

NOMES: Gustavo Guedes, Eduardo Kempfer, Bernardo Costa, Matheus Diniz.

Seção jogo da imitação:

Na partida entre Paris Saint-Germain e Barcelona pela Liga dos Campeões em 2017, o PSG venceu o Barcelona por 4 a 0 no jogo de ida das oitavas de final, realizado em Paris, em 14 de fevereiro. Di María marcou dois gols, enquanto Draxler e Cavani também marcaram. No entanto, o Barcelona realizou uma impressionante reviravolta no jogo de volta, vencendo por 6 a 1 no Camp Nou, avançando para as quartas de final com um placar agregado de 6 a 5.

Na partida entre Paris Saint-Germain e Barcelona pela champions league de 2017 aconteceu algo histórico. No jogo de ida o Paris Saint-Germain ganhou o jogo por 4 a 0 dentro do Parc des Princes, seu estádio. No jogo de volta a eliminação do Barcelona era dada como certa, mas calando a todos, o Barcelona jogou como nunca e fez uma virada histórica para cima do time francês. Sobre o comando de Lionel Messi e uma atuação de gala de Neymar, o Barcelona aplicou uma virada de 6 a 1 sobre o time francês, passando de fase e guardando esse jogo na história.

Entrevista:

Bom, então da onde surgiu a sua

vontade de ser jogador? Desde menor eu sempre gostei de jogar bola e comecei nas escolinha e tal, e mantive o foco e sempre gostei disso e quis levar pra vida. **E desde pequeno assim tu teve algum ídolo que te incentivou a ser a ser jogador, que tu que tu idolatrava?** Cara no futsal o Falcão e no futebol o Messi sempre né? **Como tu disse né?**

Desde pequeno quis ser jogador. Você arriscou muitas coisas? tu precisou abrir mão de muitas coisas na tua vida pra conseguir esse sonho?

Com onze anos eu tive que sair de casa, pra jogar, então o cara sempre abria mão de sair de muita parte da infância pra treinar né. **e com tudo isso a sua família sempre te apoiou desde pequeno sempre teve aquele apoio?** Sim, meu pai sempre me apoiou quando eu era menor de quatorze anos eu precisava ter um familiar sempre junto, né? Então ele

sempre ficava em hotel onde precisasse pra tá me acompanhando por onde eu ia. E agora mais da tua vida hoje em dia, né? Tipo, tu treina muito hoje pro futsal? Como é que é a tua rotina tanto de treino e de aulas. Como que tu gerencia tuas aulas com o treino? Ah como meus treinos são todas as noites, eu consigo ter uma rotina tranquila até pelas aulas serem de dia e tal. Eu pego ônibus, volto pra casa, dá tempo de conciliar bem. E né? A rotina é bem puxada e o que te motiva a não desistir, o que que motiva a continuar? Sempre foi um sonho, né? E o cara não quer abrir mão do sonho nunca, e deu resultado e tá dando pra fazer os dois ao mesmo tempo, foi até uma motivação a mais pra seguir no futsal, por eu conseguir conciliar e poder viver meu sonho enquanto eu estudo, que eu sempre gostei entre aspas. Uh-huh. E por que que decidiu cursar Engenharia Civil? Minha família toda é do ramo e sempre gostei também, né? Da parte da construção civil e é algo que é um hobby pra mim também e eu curto esse lado então foi mais ou menos por isso. Sobre a tua carreira lembra em algum momento assim, um momento ruim, um momento bom que tu pode citar pra gente? Porque a gente sabe que o futebol ele varia muito, né? Meu pior momento foi quando eu quebrei minha perna, que eu fiquei seis meses parado e quando eu voltei a jogar eu quebrei de novo no mesmo lugar. Aí foi um ano parado e daí foi horrível. E o melhor momento foi todos os momentos que eu passei na verdade né, eh experiência que o cara passa eh é de outro de outro mundo, ninguém sabe o que é viver o futebol mesmo. Aham, ah como você estuda aqui no IFSU né? A gente ficou sabendo que como não só você mas várias pessoas aí foram pros JIFS né? Em Pelotas, em várias cidades e a gente queria saber o que que você tem a dizer sobre a atuação da equipe, tanto do futebol de campo quanto o futsal. Na verdade foi uma pena né? Nossa equipe no futsal era muito boa, ah, acabou tendo a fatalidade do Tiago lá que quebrou o nariz e a gente jogou a semifinal desfalcada e acabamos ficando preocupado e não concentrando no jogo e acabamos perdendo a

classificação lá, mas era um time pra ir muito longe nesse JIFS e foi uma pena. E no campo na verdade a gente não imaginava ter chegado lá também né? Não tinha tanta expectativa mas foi uma experiência e tanta lá. **A gente também ficou informado pelo professor César, que você e outros atletas aqui do IF iam ser chamados pra jogar os em Blumenau. Tu tem alguma expectativa assim algo em mente? Está se preparando pra isso?** Eu acho que o time, o time de Pelotas que foi o que chamou nós pra jogar, ãh, é uma baita equipe, tem time pra chegar longe e acho que vai classificar pra etapa em Fortaleza. Então as expectativas são bem altas. **E pra finalizar, tu tem algum objetivo ainda, que quer alcançar? Algum time pra jogar, algum sonho?** O que eu tenho em mente e sair aqui do Brasil, ir pra Itália, ficar um tempo lá. Como eu tenho cidadania, então eu tenho mente de ir pra lá, jogar praqueles lados, né? Eh sempre foi um sonho jogar na Europa também, né? **Tem algum time em mente pra jogar? Um sonho?** Cara, a gente sempre sonha alto, né? Mas nunca parei pra pensar no time lá, mas o cara sempre quer jogar em um Barcelona da vida, alguma coisa grande lá jogando futsal. **Uh-huh. Brigado então Fernando. Valeu Fê.**

Editorial:

O fisiculturismo é um esporte que vem ganhando muito reconhecimento nos últimos anos. A mídia brasileira e internacional tem ganhado muitos nomes e influenciadores que ajudam esse esporte a crescer muito. mas nem sempre foi assim.

O fisiculturismo sempre foi um esporte com pouco reconhecimento por não ser um esporte que está no cotidiano, viver uma dedicada a uma rotina de treinos e alimentação regrada todos os dias, não é algo que maioria das pessoas sonham em viver. Além de ter um lado obscuro do esporte, não é de hoje que todos sabem o maior custo de tudo isso. Os anabolizantes andam lado a lado com os atletas, para construir uma físico de ponta, os anabolizantes são necessários para isso. Eles aceleram o crescimento de músculos e fazem o corpo estocar cada vez menos gordura. Parece uma maravilha, mas os anabolizantes causam consequências para a vida toda, causando sequelas ou até mesmo a morte. Nos últimos 20 anos, 10 atletas morreram pelo uso de anabolizantes, além dos inúmeros atletas que tem sequelas irreversíveis.

Assim como todos os esportes, o fisiculturismo também tem seus riscos. Os anabolizantes é um desses riscos que o atleta está disposto a correr, não é algo indicado e é sim possível conseguir um físico sem se render a eles. Também devemos pensar que o fisiculturismo é um trabalho para os atletas, os anabolizantes são um caminho mais fácil para conseguir sucesso nesse trabalho. Quem sabe dos riscos e está disposto a seguir essa vida, tem a noção do que a espera.

Meme:





Nota jornalística:

O time do Internacional está disputando a copa Libertadores da América desde o dia 7 de fevereiro. Agora enfrentará o Fluminense pela semifinal da competição no dia 27 de setembro. O desafio vai ser grande pois a equipe do Fluminense é muito competente e o primeiro jogo não será em casa, no Beira-Rio. O desafio não será fácil, mas o time está se preparando para dar o seu melhor.

No dia quatro de novembro de dois mil e vinte e três ocorrerá a final da Copa CONMEBOL Libertadores no Rio de Janeiro, no Maracanã com o público de setenta e nove mil pessoas os times serão decididos pelos duelos de Internacional contra o Fluminense e Palmeiras contra Boca Juniors essa será trigésima terceira edição do campeonato, quem ganhar disputara o Mundial de Clubes.

A algum tempo, alguns dos atletas da categoria Classic Physique sofrem para bater seus pesos nas competições. Porém no 1 de agosto de 2023, o vice-presidente da IFBB e presidente da NPC Tyler Manion fez uma postagem anunciando a nova tabela Peso/Altura para a categoria Classic. Este ajuste beneficia a todos, porem atletas de baixa estatura podem chegar muito mais pesados em comparação aos demais atletas de alta estatura, com mudanças de 800 gramas a até 4 quilos em certas alturas.

Fisiculturismo é uma disciplina que combina treinamento de força e nutrição rigorosa para desenvolver e esculpir o corpo. Os fisiculturistas se esforçam para alcançar níveis impressionantes de massa muscular e definição, através de exercícios intensos e uma dieta específica. Além dos benefícios estéticos, o fisiculturismo promove a saúde física e mental, melhorando a autoestima e a disciplina.

Texto de outra fonte;

<https://ge.globo.com/ac/noticia/2023/03/14/fisiculturista-acreano-campeao-do-arnold-sports-participa-de-treino-com-tetracampeao-do-mr-olympia.ghtml>

O fisiculturista acreano Ramon Queiroz, o Dino, que foi campeão recentemente no Festival Arnold Sports, nos Estados Unidos, participou de um treinamento completo de costas junto do tetracampeão do Mr. Olympia Chris Bumstead, o Cbum. A atividade foi promovida e transmitida pelo canal oficial do Olympia no Youtube. Durante o treinamento que envolveu uma série de exercícios na academia, o fisiculturista acreano recebeu dicas de poses de Chris Bumstead. Apesar da barreira linguística entre os dois, Dino conseguiu entender os conhecimentos que eram passados. Ramon Dino é o atual campeão da categoria classic physique do Arnold Sports. Após ser vice-campeão em 2022, o fisiculturista levou a melhor sobre os oponentes e recebeu o troféu pessoalmente de Arnold Schwarzenegger. Ramon Queiroz disputará o Mr. Olympia entre os dias 3 a 5 de novembro, em Orlando, nos Estados Unidos. Nessa competição, o atleta acreano foi vice-campeão na categoria classic physique no ano passado e ficou no top 5 em 2021.