivo de desenvolver e exibir a musculatura.

O esporte ganhou destaque com competições como o Mr. Olympia, popularizado por figuras como Arnold Schwarzenegger, e se tornou uma prática global com diversas categorias e federações.

ADÍLIO VELOSO

Fisiculturismo

Nascimento: 18/2/1988

Os juízes só têm olhos para o centro do palco. Nele, um fisiculturista executa um movimento conhecido como “pose do Arnold”, que combina o duplo bíceps – contração dos músculos dos braços e das costas – com uma rotação do corpo, mostrando a amplitude de movimento e a flexibilidade do atleta. Nesse momento da competição, são avaliados o volume, a simetria e a definição dos músculos.

Embora o aspecto físico seja o que salta aos olhos, para o Adílio Veloso de Lima, o fisiculturismo é, antes de tudo, uma batalha subjetiva. **“O mental de um fisiculturista precisa ser ainda mais forte do que o físico. Estamos sempre lidando com dor e fome. Eu treino os meus atletas para entenderem que a vida deles será diferente da maioria. Eles**

têm que comer, treinar e dormir em horários específicos, e isso exige uma mentalidade muito forte. Muitos desistem por não suportarem essa rotina”.

A palavra-chave para bons resultados é a disciplina, embora a genética também desempenhe um papel importante. No caso do Adílio, essa dupla trabalha de forma sincronizada para garantir bons resultados. **“Em 2015, no meu primeiro Campeonato Mineiro, fui campeão, me classificando para o Campeonato Brasileiro, quando me tornei o melhor atleta do país. Já em 2018, fui campeão Overall, o que me qualificou como atleta profissional. A partir daí, participei de competições internacionais como o Arnold Classic e o Mister Olympia”.**

Além de um lugar no pódio,

existem outras vitórias que enchem o atleta de orgulho como a criação do Varginha Muscle Show, uma competição que dá oportunidade para os atletas da região e que, em 2024, será filiado à Federação Internacional de Fisiculturismo, classificando atletas diretamente para competições internacionais.

Além de inserir atletas locais no cenário internacional, a iniciativa também valoriza Varginha, que acolheu tão bem o atleta. **“Sempre que dou entrevistas, faço questão de exaltar o nome da cidade. Agora, espero que conheçam Varginha como um lugar que revela grandes atletas de fisiculturismo”.** Outra expectativa é que o campeonato aumente a visibilidade do fisiculturismo. No centro do palco do Adílio, o esporte está sob a luz dos holofotes há anos.



LUIZ FELLIPE LOPES

Fisiculturismo

Nascimento: 8/4/1991

Um atleta contorce o tronco, com os músculos contraídos e ossos bem delimitados enquanto se prepara para um movimento decisivo. Não, não estamos descrevendo alguém de carne e osso. Essa é a estátua “O Discóbolo de Miron”, uma obra de arte possivelmente esculpida em 450 a.C, que faz um elogio à perfeição do corpo humano, além de enaltecer o esporte. Assim como a arte grega fez no passado, o fisiculturismo também valoriza a beleza da anatomia, uma escolha que o Luiz Fellipe Lopes fez ainda na infância e que direcionou a história dele.

“Sou um bodybuilder, o que significa construir o físico. O fisiculturismo é a base da minha organização como ser humano. Comecei a me construir, com horários rígidos para dormir e treinar. Tudo isso impactou

em quem sou. Atualmente, sou professor de educação física, graduando de nutrição, faço quatro pós-graduações, sou empresário e treino quarenta alunos/atletas de alto rendimento. Hoje, consigo organizar isso de forma leve, um legado do esporte que transferei para outras esferas da vida”.

O atleta ingressou no universo das competições em 2009, aos 17 anos. “Fiquei em terceiro lugar no campeonato mineiro, na categoria Júnior. Conseguir essa colocação já foi uma conquista enorme, o início de todo o processo. A competição foi num teatro lá em Belo Horizonte, plateia lotada e, na ocasião, o que me chamou a atenção foi o nível dos atletas. Percebi que precisaria ser paciente para ser o melhor”.

Depois de dois anos de treinos intensos, voltou a subir num palco. “Retornei para as competições em 2011. Fui campeão mineiro na categoria Júnior e fiquei em terceiro na categoria Sênior. No mesmo ano disputei o campeonato brasileiro, em Curitiba, conquistando a terceira colocação, ganhando



vaga para o Campeonato Mundial, no qual fiquei no TOP-6. Após os campeonatos entrei em período OFF SEASON (fase de construção) por mais 2 anos e retomei aos palcos, conquistando novamente o campeonato mineiro, porém desta vez na categoria Sênior. Mais 2 anos de preparação e retornei às competições em 2016, sendo tricampeão mineiro. Isso foi extremamente gratificante, poucos teriam suportado uma preparação tão árdua com diversos imprevistos, como lesões, carga horária de trabalho de 12h por dia, além de dar atenção à família”.

Sem dúvidas. Persistência e paciência são atributos essenciais tanto no esporte como na arte. Um legado que recebemos como herança e que o Luiz passa adiante com a maestria de um escultor.

FUTEBOL

O futebol, o esporte mais popular do mundo, tem raízes antigas em diversas culturas, com jogos que envolviam chutar e controlar uma bola. No entanto, o futebol moderno, com regras padronizadas, surgiu na Inglaterra no século XIX.

A fundação da Football Association em 1863 é considerada o marco inicial do esporte como o conhecemos hoje, com a criação de um conjunto de regras que unificou diferentes variações do jogo praticado na época.

CLODOALDO CÂNDIDO (DODÔ)

Futebol

Nascimento: 21/10/1970

Não é exagero dizer que o destino do Clodoaldo Cândido de Araújo foi traçado na maternidade. O jogador de futebol nasceu no ano em que o Brasil foi tricampeão mundial no México, tendo sido batizado em homenagem ao volante da seleção que conquistou o título sob a batuta de Zagallo. Mal deu os primeiros passos, o Clodoaldo já estava com a bola nos pés. **“Na década de 70 e 80, a gente jogava bola o tempo todo. Era no campinho, rua, escola, sempre bola. Eu morava perto do campo do Flamengo, de Varginha, e acompanhava os treinos com o meu pai. Como todo garoto, eu sonhava em ser jogador profissional”.**

Já adolescente, foi chamado para cobrir um jogador do Flamengo, que faltou no treino, e agarrou a oportunidade de treinar com o time profissional. Ao longo da carreira

vestiu a camisa do Palmeiras, de São João da Boa Vista, e do Flamengo, de Varginha. Também defendeu o Atlético Clube Três Corações, Pouso Alegre Futebol Clube, o Fabril Esporte Clube e o Varginha Esporte Clube. **“Em 92, fomos campeões do interior de Minas, pelo Flamengo. Em 93, subi com o Atlético Clube Três Corações para a primeira divisão. Fiz também um excelente campeonato pelo Pouso Alegre, em 94. Ainda neste ano, jogamos um amistoso contra o Botafogo carioca, meu time do coração, foi uma memória inesquecível”.**

Além das conquistas computadas pelo placar, existem muitas outras que acontecem fora do campo. **“Disputar campeonatos em Varginha e ter feito amizades que duram até hoje são coisas que dão muito orgulho. Recentemente, um torcedor me reconheceu em uma viagem e espalhou para todo mundo. É gratificante ver que as pessoas lembram da gente”.**



Mesmo depois de encerrar a carreira nos campos, o atleta não pendurou as chuteiras. **“O esporte me deu muitas oportunidades. Depois que parei de jogar profissionalmente, joguei campeonatos amadores da cidade e trabalho, há mais de 15 anos, numa escolinha de futebol para incentivar a criançada na prática esportiva. O esporte é fundamental para o desenvolvimento físico e social das crianças. Ensina disciplina e pode abrir portas no futuro. É importante que tenham perseverança e sejam bem-direcionadas nos treinos”.**

Ser um exemplo positivo para as gerações futuras é um gol de letra que o Clodoaldo marca diariamente. Uma “jogada de mestre” que aprendeu com o pai, torcedor número um do filho, muito antes do jogador levantar o primeiro troféu em campo.

EDSON LORENÇONI (MELETE)

Futebol

Nascimento: 18/4/1965

No futebol, nem sempre o adversário a ser batido é o time adversário. Pelo contrário, os noventa minutos em campo podem ser a recompensa de uma rotina marcada pela superação. Pelo menos, foi assim para o Edson Lorençoni, mais conhecido como Melete. Ainda menino, o atleta começou a brincar com a bola. Depois, aquela dança orquestrada ganhou agilidade e virou profissão, com a contratação do jogador pelo Flamengo, de Varginha.

“Eu venho de uma família com 10 irmãos e só meu pai trabalhava. Então, não tínhamos muitos recursos. Eu treinava e voltava para casa a pé, sendo que nunca tinha feito treino físico na vida. Era muito sacrifício, tanto que cheguei a pensar em desistir”.



Do começo da vida profissional veio também um aprendizado que mostrou a importância do trabalho em equipe longe do gramado. “Trabalhava em um supermercado como repositor, e, no dia de um jogo marcado para às 15h30, um caminhão de mercadoria chegou às 14h. Pensei que não conseguiria jogar, mas juntaram umas dez pessoas para me ajudar a descarregar. Consegui chegar no jogo e fui muito feliz, fiz dois gols na partida e terminei aquele campeonato como artilheiro com 22 gols”.

Um dos gols mais memoráveis, aliás, segue vívido na memória do atleta. O lance aconteceu numa partida entre o Flamengo, de Varginha, e o Fabril, de Lavras. “O jogo estava 0 a 0, já no segundo tempo, entrei em campo e, apenas 30 segundos

depois, houve uma cobrança de falta. A bola veio para mim na segunda trave, eu dominei no peito e fiz o gol. Terminamos o jogo vencendo por 1 a 0. Esse gol foi um dos momentos mais marcantes da minha carreira. É uma sensação que só quem vive o futebol entende. O futebol é mágico”.

Além de momentos mágicos, o esporte também trouxe sabedoria. “Cada desafio que enfrentei me tornou mais forte e determinado. O esporte dá disciplina, ensina respeito e oferece um caminho. O esporte, especialmente o futebol, é uma excelente maneira de ensinar valores e tirar os jovens de situações de risco”. De balançar a rede, o Edson entende e muito. Já sobre o poder transformador do futebol fora das quatro linhas do campo, nisso ele é artilheiro.

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

FUTSAL

O futsal, também conhecido como futebol de salão, surgiu na década de 1930, com duas versões sobre sua origem: uma atribui sua criação ao Uruguai, na Associação Cristã de Moços de Montevideu, enquanto outra indica o Brasil, em atividades da Associação Cristã de Moços em São Paulo.



Apesar da divergência, o futsal se popularizou rapidamente, adaptando regras do futebol para ser praticado em espaços menores, e hoje é um dos esportes mais populares do mundo, especialmente na América Latina.

GIOVANNA KARINE

Futsal

Nascimento: 3/2/2004

Ainda criança, a Giovanna Karine Silva vestiu a camisa do futsal para nunca mais tirar. Em 2024, a jogadora entrou em quadra usando o uniforme verde e amarelo da seleção brasileira sub-20 para representar o país no Campeonato Sul-Americano, no Paraguai, conquistando a prata. **“Ser convocada foi uma emoção enorme! Meu maior objetivo sempre foi me tornar jogadora profissional e ser reconhecida. Posso dizer que o esporte me permitiu fazer o que eu amo todos os dias. Me trouxe oportunidades, não só de jogar, mas também de estudar. O esporte me ajudou a crescer como pessoa e me deu propósito. Prefiro fazer o que eu amo do que estar em qualquer outro lugar”.**

A atleta já jogou em duas cidades em São Paulo e no Paraná, mas

o pontapé inicial dessa história aconteceu em Varginha. **“Aos nove anos, comecei a jogar futsal, em um projeto da SEMEL - Secretaria Municipal de Esporte e Lazer. Sempre gostei muito de futebol, de assistir e de jogar. Na escola, no bairro, onde tivesse uma bola, eu estava jogando. Então, a decisão de seguir no futsal veio naturalmente, porque sempre fui apaixonada pelo esporte”.**

Ao defender um time de Varginha, a Giovanna fez o gol mais rápido de uma partida que participou: ela balançou a rede adversária vinte segundos depois do apito inicial do juiz. Na época, tinha 12 anos. **“Abrimos o placar com esse gol e acabamos vencendo por 4 a 3. Eu era muito nova, mas me lembro desse jogo como se fosse ontem. Foi uma partida que ficará para sempre**



na minha memória”. O carinho pela cidade não diminuiu ao longo dos anos. **“Representar Varginha me enche de orgulho, especialmente agora que tenho mais visibilidade”.**

Se o passado segue vívido, o futuro que traçou também está na ponta da língua da Giovanna. **“Meu plano é me formar em fisioterapia nos próximos dois anos, graças à bolsa que o futsal me proporcionou. No momento, meu foco é continuar a minha carreira no Brasil. Jogar na Europa é um sonho, mesmo que ainda distante. Gostaria de jogar na Itália, Espanha ou Portugal. Esses lugares têm grandes campeonatos de futsal feminino”.** Para atravessar o oceano, a jogadora se movimenta pela quadra sabendo que cada resultado positivo vale um carimbo no passaporte para a vida que sonhou.

THIAGO JERÔNIMO (THIAGUINHO)

Futsal

Nascimento: 6/4/1986

Яскравий (fala-se yaskravyy). Essa palavra quase impronunciável, que reúne um acento desconhecido, letras espelhadas e muitas consoantes, significa “brilhante” em ucraniano. Um bom adjetivo para descrever a trajetória do jogador de futsal Thiago Jerônimo de Oliveira, que, num chute certeiro, saiu de Varginha para jogar na Europa, aos 22 anos. Primeiro, o atleta passou pela Geórgia. Depois, jogou na Ucrânia, no Azerbaijão e no Kuwait.

“Agradeço a Deus pelas oportunidades que tive. Aprendi línguas, conheci culturas diferentes e fiz muitos amigos. No começo foi difícil, nunca tinha andado de avião e não sabia falar inglês. Mas fui com coragem e, com o tempo, me adaptei. Fiquei oito anos na Ucrânia, lá a adaptação foi mais

fácil porque tinham muitos brasileiros”.

Porém, o país entrou em guerra com a Rússia, em 2014, o que levou o jogador a viver uma situação dramática. **“Vi tanques e aviões passando, ouvi barulho de bombas e, dois dias antes de voltar para o Brasil, uma bomba explodiu no aeroporto que eu ia pegar o voo”.** A temporada no Azerbaijão também exigiu jogo de cintura do atleta por ser um país muçulmano, extremamente quente, em um cenário que havia pouca interação com a população local. **“De qualquer forma, tudo o que vivi foi muito gratificante. Saí de um bairro pobre e consegui jogar fora do país. Hoje sou conhecido na cidade por isso”.**

Para o jogador, o ponto alto da carreira aconteceu no exterior. **“Ser bicampeão da Ucrânia foi muito marcante. É um campeonato**

muito competitivo, um dos três melhores do mundo. No segundo título, fiz dezesseis gols em quatro jogos na fase final e me destaquei bastante”. Já do tempo que jogou em Varginha, tem uma partida que ficou na memória. **“Teve uma final de campeonato. Nosso goleiro faleceu antes do jogo, mas jogamos por ele e ganhamos. Fiz o gol do título no último segundo de jogo”.**

Mas como essa história com a bola começou? **“Eu jogava na rua e tinha um amigo que estava em uma situação financeira melhor. O pai dele pagou para eu frequentar uma escolinha no Centenário. Tinha 12 anos. Fiz aulas, amizade e, a partir daí, comecei a jogar nas quadras de Varginha”.** Ao conhecer a história do Thiago, é possível dizer que não existe limite geográfico – e nem língua difícil demais – que barre o talento quando ele encontra oportunidades.



HANDEBOL

O handebol, um esporte rápido e dinâmico, tem suas raízes no início do século XX. Criado na Alemanha pelo professor Karl Schelenz em 1919, a partir da adaptação de um jogo para deficientes visuais, o handebol rapidamente se popularizou pela Europa e pelo mundo. Suas regras e modalidades foram sendo aperfeiçoadas ao longo dos anos, e hoje é um dos esportes mais populares e disputados nos Jogos Olímpicos.



ANDREY IAGO

Handebol

Nascimento: 9/1/2009

O handebol é um esporte dinâmico e cheio de nuances táticas. Para balançar a rede do time adversário, os jogadores precisam se movimentar pela quadra, trocar passes e finalizar as jogadas com agilidade e uma precisão cirúrgica. Com jogadas ensaiadas, os atletas passam da defesa ao ataque em questão de segundos, tanto que, em um campeonato mundial, por exemplo, são marcados cerca de sessenta gols em uma única partida.

Se em quadra, a capacidade do jogador antecipar as ações dos adversários é fundamental para um placar positivo, fora dela nem nos melhores sonhos o Andrey Iago Pereira imaginou que vestiria a camiseta verde-e-amarela da seleção brasileira. **“Joguei o Campeonato Brasileiro e fui eleito o melhor lateral direito. Foi então que recebi a oportunidade de representar a seleção**

brasileira em um campeonato na Argentina, em 2023. Essa convocação foi um sonho realizado, chorei muito. Em 2024, fui convocado novamente e ficamos com o vice-campeonato no Sul-Americano. Neste ano vencemos o Campeonato Mineiro Cadete e o Campeonato Brasileiro Cadete, em Recife onde me tornei artilheiro da competição”.

O handebol abriu as fronteiras de diversos países: o Andrey já jogou também na Espanha, Suécia, Alemanha e Paraguai. Uma trajetória que começou em Varginha, quando o atleta tinha apenas sete anos e ainda era apaixonado por futebol. **“Na saída da escola, vi o pessoal jogando e perguntei para um amigo o que era. Ele me explicou e eu fui assistir. No outro dia, me chamaram para treinar e nunca mais parei. Comecei jogando**

campeonatos na cidade e, com o tempo, fui me destacando. Recebi uma proposta do Esporte Clube Pinheiros, em São Paulo, aos 14 anos”.

Quando pensa num momento especial vivido na carreira, o Andrey recorda de uma conquista recente. **“Ganhar o Campeonato Paulista no ano passado foi muito marcante para mim”.** Se o coração do atleta pulsou acelerado para acompanhar o ritmo frenético dos treinos em São Paulo, hoje está de volta na cidade que chama de lar. **“É uma honra representar Varginha. Sempre levo o nome da cidade com orgulho”.** Enquanto avança na carreira, o atleta aprimora sua visão de jogo, marcando gols à longa distância, como lateral: uma posição que exige arremessos em ângulos difíceis, numa combinação de técnica e de força. Dupla importante nas quadras e na vida também.



GABRIEL IZLER

Handebol

Nascimento: 5/7/2002

Vestir a camisa verde e amarela no Campeonato Sul-Americano sub-21 é fantástico. Defender a seleção brasileira em solo argentino e voltar para o país com o ouro no peito depois de derrotar o time da casa é uma sensação imbatível que o Gabriel Resende Alves Izler viveu na primeira convocação dele. **“A gente venceu disputando ponto a ponto. Foi uma loucura, hostilizaram muito o nosso time, mas vencemos. Depois, quando tocou o hino, com o time no topo do pódio, foi surreal. Passa toda a sua história como jogador na cabeça e, quando o hino acaba, você logo pensa ‘eu quero sentir isso de novo’. Então, você volta para casa já pensando nas próximas convocações”.**

A emoção de representar o país, aliás, já começou no momento do convite. **“Quando eu cheguei em Guarulhos em 2022, no final do ano, eu fui convocado.**

Tinha acabado de chegar do Campeonato Brasileiro, passei uma semana treinando. Eu nem imaginava, acordei cedo com uma ligação da minha técnica perguntando se eu tinha passaporte porque eu tinha acabado de ser chamado, corri para conseguir um passaporte. Depois que deu tudo certo, parei e pude sentir como foi gratificante”.

Uma história com o esporte que começou em Varginha e que o atleta espera que termine em solo europeu. **“Quando eu penso em ir embora, o que vem na minha cabeça é a Espanha, que é um país muito legal para a prática do esporte. A Alemanha também tem um dos principais núcleos de handebol do mundo. Seriam esses dois lugares os principais destinos. Quero conhecer outros lugares, outras culturas, poder jogar fora do país, mas não como**

um projeto para a vida inteira”.

Antes de conquistar essa meta, o Gabriel precisa terminar a faculdade de Direito, um curso demandante, que concilia com uma rotina puxada de treinos num dos melhores times de handebol do Brasil. O dia do atleta começa cedinho e tem os três turnos lotados de compromissos, reforçando que o resultado positivo só chega quando acompanhado de sacrifício. **“O esporte é muito bom. Ele ensina disciplina, a lidar com adversidades e a perceber que você precisa abdicar de muitas coisas para atingir suas metas dentro ou fora da quadra. O esporte também abre portas para conhecer pessoas que não cruzariam o seu caminho”.** O caminho do atleta já está traçado, então, Varginha torce para que, depois de Buenos Aires, ele possa treinar o seu espanhol no velho continente. Adelante, Gabriel!



HIPISMO

O hipismo, esporte que une homem e cavalo, tem raízes antigas nas corridas de bigas da Grécia Antiga. No entanto, o hipismo moderno, com suas diversas modalidades, surgiu na Inglaterra com a prática da caça à raposa, onde os cavalos precisavam saltar obstáculos naturais. As primeiras competições oficiais de salto surgiram no século XIX, e o hipismo se tornou esporte olímpico em 1912.



BENTO GUIMARÃES

Hipismo

Nascimento: 15/5/2006

Veneza é um dos destinos mais icônicos da Itália, um arquipélago de 118 pequenas ilhas interligadas por mais de 400 pontes, formando uma rede de canais. Veneza também é o nome da égua que, atualmente, acompanha o cavaleiro Bento Guimarães Campos nas competições de hipismo, numa relação de cumplicidade que é fundamental nessa modalidade. **“É uma relação de irmandade, de igual para igual. O cuidado com o cavalo ou com a égua é a coisa mais importante do esporte. A ligação entre cavaleiro e o animal é decisiva, pois dá confiança e consciência de estratégias durante a competição”.**

Aos quatro anos, o esportista subiu pela primeira vez em um cavalo, e a história dessa aproximação inicial só fortalece a importância que os animais podem ter no desenvolvimento físico e emocional de uma

criança. **“Tenho um irmão mais velho que é autista, e o médico recomendou a equoterapia para melhorar a qualidade de vida dele. Como o acompanhava, acabei me interessando e pedi para meus pais me colocarem também. Desde então, não larguei mais o hipismo”.**

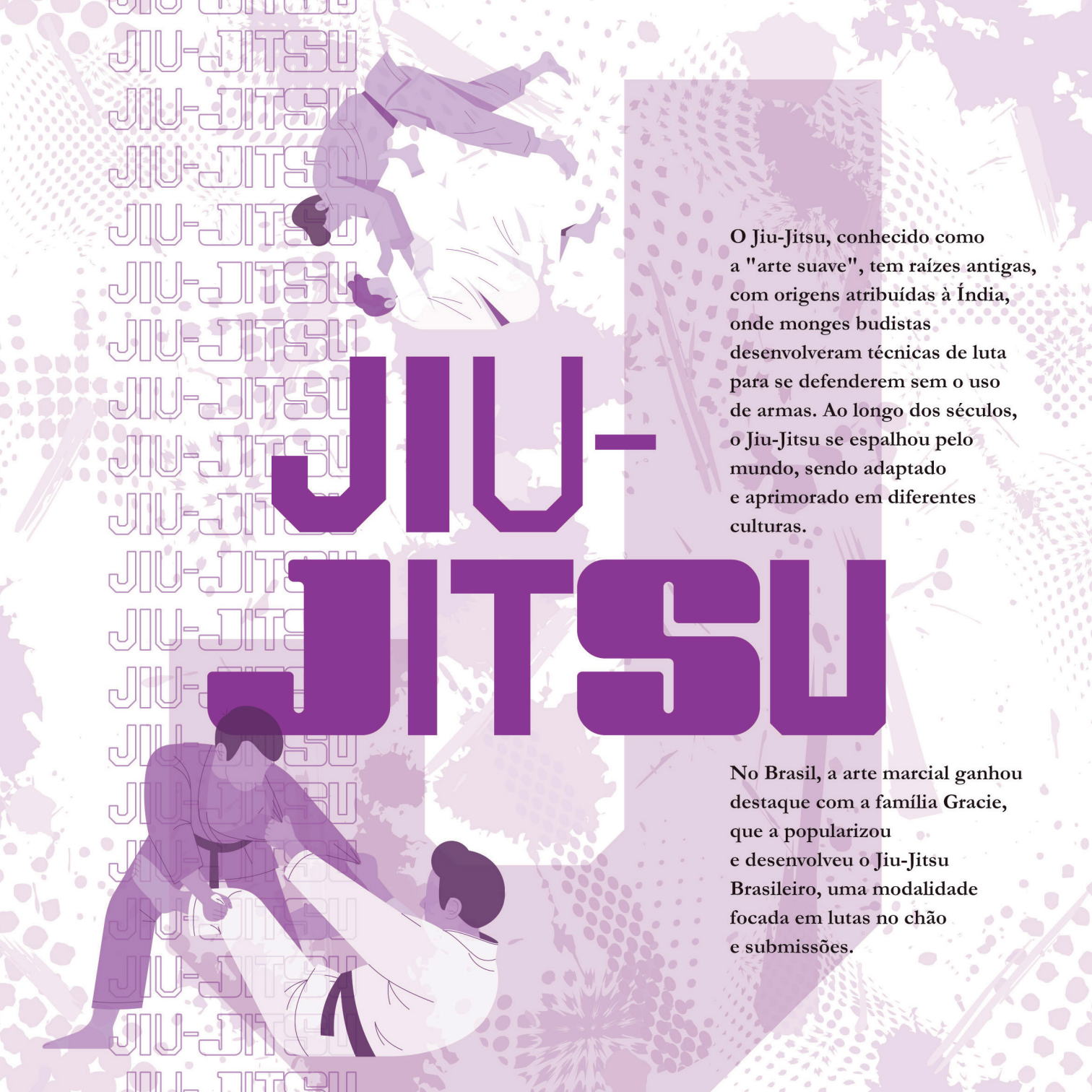
Dos trotes iniciais às competições passaram-se alguns anos. **“A primeira competição marcante foi em Belo Horizonte, em 2018, quando eu tinha 12 anos. Foi a primeira grande competição e meus familiares estavam lá comigo. Conquistei o primeiro lugar nas categorias de 1m e 1,10m”**, numa referência à altura dos obstáculos nas provas de salto, critério que diferencia as categorias no hipismo.

Desde essa estreia, muitas outras competições se seguiram, inclusive com resultados importantes. **“O Campeonato Mineiro e o**

Campeonato Brasileiro de 2022 foram meus maiores feitos. No Brasileiro, conquistei o terceiro lugar por equipes. Foi um campeonato desafiador, pois participei com um cavalo emprestado, e, mesmo assim, conseguimos a conquista”.

Quais sonhos mobilizam o Bento daqui para frente? No hipismo, uma grande realização seria participar do Indoor da Hípica Paulista, na cidade de São Paulo, tendo como inspiração o cavaleiro Lúcio Osório, também de Varginha. Fora das pistas, ele se prepara para prestar medicina. Sem dúvidas, uma meta tão desafiadora quanto subir em um pódio, mas perfeitamente possível para quem já, literalmente, saltou tantos obstáculos como esportista. Varginha torce para que o atleta vista o jaleco com a mesma alegria com que usou o capacete ao longo da vida. Claro, sem esquecer da Veneza.



The background features a repeating pattern of the words "JIU-JITSU" in a light purple, outlined font. Overlaid on this are two stylized illustrations of Jiu-Jitsu practitioners. One illustration at the top shows a person in a purple gi performing a high kick or takedown on a person in a white gi. Another illustration at the bottom left shows a person in a purple gi in a defensive stance against a person in a white gi. The overall color palette is purple and white.

JIU- JITSU

O Jiu-Jitsu, conhecido como a "arte suave", tem raízes antigas, com origens atribuídas à Índia, onde monges budistas desenvolveram técnicas de luta para se defenderem sem o uso de armas. Ao longo dos séculos, o Jiu-Jitsu se espalhou pelo mundo, sendo adaptado e aprimorado em diferentes culturas.

No Brasil, a arte marcial ganhou destaque com a família Gracie, que a popularizou e desenvolveu o Jiu-Jitsu Brasileiro, uma modalidade focada em lutas no chão e submissões.

JEAN HENRIQUE CAZELATO

Jiu-jitsu

Nascimento: 17/5/1999

A Califórnia vai abrir os braços para receber as próximas Olimpíadas, em 2028, tornando-se, automaticamente, o destino mais desejado pelos esportistas. Enquanto os atletas treinam, o varginhense Jean Henrique Cazelato Pereira já subiu duas vezes no pódio em campeonatos mundiais que aconteceram no estado norte-americano, em 2016: ele foi ouro numa competição promovida pela International Brazilian Jiu-Jitsu Federation, em São Francisco, e alcançou o segundo lugar, em Long Beach.

“Durante a minha trajetória como atleta tive inúmeros momentos marcantes, mas um que me marcou muito foi meu primeiro mundial nos EUA, uma sensação de realização



imensa por conseguir estar ali. Foi um momento de muita alegria por conhecer um país e uma cultura diferentes, além de poder competir com uma estrutura surreal. Lógico que sair dos campeonatos com duas medalhas também foi bom demais”.

Essa jornada começou em 2011, quando, ainda criança, participou de um projeto social em Varginha. **“Aos 12 anos, comecei a competir em campeonatos regionais, e, a partir de 2016, à medida que fui me envolvendo com o esporte, passei a participar de competições ligadas à Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu”.**

A primeira delas aconteceu em solo carioca e serviu de ponto de partida para diversas conquistas

como os campeonatos brasileiro e Sul-Americano, além de títulos como o São Paulo Open, o Rio de Janeiro Open, o Curitiba Open, o BH Open... ou seja, na prática, o Jean celebrou vitórias em várias capitais, completando um tour dourado pelo país.

Chegar tão longe não foi golpe de sorte (com o perdão de trocadilho), foi o resultado de muita dedicação. **“A minha preparação para as competições incluía dois treinos de jiu-jitsu por dia, três dias de academia, dois dias de cárdio, além de dieta focada no meu objetivo”.** O fator afetivo também foi decisivo para os resultados, pois, desde o início, a família apoiou o atleta. Receber o apoio de pessoas especiais vale mesmo ouro, não é? De conquistas no tatame e na vida, o Jean entende.

JÚLIO SOUZA ARANTES

Jiu-jitsu

Nascimento: 8/2/2000

No jiu-jitsu, o mata-leão é um dos golpes aplicados com o objetivo de fazer o oponente desistir da luta: um estrangulamento em que um dos atletas passa um braço em volta do pescoço do adversário para imobilizá-lo. Se durante o embate o pescoço vira alvo dos lutadores, na premiação é essa parte do corpo que se curva para receber a medalha. Um movimento que o Júlio Souza Arantes já repetiu inúmeras vezes: ele foi campeão mundial nas modalidades sem kimono e de kimono, tricampeão europeu e ganhou várias competições importantes no Brasil.

“Um dos momentos especiais que vivi foi quando ganhei meu primeiro título mundial. Eu me dediquei muito para alcançar isso, e sabia que uma hora iria acontecer. Outro momento importante foi quando voltei



a competir após uma pausa e muitas dúvidas. Fui convidado para participar de um evento grande que eu assistia desde pequeno. Estava voltando de uma fase difícil, mas consegui me destacar e ficar em terceiro lugar. Mesmo machucado, lutei até o fim”.

Embora já tenha lutado no exterior em muitas ocasiões, tem uma luta que o marcou em Varginha. O motivo? A torcida que vibrou junto com ele. “Recentemente, participei de uma competição aqui em Varginha, com meus alunos assistindo. Foi muito especial, porque por mais que eu participe de competições maiores, ver meus alunos ali torcendo por mim foi incrível. Tenho um grupo forte de crianças que estão sendo formadas para competir. Além disso, o trabalho nos projetos sociais também me marca

muito. O esporte tem o poder de mudar vidas, e é isso que me motiva todos os dias”.

Foi justamente em um projeto social que a paixão pelo esporte amadureceu. “Já treinava antes, mas lá comecei a gostar mais do esporte, pois era perto de casa, tinha um grupo legal e um professor incrível que se tornou quase um pai para mim. Isso fez toda a diferença. Quando ganhei minha primeira medalha de ouro, aquilo me deu mais ânimo. Além disso, comecei a ajudar nas aulas, mesmo sendo novo. Isso me fez sentir parte de algo maior, e hoje, como professor, eu valorizo muito essa experiência”. O jiu-jitsu serviu como um passaporte para o Júlio conhecer novos lugares e viver experiências inéditas também. Em agradecimento, o atleta se curva: agora, para reverenciar o esporte que lhe abriu as portas do mundo.

O judô, uma arte marcial japonesa, foi criado por Jigoro Kano em 1882. Fundamentado em técnicas do jiu-jitsu, o judô busca desenvolver não apenas o corpo, mas também a mente e o espírito.

JUDÔ



Kano adaptou e sistematizou as técnicas, enfatizando a importância da harmonia e da eficiência, criando um sistema que rapidamente se espalhou pelo mundo e se tornou um esporte olímpico.



FERNANDO MARTINS RAMOS

Judô

Nascimento: 26/2/1996

“O judô é muito mais do que uma luta, é uma filosofia de vida. O esporte ensina disciplina, respeito, superação e trabalho em equipe. Além das técnicas, essas lições são fundamentais para a formação do caráter. Independentemente das vitórias ou derrotas, o mais importante é o crescimento pessoal que o esporte proporciona. O caminho pode ser difícil, mas cada desafio é uma oportunidade de aprendizado”.

É com essa declaração contundente que o judoca Fernando Martins Ramos resume a importância que o esporte teve na vida dele, reforçando o potencial da modalidade para impactar trajetórias. “Para muitos jovens, o judô é uma saída, uma forma de construir um futuro melhor.



O esporte tem um impacto profundo na vida das pessoas, ajudando a moldar quem elas se tornam”.

Se a profissionalização no esporte levou o Fernando para longe, as lembranças dos primeiros anos de treino continuam vivas. “Sinto saudade de Varginha. A estrutura que a cidade me proporcionou foi incrível. Hoje, como técnico de judô, vejo como é difícil oferecer essa mesma estrutura. Eu treinava quatro vezes por dia sem pagar nada, algo que considero excepcional”.

Aos seis anos, o atleta começou a ter aulas na SEMEL. Em pouco tempo, os primeiros golpes abriram caminho para as primeiras vitórias. “A partir dos 10 anos, comecei a me destacar. Um dos momentos mais marcantes foi quando ganhei meu primeiro título importante e desfilei no caminhão dos bombeiros. Eu era uma criança, e, para mim,

aquilo foi mais emocionante do que a própria medalha”.

Atualmente, o Fernando trabalha para difundir o judô. “Desde o início da minha carreira, eu sempre tive o desejo de passar adiante o que aprendi. Para mim, é um sonho continuar no esporte, mas agora sob uma nova perspectiva. O judô não apenas me trouxe conquistas como atleta, mas também me proporcionou experiências que hoje fazem parte da minha profissão”.

Além das vitórias, das viagens e de dois diplomas, será que o Fernando ainda tem algum sonho? Ajudar um aluno a chegar nas Olimpíadas. “Quero que eles tenham a oportunidade de sonhar grande. O judô é uma paixão que moldou minha vida, e quero transmitir essa paixão para a próxima geração.” Sem dúvidas, o atleta tem lugar garantido no pódio do amor pelo judô.

LUAN BELTRÃO FERREIRA

Judô

Nascimento: 9/2/1998

O judoca Luan de Carvalho Domingues coloca um dos pés no quadril do adversário, arremessando o oponente por cima de si para, em seguida, imobilizá-lo, posicionando-o de costas no tatame, num movimento definitivo que demonstra superioridade física e técnica. Por fim, quando o cronômetro ultrapassa os vinte segundos, o esportista ocupa o lugar mais alto do pódio em uma final de campeonato mineiro memorável.

“Estava perdendo a final e, faltando 30 segundos para o fim da luta, eu derrubei o adversário e o imobilizei. Eu lembro que essa vitória me fez perceber que eu realmente tinha potencial para alcançar grandes coisas no esporte. Foi a confirmação de que todo o esforço estava valendo a pena e um ponto de virada para mim, me classifiquei

para o campeonato nacional, o que aumentou a minha vontade de competir”.

Outras vitórias tingem de dourado o currículo do atleta, que foi campeão brasileiro e panamericano, além de ter feito parte da seleção brasileira de base do judô por três anos e de ter sido atleta de alto rendimento em um importante clube de Belo Horizonte por sete anos. Uma jornada que começou nos Jogos Escolares Municipais. **“Era a minha primeira vez competindo. Eu só sabia o básico e, no final, consegui me classificar para a etapa estadual, e aquilo me deu uma enorme confiança. Eu tinha 14 anos. Fui sozinho para a competição, mas meu professor de educação física apareceu por lá e me deu apoio. Voltar para casa com a medalha foi muito especial”.**

Para o atleta, aliás, existe um tipo de vitória que vale tanto quanto uma

medalha. **“Meus pais sempre ficaram muito felizes com as minhas conquistas, mas não eram de expressar em palavras. O que marcou aquele dia foi justamente o olhar deles, que transmitia orgulho e felicidade. Isso foi o suficiente para me motivar a continuar treinando ainda mais forte”.**

Além dos títulos, o esporte transformou a forma do Luan encarar a vida. **“Eu treinava duro, sempre buscando melhorar. O judô se tornou parte da minha vida e cada competição era uma nova oportunidade de evoluir. Acabei disputando em níveis mais altos, e isso me fez crescer muito como atleta e como pessoa”.** Se no tatame a vitória acontece quando um judoca imobiliza o outro, na vida a sensação de liberdade está em fazer muito bem o que se ama. Uma conquista que o Luan leva no currículo para orgulho dele e dos pais.



The background is a vibrant blue and white collage. It features several silhouettes of karate practitioners in various poses: a person bowing at the top left, a person in a low stance at the bottom left, and a person performing a high kick on the right. The word 'KARATÊ' is repeated in a light blue, outlined font in a vertical column on the left side. The main title 'KARATÊ' is centered in large, bold, solid blue letters.

KARATÊ

O karatê, uma das principais artes marciais japonesas, tem suas raízes na ilha de Okinawa, no século XV. Combinando influências chinesas e japonesas, o karatê nasceu como uma forma de autodefesa, utilizando técnicas de socos, chutes e bloqueios.

A partir do século XX, com a disseminação feita por mestres como Gichin Funakoshi, o karatê se tornou mundialmente conhecido, adaptando-se a diferentes estilos e sendo praticado tanto como forma de defesa pessoal quanto como esporte competitivo.

FÁBIO RIBEIRO PRADO

Karatê

Nascimento: 1/6/1980

Quatro dias de campeonato, dois mil lutadores de todo o país e a arquibancada do ginásio do Ibirapuera, em São Paulo, como testemunha de uma competição acirrada, que incluiu o Kata, modalidade de karatê em que não há combate e os atletas são avaliados, principalmente, pela velocidade nos movimentos e do controle dos golpes. No centro dessa história está o Fábio Ribeiro Prado, em uma das experiências mais memoráveis que viveu numa competição.

“Uma das maiores conquistas foi uma classificação no Campeonato Brasileiro. Treinamos muito para esse evento. Não tínhamos descanso, treinávamos todos os dias, inclusive aos fins de semana. Na categoria

individual, eu e um colega ficamos entre os oito melhores do Brasil. Foi muito emocionante, uma sensação incrível”.

Incrível, aliás, é um bom adjetivo para nomear o impacto que essa modalidade de luta tem na vida do Fábio. **“O karatê é tudo na minha vida, um divisor de águas. Os princípios do karatê – como disciplina, respeito e controle do espírito de agressão – são muito importantes. Minha família toda está envolvida no karatê”.**

A paixão que o Fábio sente atravessa gerações e extrapola os limites do tatame. **“Atuei em todas as áreas do karatê, como atleta, árbitro, técnico e dirigente. Foi um caminho longo e de muito trabalho, mas muito gratificante. Eu me considero realizado. Agora,**

meu sonho é ver meus filhos continuando o trabalho que eu e a minha esposa fizemos com tanta dedicação”.

O atleta ressalta, ainda, o impacto que o Karatê tem na formação das crianças. Nesse contexto, o Fábio também reforça a importância de os pais incentivarem a prática de esportes, assim como aconteceu com ele. **“Quando eu tinha 9 anos, meu pai me levou a uma academia em Guaratinguetá, onde morava. Ele foi insistente e, eventualmente, eu peguei gosto pelo esporte. Acredito que sem o incentivo dos pais, principalmente hoje com tanta tecnologia, as crianças optem por outras coisas”.** Na companhia da família, o Fábio veste o kimono diariamente para uma luta valiosa: transformar histórias de vida, preparando karatecas para os golpes no tatame. E, como só o esporte sabe fazer, fora dele também.



RÚG BI

O rúgbi, um esporte de contato físico intenso, tem suas raízes na Inglaterra do século XIX. A lenda mais conhecida conta que William Webb Ellis, em 1823, durante uma partida de futebol, teria pegado a bola com as mãos e corrido com ela, dando origem a um novo esporte. As primeiras regras oficiais do rúgbi foram escritas na década de 1840 na Rugby School, e desde então o esporte se espalhou pelo mundo, com diferentes modalidades e variações nas regras.



CLEITON RODRIGUES

Rúgbi

Nascimento: 1/3/1979

“O rúgbi é minha paixão e o que me move”. É com essa declaração contundente que o Cleiton Luiz Rodrigues resume a importância que essa modalidade esportiva tem na vida dele. **“O rúgbi me formou como homem e me ensinou a respeitar o adversário e o árbitro. O respeito que aprendemos no esporte são únicos e levo isso para minha vida. Também conheci boa parte do Brasil por causa do rúgbi”.**

A primeira vez que o atleta lançou uma bola pelos ares, entretanto, foi num jogo de vôlei. A mudança da quadra para o campo aconteceu pelas mãos de um francês que montou um time na cidade. Mas o que transformou uma brincadeira em um objetivo de vida? **“A virada de chave foi quando a seleção brasileira veio a Varginha e um amigo nosso foi convidado para jogar na Itália. Isso me motivou a tentar também. Éramos um**

grupo de amigos e nossa alegria era nos reunir para praticar esporte. Com o tempo, não nos víamos mais sem jogar rúgbi”.

Dentre os momentos que mais marcaram está um título nacional. **“Uma lembrança especial foi quando ganhamos o primeiro Campeonato Brasileiro da segunda divisão, em Curitiba. Foi incrível. Estávamos em êxtase, comemorando nossa realização. Depois, sentamos na beirada do campo e conversamos sobre como um grupo de meninos de Varginha conseguiu se tornar campeão brasileiro. Esse dia nunca sai da minha memória”.**

Outra conquista do grupo foi a consolidação de Varginha como um polo de talentos. **“Conseguir levar mais de oito atletas para jogar na seleção brasileira, mesmo treinando em condições**

precárias. Isso é um grande orgulho para mim. Me sinto honrado também de ter levado o nome de Varginha para lugares importantes. Infelizmente, a cidade nunca deu muito valor para isso, mas conseguimos alcançar grandes feitos”.

Se o passado tem momentos que valem ouro, uma conquista com o peso de qualquer troféu seria expandir o acesso ao rúgbi. **“Meu sonho é ver 300 crianças treinando em Varginha, mas ainda falta estrutura para isso. O esporte é fundamental nessa etapa da vida, tanto quanto a alimentação. Ele desenvolve reflexos, capacidade de raciocínio e habilidades motoras”.** Ao conhecer a história do Cleiton não é exagero dizer que ele vai mover montanhas para que, assim como ele, outras crianças possam viver essa paixão. Ou paixão, como bem diria o mestre francês.



REINALDO MARQUES

Rúgbi

Nascimento: 24/11/1980

Uma bola cruza o céu de Varginha sob o olhar atento de meninos de 12 anos. Não, a bola não é de futebol e os protagonistas dessa cena não estão em um campo: o jogo de rúgbi acontece num pasto improvisado, sob a orientação de um francês que trouxe a modalidade para a cidade. Poucos anos depois, o Reinaldo Marques acompanharia o arco percorrido por outra bola já vestindo o uniforme da seleção brasileira, na Copa do Mundo no País de Gales, em 1999.

“Éramos 32 seleções. Ficamos em 31º lugar, ainda assim, foi uma emoção enorme cantar o hino nacional. Estar perto de seleções como França, Nova Zelândia e Argentina também foi incrível. Mesmo com apenas 17 anos, eu entendi o esforço necessário para estar numa seleção. Eu não tinha nem

chuteira na época, e o treinador Emmanuel Armagnat me presenteou com um par. Isso foi muito significativo para mim”.

Outra experiência internacional ficou registrada na trajetória do Reinado, uma delas foi enfrentar o melhor jogador do mundo na Argentina. **“Entrar em campo contra o Waisale Serevi de Fiji, foi inesquecível. Dividir o campo com o maior da história foi como jogar com Cristiano Ronaldo no futebol. Foi muito gratificante”.** O atleta ainda agarrou uma outra oportunidade sem titubear: escolheu estudar por cerca de um ano e meio na Nova Zelândia e aproveitou para treinar por lá também, já que o rúgbi é uma unanimidade no país.

Diante de tantas vivências o que o Reinado aprendeu como esportista? **“Sou apaixonado por esse**

esporte que me formou como homem. O rúgbi forma muito o caráter. Sou o que sou hoje pelo que aprendi nesse esporte. Aprendi a respeitar o adversário, o atleta, e que, sem árbitros, não há jogo. Esses valores eu levo para a vida”.

Ainda que tenha ganhado o mundo e hoje viva fora de Varginha, Reinaldo lembra com carinho do “terceiro tempo” de jogo quando, ainda menino, sentava-se na Pracinha do Centenário, com os pés descalços, para tomar refrigerante e conversar sobre o treino. **“Amo Varginha e levo o nome da cidade com orgulho, seja na Nova Zelândia, África do Sul ou em Campinas. Varginha sempre foi um celeiro de bons jogadores. Tenho muito orgulho de representar a cidade”.** Pode ter a certeza de que a cidade retribui o carinho, Reinaldo.



SKATE

O skate, um esporte radical que desafia a gravidade, surgiu nos Estados Unidos na década de 1950. Inspirados pelo surfe, jovens californianos adaptaram pranchas de madeira com rodinhas de patins, criando um novo modo de se locomover e expressar a cultura juvenil. A partir daí, o skate evoluiu rapidamente, com a criação de pistas e a profissionalização de seus praticantes, tornando-se um fenômeno global e símbolo de liberdade e criatividade.



SKATE

O skate, um esporte radical que desafia a gravidade, surgiu nos Estados Unidos na década de 1950. Inspirados pelo surfe, jovens californianos adaptaram pranchas de madeira com rodinhas de patins, criando um novo modo de se locomover e expressar a cultura juvenil. A partir daí, o skate evoluiu rapidamente, com a criação de pistas e a profissionalização de seus praticantes, tornando-se um fenômeno global e símbolo de liberdade e criatividade.

HIGOR ZANATELI

Skate

Nascimento: 7/1/1995

Da porta para dentro, o prédio envidraçado do Museu de Arte Contemporânea de Barcelona (MACBA) abriga obras de artistas renomados como Paul Klee, Richard Serra e Louise Bourgeois. Da porta para fora, os holofotes estão voltados para os skatistas prontos para voar sobre os degraus que circundam esse importante ponto turístico da cidade catalã, localizada na extremidade leste da Península Ibérica. É ali que o atleta Higor Zanateli sonha em andar de skate. De preferência na companhia do filho Henzo de sete anos, que já o acompanha na prática do esporte. **“É uma sensação incrível, poder fazer o que eu gosto com a pessoa que mais amo no mundo”.**

Enquanto não cruza o oceano rumo à Espanha, o Higor percorre as ruas de Varginha embalado pela mesma paixão que o acompanha

desde os 17 anos, idade com que começou a andar de skate, depois de deixar o futebol para escanteio. Naquele momento, ele saía da escola e passava a tarde inteira andando numa praça perto de casa, além de assistir a DVDs e, posteriormente, a vídeos online para continuar aprendendo. O comprometimento do skatista deu resultados e, logo, ele começou a competir.

“Participei de muitos campeonatos até ganhar alguns e passar para a categoria amador. Em 2014, fiquei em terceiro lugar em uma etapa do Campeonato Mineiro, em Belo Horizonte. Foi bem importante para mim, várias marcas me notaram. Conquistei, ainda, um campeonato em Bom Despacho (MG) na categoria amador. Foi uma grande conquista para mim”.



Para quem é apaixonado pelo skate, não é preciso pendurar uma medalha no peito para sentir o prazer da vitória. **“O que eu vivo é a sensação de liberdade. Quando estou em cima do skate, esqueço de tudo e só penso em mandar manobras. Além do prazer, o skate também mudou a minha vida. Melhorou minha saúde, me ensinou muito sobre respeito e postura, proporcionando muitas experiências e amizades”.**

Sem dúvidas, o placar do menino que trocou os dribles com a bola de futebol pelas manobras está positivo: hoje, ele desliza as rodinhas do skate sobre o cimento com a mesma habilidade que um artista passeia com o pincel sobre a tela de uma obra de arte.

Após um período de declínio durante a ocupação japonesa, o Taekwondo foi revitalizado no século XX,



J
D

nificando diferentes estilos
 e se tornando um esporte
 olímpico, difundindo-se
 mundialmente e sendo
 reconhecido por suas técnicas
 de chutes e socos poderosos.

RONALDO ADRIANO

Taekwondo

Nascimento: 18/3/1974

O ginásio do Ibirapuera é coberto por uma imensa cúpula de 38 metros de altura, que quebra a paisagem paulistana de concreto com a sua brancura. Ali, desde 1954, esportistas do Brasil e do mundo choram as suas derrotas e vitórias no esporte. Ali, em 2001, o atleta Ronaldo Adriano dos Santos viveu um momento memorável como praticante do taekwondo.

“Participar de um campeonato mundial, mesmo aqui no Brasil, foi um sonho realizado. Foi muito bom competir com atletas de outros países. Isso traz uma experiência incrível, a adrenalina é muito alta. Também foi um desafio enfrentar profissionais que tinham patrocínios fortes e muita estrutura. Mesmo assim, consegui ficar em quarto lugar”.

Para competir, o atleta tinha uma rotina de treinos intensa, já na

década de 90, quando começou. **“Na época, a gente treinava dia e noite. O taekwondo era diferente, não tinha tanto foco em regras esportivas como hoje. A gente treinava duro, e nas competições, era nocaute ou desistência. Tinha, ainda, muito espírito de equipe, competíamos respeitando o lema ‘Um por todos e todos por um’. Especial também era representar Varginha pelo país. Sempre foi um orgulho representar a cidade em competições tão importantes. Varginha é meu lar, meu coração”.**

Os momentos vividos nas competições estão bem guardados na memória. Assim como a alegria que sente, atualmente, ao formar alunos. **“Passar o que eu aprendi para eles é uma das maiores recompensas que o esporte me trouxe. Hoje, dou aulas de defesa**



peçoal Hapkido e taekwondo e sempre ensino disciplina, humildade e perseverança. Isso é o mais importante para mim. Ver esses jovens crescendo no esporte, com educação e respeito, é gratificante”.

Investir na formação das futuras gerações é um trabalho digno de medalha, **“O esporte tira os jovens das ruas, ensina valores importantes como respeito, disciplina e cuidado com a saúde. É essencial, especialmente no mundo de hoje, onde as crianças precisam de orientação”.** Enquanto traça os próximos passos com a firmeza com que derruba um adversário, o atleta agradece o que o esporte trouxe de bom. **“O taekwondo virou parte da minha vida. É uma segunda família”.** Se depender do Adriano, uma família grande o suficiente para lotar a arquibancada de grandes ginásios.

The background is a vibrant collage of green and white. It features silhouettes of two people playing table tennis on a table, a tennis racket, and a tennis ball. The words 'TÊNIS DE MESA' are repeated in a light green, sans-serif font across the left side. The main title 'TÊNIS DE MESA' is prominently displayed in the center in a large, bold, dark green font.

TÊNIS DE MESA

O tênis de mesa, teve suas origens na Inglaterra do século XIX. Inspirado no jogo de tênis, estudantes universitários improvisaram o esporte utilizando livros como rede, rolas de garrafa como bola e caixas de charutos como raquetes. A partir daí, o tênis de mesa evoluiu rapidamente,

com a criação de equipamentos específicos e a organização de competições, tornando-se um esporte popular em todo o mundo.

JOÃO PIMENTA

Tênis de mesa

Nascimento: 3/9/2004

As cinco horas de treinos diários levaram o João Braga Venturato Pimenta longe. Dos jogos estudantis mineiros, o atleta embarcou rumo aos jogos estudantis mundiais, num voo que cruzou o oceano para aterrissar na França. Qual o destino dessa jornada? Deauville, um luxuoso balneário a 200 km da capital francesa, conhecido como a Riviera parisiense. Na cidade onde as corridas de cavalo acontecem com vista para o mar, no Hipódromo La Touques, foi a vez da elite do tênis de mesa juvenil também fazer história.

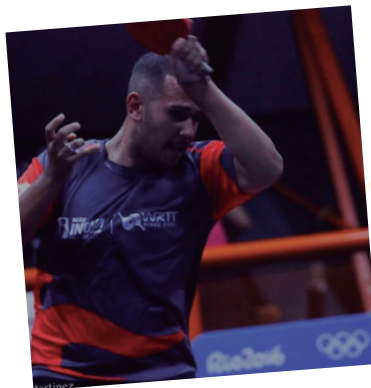
“A cidade é fantástica, sendo que a organização do lugar foi o que mais chamou a atenção. Além disso, a vaga para representar a seleção brasileira escolar na França foi um sonho realizado. Nunca imaginei que chegaria tão longe, e

competir internacionalmente foi incrível. A França foi minha primeira viagem para o exterior, uma experiência muito diferente de tudo que eu já tinha vivido. Ver atletas de alto nível jogando me mostrou que eu podia competir com eles de igual para igual. Foi uma sensação de felicidade imensa”.

A emoção de vestir a camisa verde e amarela veio depois de um campeonato brasileiro, que aconteceu em Aracaju (SE). Para o João, além dos títulos, existem alegrias que não cabem em nenhum ranking ou pódio, sendo que uma delas é ter representado Varginha. **“Sentia uma emoção muito grande. Representar tanto a cidade quanto o estado, e ver o apoio das pessoas que acreditaram em mim, é algo muito especial. Saber que**

eu estava levando o nome da minha cidade para competições importantes me deixava muito orgulhoso. Varginha foi onde tudo começou. Foi aqui que eu cresci no esporte e foi onde parei de competir profissionalmente. Tenho um carinho muito grande pela cidade”.

Nos treinos ou em grandes competições têm ensinamentos que ficam para sempre. **“O esporte traz saúde, alegria, e ensina respeito. Ele une as pessoas, e, mesmo depois que você para de jogar, as pessoas ainda lembram de quem você foi e o que fez. Isso é um legado que fica. Além disso, também ensina a conviver em grupo e a ter disciplina”.** Todo esse aprendizado é universal: vale para quem joga no interior do Brasil ou no litoral francês. Oui, oui, ou melhor, sim, sim!



TIAGO FERREIRA RODRIGUES

Tênis de mesa

Nascimento: 23/4/1985

Na história do Tiago Ferreira Rodrigues, a bolinha ligeira do tênis de mesa não ultrapassa apenas a rede, também atravessa gerações, simbolizando uma escolha que entrelaça famílias. Ao olhar para frente, ele prepara o filho de oito anos para conquistar as próprias medalhas. Já ao olhar para trás, o atleta lembra de uma partida, vencida em memória à mãe de um grande parceiro no esporte.

“Em 2013, tive um jogo muito difícil na final contra Sete Lagoas. Estava 2 sets a 1 para o meu adversário, 10 a 6. O tênis de mesa fecha com 11 pontos. Lembro que o Wesley, meu treinador, pediu tempo e conversamos, lembrando da mãe dele. Decidimos que não íamos perder por ela. Consegui virar e vencer Sete Lagoas.



Fomos campeões do JIMI – Jogos do Interior de Minas. Essa vitória foi muito significativa”.

Embora esse episódio marque uma conquista 100% emocional, para o Tiago, o tênis de mesa é um esporte racional. **“A calma e a frieza são muito importantes, assim como a concentração e a autoestima. O tênis de mesa é tão complexo que pode te levar do céu ao inferno em segundos. Você pode estar perdendo um set por 10 a 0, mas enquanto o adversário não fizer o último ponto, o jogo não acabou. Não tem como ganhar tempo, a bola está sempre na mesa, é um esporte que te mantém concentrado do início ao fim”.**

Nesse cenário, o atleta reforça a importância de cuidar da saúde mental numa competição. **“O maior adversário no tênis de mesa somos nós mesmos.**



É importante manter a concentração, lembrar do que foi feito durante os treinos e manter a cabeça tranquila. O foco é no que almejamos no campeonato. Tudo isso se junta para a conquista de um bom resultado”.

Por falar em bom resultado, existe uma lembrança, vivida em Varginha, que segue cristalina. **“Meu primeiro jogo escolar foi marcante. Fui receber uma premiação juntamente com a minha equipe, mas, além dela, fui eleito o melhor jogador da competição. Quando recebi a premiação, meu pai se emocionou, minha mãe também. Isso foi muito importante para mim. Levo essa lembrança comigo em todos os campeonatos que participo”.** O que Varginha deseja para o Tiago? Que a visão estratégica do jogo o leve para o pódio e que, nessa jornada, siga com os olhos marejados ao lembrar das linhas que tecem não só as redes, mas as relações.



TRI

ATLO



O triatlo, um esporte que combina natação, ciclismo e corrida, surgiu na Califórnia, nos Estados Unidos, em 1974. A ideia nasceu como um desafio para atletas de um clube de atletismo durante suas férias, que passaram a treinar as três modalidades.

A partir daí, o triatlo ganhou popularidade e se tornou um esporte olímpico, sendo reconhecido pela sua exigência física e pela beleza de unir diversas disciplinas em uma única prova.

LUIZ FRANCISCO (CHICÃO)

Triatlo

Nascimento: 11/1/1982

Homem de ferro. Essa é a tradução para a expressão ironman, que dá nome à prova de triatlo mais exigente que existe: nessa modalidade, o competidor precisa nadar 3,8 km, pedalar 180 km e correr 42,2 km, sem descanso. Ou seja, assim como o ferro é capaz de suportar grandes cargas, o triatleta precisa ter muita resistência física e mental para cruzar a linha de chegada depois de horas de esforço intenso.

Quem entende de esforço e de testar os próprios limites é o Luiz Francisco de Paiva Ferreira, o Chicão, triatleta de longa distância, que relata a alegria de cruzar o pórtico em primeiro lugar. **“Vencer uma prova é uma descarga de adrenalina muito grande. É como lavar a alma, sabe? Uma satisfação enorme. Treinei muito, me dediquei e abdiquei de muitas coisas para alcançar**

bons resultados. Então, é justo sentir orgulho do que fiz”.

Entre os dias que marcaram está uma vitória na prova do Sesc Caiobá, no Paraná, em 2015. **“Nessa prova, eu nadei bem, mas um grupo grande saiu da água junto. No ciclismo, consegui escapar com mais dois atletas na segunda volta. Entregamos a bike com três minutos de vantagem. Na corrida, logo deixei o outro atleta para trás e só pensava em ganhar a prova. Cheguei quase dois minutos à frente do segundo colocado. Foi um dia perfeito, lembro de cada detalhe”.**

Se a lembrança desse momento continua vívida, a maior vitória do Chicão não está em nenhum pódio. **“Minha maior conquista foi durar muito tempo no esporte profissional. Comecei em 2007 e terminei minha carreira em 2023. Durante esse período, vi muitas pessoas mais talentosas**

que eu abandonarem o triatlo, mas consegui durar 17 anos na profissão que escolhi. Essa longevidade é minha maior conquista”.

De fato, tem conquistas que não são medidas pelo cronômetro. Com o triatlo, o atleta competiu na China e no México. Hoje, mora no Sul do Brasil, mas foi em Varginha que tudo começou. **“Lembro com carinho da época da equipe de natação. Gostava muito das viagens para as competições. São memórias muito especiais para mim. Além disso, ainda adolescente, queria dormir cedo para treinar porque sabia que precisava estar bem-preparado. Isso mudou o meu jeito de pensar. O esporte te dá objetivos maiores, como ser o melhor da sua cidade, estado, país, e quem sabe, do mundo”.** Ser grato pela trajetória percorrida é um sentimento que só os homens de carne e osso conhecem. E nisso, mais uma vez, o Chicão nada de brçada.





VÔ LEI

O voleibol, criado em 1895 por William George Morgan nos Estados Unidos, surgiu como uma alternativa ao basquete, buscando um esporte de equipe com menor contato físico. Inicialmente chamado de mintonette, o jogo rapidamente ganhou popularidade e se espalhou pelo mundo, adaptando-se a diferentes culturas e se tornando um dos esportes mais praticados globalmente.

LUCIANA PAIVA

Vôlei

Nascimento: 10/10/2002

Na quadra de vôlei, a Luciana Yasmin Paiva Pereira voa alto no ataque para finalizar as jogadas transformando as bolas levantadas em pontos para o time. Para abrir vantagem no placar, ela combina agilidade, força e técnica. Já na sala de aula da universidade norte-americana, no Missouri, a atleta estuda o corpo humano para entender, inclusive, como o sistema imunológico arma a linha de defesa, bloqueando vírus, bactérias e outros adversários. Uma coisa é certa na história da esportista: ter crescido dentro da quadra fez toda a diferença na hora de enfrentar os desafios acadêmicos atuais.

“O esporte moldou meu caráter e me deu uma base sólida de saúde física e mental. Aprendi a lidar com desafios, derrotas e vitórias de forma equilibrada, sempre buscando evoluir. A rotina de treinos também ajudou a desenvolver uma

mentalidade forte e focada em metas. O trabalho em equipe e a liderança dentro de quadra foram fundamentais para o meu desenvolvimento fora do esporte. Um exemplo desse ganho é a capacidade de tomar decisões rápidas sob pressão e a me comunicar, habilidades que carrego comigo. No geral, o esporte me transformou em uma pessoa mais resiliente e determinada”.

Nascida em uma família de jogadores profissionais, não é exagero dizer que a Luciana deu os primeiros passos, equilibrando-se com a bola de vôlei nas mãos. “Meus pais foram fundamentais na minha trajetória como esportista. Eles me fizeram encarar o esporte de forma séria e apaixonada. As quadras praticamente faziam parte do meu dia a dia, e o vôlei logo

se tornou uma parte essencial da minha vida, tanto pelas oportunidades competitivas quanto pelos laços familiares”.

Além das conquistas dentro de quadra, a atleta também valoriza outras vitórias que nenhum ranking enumera. “Representar Varginha no vôlei é algo que me enche de orgulho. Amo esse esporte e consegui vários títulos ao longo da minha jornada. Poder levar o nome da minha cidade e conquistar resultados é uma sensação indescritível. O vôlei também me proporcionou oportunidades incríveis, como viajar, conhecer novas culturas, fazer amigos e criar uma rede de apoio com pessoas que compartilham a mesma paixão”. Para quem aprende com as experiências, como a Luciana, o trajeto é vitorioso, vestindo o jaleco ou o uniforme do time, em Varginha ou em qualquer outro lugar do mundo.



ROSE EVARISTO

Vôlei

Nascimento: 6/3/2001

Aos 13 anos, a Rosely Evaristo Nogueira precisou fazer uma escolha de gente grande: decidir se deixaria Poços de Caldas e o conforto de casa para jogar vôlei em Varginha. Dez anos depois daquele primeiro convite e do primeiro “sim”, outras oportunidades vieram. Hoje, ela levanta a bola em quadra sob a batuta do técnico Bernardinho, um sonho realizado.

“Ele é uma pessoa maravilhosa, já não é mais aquele técnico explosivo que costumávamos ver, sabe? Ele nos vê como seres humanos, e acho que esse é o ponto mais forte aqui no Flamengo. A comissão técnica entende que temos falhas e está ali para nos ajudar sempre. Não é fácil lidar com as críticas, mas elas têm o intuito de nos fazer crescer como atletas”.



Se o talento levou a atleta para solo carioca, o tempo que treinou em Varginha deixou boas memórias. “No meu primeiro ano, joguei na categoria mirim e nosso time ganhou várias competições. Em um campeonato brasileiro, ficamos em terceiro lugar, algo inédito para Varginha. Representamos o estado de Minas Gerais em competições nacionais e internacionais, como o Mundial Escolar. Foi por Varginha que eu cheguei à seleção mineira”.

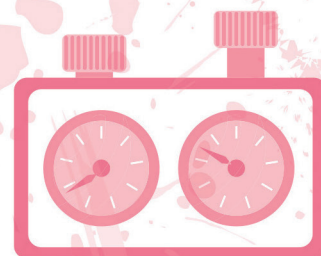
Jogar o Campeonato Mundial Escolar, inclusive, foi uma conquista significativa. “O Mundial foi uma experiência incrível. Mas, antes de chegar lá, tivemos que passar por várias etapas – municipal, estadual, brasileiro e Sul-Americano. Cada etapa era decisiva, porque qualquer deslize podia nos tirar

da competição. No Mundial, ficamos em quinto lugar, uma grande conquista. Lembro que recebemos premiações da cidade porque foi algo inédito para Varginha”.

Vestir a camisa verde e amarela também foi uma vitória que a Rose adicionou ao currículo. “Participei de dois mundiais e um Sul-Americano, sendo que nessa última competição fomos campeãs”. Diante de uma trajetória com ótimos resultados, qual será a experiência mais marcante na vida da atleta? “Minha maior conquista foi poder viver do que eu amo. Hoje, estou feliz e sempre busco melhorar. O mais importante é caminhar junto com seu time, sua família esportiva”. Ao conversar com a Rose, dá para perceber que ela não só levanta a bola, ela levanta voo para viver as metas que escolheu, assim como fez ainda menina.

XADREZ

O xadrez, um dos jogos de estratégia mais antigos e populares do mundo, tem suas origens na Índia, por volta do século VI, com o nome de Chaturanga. A partir daí, o jogo se espalhou pela Ásia e pela Europa, sofrendo diversas adaptações até chegar à sua forma atual. A teoria mais aceita é que o xadrez moderno tenha surgido no sudoeste da Europa, na segunda metade do século XV, após evoluir de suas antigas origens persas e indianas.



CAUÃ REIS

Xadrez

Nascimento: 9/7/2007

O Cauã Reis Disposto se senta em frente ao oponente, concentrado. Cada enxadrista conta com um pequeno exército de dezesseis peças. Diante dos dois, o tabuleiro se transforma em um campo de batalha. Nesse ambiente, o silêncio só é quebrado pelo tic-tac do relógio. Assim é o xadrez, uma modalidade esportiva em que a estratégia e a velocidade de cada lance formam uma dupla numa disputa mental. Sim, nessa prática milenar são os neurônios (e não os músculos) que trabalham até a exaustão.

“O xadrez é como um combate, você está constantemente tentando desmontar a posição do seu adversário. É preciso jogar bem e jogar rápido também. Eu sempre penso em como o meu adversário vai reagir às minhas aberturas (sequências de movimentos

iniciais em uma disputa), e em como posso me defender dele. Isso define o jogo. Quando você finalmente dá o xeque-mate, é uma sensação de vitória, mas também de respeito”.

O início da história do Cauã com o xadrez aconteceu na escola pública em que estuda, sempre com o apoio da família. **“Tudo começou com um torneio. Estavam incentivando o xadrez entre os alunos e eu me interessei. Nunca tinha me dedicado ao xadrez de verdade, mas, acabei ganhando. Eu também criei algumas rivalidades amistosas com outros jogadores, o que me incentivou a melhorar ainda mais”.**

Para o enxadrista, o melhor momento na sua trajetória aconteceu nos Jogos Escolares de Minas Gerais. **“Fiquei em terceiro lugar. Viajei para Campanha,**

onde competi por uma semana. Foi uma experiência intensa, mas, mesmo assim, consegui um bom resultado. Esse torneio teve um grande impacto na minha trajetória. Além disso, representar Varginha e ver que meu esforço estava sendo reconhecido foi gratificante”.

Se o Cauã tem na ponta da língua o momento mais marcante já vivido na prática do xadrez, ele também sabe o que quer alcançar. **“Gostaria de conseguir um título no futuro, como o de Mestre Nacional. Sei que é difícil, mas estou focado e treinando para isso”.** Enquanto trabalha para alcançar o que deseja, ele já comemora uma conquista tão importante quanto qualquer vitória. **“O xadrez trouxe muitos amigos e oportunidades. Melhorei na escola e na vida social. O esporte realmente abriu muitas portas”.** Mesmo tão novo, o Cauã já encontrou um caminho.



GILMAR DIAS MACHADO

Xadrez

Nascimento: 10/11/1958

No jogo de xadrez, o rei é a peça mais importante sobre o tabuleiro. Quando ele é capturado, o jogo termina imediatamente. Fora do tabuleiro, quem usa a coroa é o mestre, título que apenas um seleto grupo de jogadores recebe como reconhecimento por suas habilidades excepcionais. Além da trajetória vitoriosa, eles tornam-se referência para quem tem menos experiência. Em Varginha, quem veste o manto real, no xadrez, é o delegado aposentado da Polícia Federal, Gilmar Dias Machado, mestre há cerca de 3 anos.

Ao longo de 50 anos de prática, o enxadrista teve muitos momentos memoráveis. **“Ganhei várias vezes as Olimpíadas da Polícia Federal. Também sou pentacampeão nos Jogos da Advocacia. Além disso, tive o prazer de vencer o grande mestre**

Evandro Barbosa em uma simultânea. Um momento muito especial também foi quando joguei com o Mequinho, o maior enxadrista que o Brasil já teve, e consegui um empate em um torneio. Ele nunca perdeu uma partida simultânea, então foi uma grande conquista”.

Tão significativo quanto os títulos é a alegria de compartilhar o que sabe, tanto que o Gilmar já foi convidado para ensinar xadrez em diversas instituições. E, engana-se quem pensa que, com tanta experiência, não há mais o que aprender. **“O xadrez é um dos poucos esportes em que você pode ver um senhor de 70 anos jogando contra um jovem de 7. Isso proporciona uma beleza única no confronto. E nem sempre o mais velho vence. Os jovens estão acompanhando mais a evolução do jogo pela internet. É muito gratificante ver essa diversidade”.**



Além do prazer de competir e evoluir, quais os ganhos para quem joga xadrez? **“O xadrez me ensinou a ter paciência e disciplina, o que foi fundamental nos meus estudos para os concursos que fiz. Ele continua me ajudando a manter uma boa memória e capacidade de concentração. Tudo isso é fruto da prática constante do xadrez”.**

Se a constância é importante, continuar estudando também é fundamental. **“A parte teórica do xadrez é fundamental para participar de grandes torneios. Os melhores jogadores já chegam com várias jogadas decoradas, e você precisa acompanhar as mudanças. As jogadas que eram boas na minha juventude, por exemplo, já foram superadas, porque as máquinas analisam e demonstram novos caminhos. Estar atualizado com a evolução do jogo é muito importante”.** Sem dúvidas, quem continua aprendendo nunca perde a majestade, certo Gilmar?

A Câmara Municipal de Varginha
quer ficar cada vez mais próxima de você.
JÁ SEGUE A CÂMARA NAS REDES SOCIAIS?



Acompanhe
nossas redes
e **fique sempre
por dentro**
das atividades
do Legislativo:

 Câmara Municipal – Varginha

 @camaravarginha

 @CamaradeVarginha

 varginha.mg.leg.br

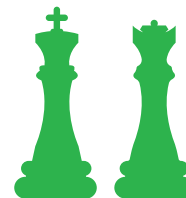


**Siga, curta
e compartilhe!**



EM UMA PALAVRA, O QUE É O ESPORTE PRA VOCÊ?

Perguntamos aos esportistas entrevistados como cada um define a própria trajetória no esporte. Confira as respostas...



FUNDAMENTAL

PAI

GRATIDÃO

CRESCI

SUPERAÇÃO

DISCI

TERAPIA

PERSEVERANÇA

INCLU



MINHA VIDA

VENC

CORAÇÃO

CARINHO



XÃO

RESPEITO

MENTO

DETERMINAÇÃO

PLINA

DEDICAÇÃO

SÃO

EDUCAÇÃO

COMPANHEIRISMO

EDOR

AMOR



RESILIÊNCIA

E PRA VOCÊ?

Escreva qual palavra define a sua trajetória no esporte.

Esporte é saúde, disciplina, superação e autoconhecimento.

QUE TAL COMEÇAR UM NOVO ESPORTE HOJE?

Varginha conta com diversos espaços públicos destinados à prática de esportes e atividades físicas, fundamentais para promover a saúde e o bem-estar da população:



■ ESTÁDIOS

- **ESTÁDIO MUNICIPAL**
- **DILZON MELO – MELÃO**

Avenida Ruth de Carvalho,
s/n – Alto Sion

- **ESTÁDIO MUNICIPAL**
- **RUBRO NEGRO –**
- **FLAMENGO**

Rua Paulo Silvério Ramos,
30 – Vila Flamengo

■ CAMPOS DE FUTEBOL

- **SEMEL**

Avenida Boa Vista,
220 – São Geraldo

- **CANAÃ**

Rua Walter Frederico
da Silva, s/n, Canaã

● CAMPO CORCETTI

Rua Gumercindo Corcetti,
110 – Corcetti

● ANTENOR BARRA (Fátima)

Rua Dom Joseph Kallas,
s/n – Vila Murad

● SETE DE SETEMBRO

Rua Paraná, 01 – Centro

● NEGO HORÁCIO

Rua Londres, s/n – Barcelona

● CLUBE RECREATIVO ESPORTIVO DOS SERVIDORES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE VARGINHA (CRES)

Rodovia BR 491, km 05, bairro
Zona Rural – Rodovia Varginha
a Elói Mendes

■ PISTA DE ATLETISMO

- **DO ESTÁDIO MELÃO**

Avenida Ruth de Carvalho,
s/n - Alto Sion

■ PISTA DE BICICROSS

- **DÉRECK REIS**

Avenida José Ângelo de
Rezende, s/n – Campos Elíseos

■ PISTA DE SKATE

- **PADRE VITOR**

Praça Cleber de Holanda,
s/n – Sion

- **VILA VERDE**

Rua Agenor Agnaldo Braga,
s/n – Vila Verde

- **PEC/ CEU**

Rua Lazarina Clara da Silva,
13 - Jardim Estrela





■ GINÁSIO POLIESPORTIVO

GINÁSIO WADIIH ESPER

Rua Francisco Rosemburg,
600 – Bom Pastor

GINÁSIO ESTAÇÃO

CIDADANIA – CIE

Rua Zoroastro Franco de
Carvalho, 445 – Santa Maria

■ QUADRAS POLIESPORTIVAS

IPIRANGA

Av. Miguel Alves,
s/n – Vila Ipiranga

CENTENÁRIO

Avenida Raphael de Oliveira
Barreto, s/n – Centenário

CATANDUVAS

Rua Marcelino Rezende,
s/n – Catanduvras

PEDREIRA

Rua José Barcelona de Oliveira,
285 – Vila Barcelona

TRÊS BICAS

Rua da Fonte,
88 – Vila Três Bicas

MONT SERRAT

Avenida João Martinho da Ponte,
s/n – Jardim Mont Serrat

FLAMENGO

Rua Nicola Lentini,
s/n – Vila Flamengo

VILA MENDES

Rua João Evangelista de Lima,
8 – Vila Mendes

SEMEL

Rua Jaime Venturato,
120 – São Geraldo

FÁTIMA

Praça Leopoldo Melo,
s/n – bairro de Fátima

SÃO FRANCISCO

Av. Manoel Vieira da Silva,
s/n – São Francisco

PINHEIROS

Praças das Rosas,
s/n – Pinheiros

SION

Av. Alayde Ribeiro
Bueno, s/n – Sion

JARDIM RIBEIRO

AV. Aristides Ribeiro,
s/n – Jardim Ribeiro

SÃO GERALDO

Av. Antônio Bernardes Pereira,
s/n – São Geraldo

JARDIM ANDERE

Rua Salomé Leite Alvarenga,
100 – Vila Jardim Andere

CANAÃ

Rua Walter Frederico da Silva,
137 – Canaã

VILA BUENO

Rua Turmalina, s/n – Vila Bueno

OZANAN

Rua Humberto Limborço,
s/n – bairro Parque Ozanan

IMACULADA (CAIC I)

Avenida Manoel Vida,
s/n – Imaculada Conceição

CIDADE NOVA (CAIC II)

Alameda das Garças,
s/n – Cidade Nova



■ DAMASCO

Avenida Ieda Carvalho Silva,
s/n – Damasco

■ PADRE VITOR

Avenida Farmacêutico Jair
Santana, s/n – Padre Vitor

■ CENTRO SOCIAL URBANO

Rua Vereador José Francisco,
s/n – Santana

■ CORCETTI

Praça Doutor José Daphinis,
s/n – Jardim Corcetti

■ PEC / CEU

Rua Lazarina Clara da Silva,
13 – Jardim Estrela

■ SAGRADO CORAÇÃO

Rua José Alves Ferreira,
s/n – Sagrado Coração

■ SÃO SEBASTIÃO

Alameda das
Arapongas, 569
- Jardim Cidade Nova

■ ACADEMIAS DE RUA NOS BAIRROS:

- Barcelona
- Bom Pastor
- Bouganville
- Centenário
- Cidade Nova
- Corcetti
- Fátima
- Imaculada
- Jardim Estrela
- Jardim Estrela - PEC
- Novo Horizonte
- Novo Tempo
- Pinheiros
- Santa Maria
- Santa Terezinha
- Santana
- São Sebastião
- Sion
- Vila Floresta
- Vila Paiva

■ SEDE SEMEL

- Avenida Boa Vista,
220 – São Geraldo
- 2 Tatames
- 3 Quadras poliesportivas: 1
descoberta e 1 quadra de peteca
- 3 Piscinas: 1 de criança, 1
redonda e 1 semi-olímpica
- 1 Campo de futebol

■ Em construção:

- 1 tatame e 1 quadra poliesportiva



**Câmara Municipal de Varginha
Legislatura 2021 a 2024**

Mesa Diretora 2024:

Presidente: Apoliano do Projeto Dom

Vice-presidente: Carlinho da Padaria

Secretário: Reginaldo Tristão

Vereadores:

Bebeto do Posto

Cabo Valério da Aprozep

Cristovão Vilas Boas Sandi

Dandan

Dudu Ottoni

Fernando Guedes Oliveira

Lucas Gabriel Ribeiro

João Martins Ribeiro

Marco Antônio de Souza

Rodrigo Silva Naves

Thulyo Paiva Machado

Zilda Maria da Silva

Varginha/MG, dezembro de 2024.

Produção de texto, edição e diagramação:

Versão Br – Comunicação e Marketing

Esta publicação foi autorizada pelos esportistas, assim como o acervo de fotos pessoais dos atletas. A distribuição do livro é gratuita e estará disponível na versão digital no site da Câmara Municipal de Varginha: varginha.mg.leg.br. O objetivo desta segunda edição é preservar o acervo cultural e histórico da cidade. Agradecemos a participação direta e indireta de todos que fizeram parte deste projeto.



Campeões de Varginha



**CÂMARA
MUNICIPAL DE
VARGINHA**

Campeões de Varginha

