



USP ESALQ – ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO

Veículo: Gazeta de Piracicaba

Data: 22/03/2014

Caderno: Planeta Esporte / 61

Assunto: Corrida Noturna terá mais de 1,7 mil atletas

ATIVIDADE ESPORTIVA

Corrida Noturna terá mais de 1,7 mil atletas

A 1ª StarNightRun acontece neste sábado, às 20 horas, na Esalq. A concentração será a partir das 18h, em frente ao prédio principal. PÁGINA 61

Corrida é neste sábado

Realização da StarNightRun

Prova noturna de seis quilômetros que acontece a partir das 20h nas vias do campus da Esalq terá mais de 1,7 mil participantes

Esporte, qualidade de vida e bem-estar reunidos num dos mais belos cartões-postais de Piracicaba. Hoje, mais de 1.700 atletas - atletas independentes ou vinculados a 23 academias - participam da 1ª StarNightRun, prova noturna de seis quilômetros que acontece a partir das 20h nas vias do campus da Esalq (Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz). A corrida/caminhada é uma realização da Gazeta, revista Trifatto e Esalq. E conta com o apoio da Secretaria de Esportes, Lazer e Atividades Motoras.

Em outros tempos já houve provas noturnas na cidade, mas desse porte é a primeira, avalia Guilherme Celso, diretor-executivo da Chelso Sports & Business, organizadora do evento. "Teremos 1.600 corredores e 100 caminhantes, isso é sensacional", diz Celso referindo-se ao quórum do evento.

Apesar de ser a primeira edição da prova, o lote de 1.700 inscrições se esgotou. "Nós da Gazeta de Piracicaba e da Revista Trifatto estamos orgulhosos e confiantes com o sucesso da 1ª StarNightRun. Tivemos parceiros que acreditaram e apoiaram nosso evento, o que nos deixa muito gratos. Acreditamos que nas próximas edições da corrida teremos um número maior", afirma Simone Prates, coordenadora operacional da Gazeta. "E além da corrida, esperamos que todos os amigos, parentes e visitantes aproveitem o evento".

Os cinco primeiros colocados



A Academia Position tem atletas com idade entre 16 e 50 anos



Equipe de Corrida da Caterpillar foi criada no ano passado

em cada categoria (masculino e feminino) receberão troféus. E os três primeiros colocados de cada uma das 12 faixas etárias ganharão medalhões. Duas equipes mais numerosas (uma de Piracicaba, outra de fora) também serão premiadas com troféus.

RECOMENDAÇÕES

O diretor técnico da Chelso, Nilton José Cardoso, orienta que os atletas não devem "fugir da rotina". "Por exemplo, não é recomendável que se corra com um tênis novo, uma bermuda ou qualquer outro tipo de equipamento diferente. Dia de corrida não é dia de experimentar novidades", aconselha. O mesmo vale para a alimentação, diz Cardoso. "Nada de mudar a rotina alimentar em cima da hora. Quer dizer, se você está acostumado a comer pão com manteiga antes de correr, continue assim".

Cardoso também frisa que os participantes devem cuidar da hidratação e realizar um bom

aquecimento e alongamento. "Cada atleta deve fazer os seis quilômetros de acordo com seu ritmo e condicionamento físico". A meteorologia, diz Cardoso, anuncia a possibilidade de chuva para amanhã. Por fim, Cardoso lembra que não será possível estacionar veículos no interior da Esalq. Por isso, é bom chegar mais cedo para estacionar nas imediações.

ENTREGA DOS KITS

Os kits serão distribuídos aos participantes entre as 10h e as 17h, no ginásio da Esalq (avenida Pádua Dias, 11). O kit contém uma camiseta do evento, um squeezer, um kit de beleza, suplementos nutricionais, barra de cereais e outros itens.

ATIVIDADES

Antes da largada, a partir das 18h haverá uma apresentação de Cross Position (série de exercícios funcionais) e o "Aulão de zumba".

ACADEMIA

Position vai levar 45 participantes

A Academia Position - uma das patrocinadoras da 1ª StarNightRun - vai levar 45 corredores para a prova, conta Victor Calheiros Crepaldi, o líder da equipe, que tem atletas de 16 a 50 anos de idade, entre homens e mulheres.

"A maior parte dos inscritos é de atletas amadores que já disputam corridas de rua aqui na região. Mas entre os 45 participantes, também há um grande número de pessoas que farão sua primeira prova de corrida", relata Crepaldi. A Position, explica Crepaldi, disponibiliza a seus alunos aulas de corrida sem custo adicional à mensalidade, sempre às quartas-feiras, 19h30. A aula envolve três tipos de treino: para iniciantes em corridas; para intermediários, pessoas que já possuem um certo condicionamento físico para a modalidade; e para alunos avançados, aqueles que já possuem uma melhor capacidade física e participam de provas de corrida de rua. "A aula tem duração de uma hora. Nela são feitos educativos como a forma de aquecimento, para a correção de possíveis erros, e a melhora do gesto técnico. Em seguida acontece a parte específica do treino, com duração de aproximadamente 40 minutos. E, finalizando, um alongamento geral", declara Crepaldi.

Como a maior parte dos alunos da Position já treina à noite, os atletas estarão mais familiarizados com essas condições, avalia Crepaldi. "E será uma ótima prova para os iniciantes, por causa da ausência do sol e de um possível calor forte", acrescenta. "A única preocupação dos atletas da Academia Position é se divertir e fazer uma ótima prova, buscando a autossuperação".

CATERPILLAR

Grupo esportivo com 95 funcionários

Um dos 23 times organizados que participarão da 1ª StarNightRun é a Equipe de Corrida da Caterpillar, que foi criada em abril do ano passado e que fez sua estreia na 5ª Corrida de Rua da Gazeta de Piracicaba e Onda Livre FM, no dia 18 de agosto de 2013.

O idealizador e coordenador da equipe, Thiago Ribas, 33, conta que o grupo esportivo é composto por 95 funcionários da multinacional, sendo que 40 deles se inscreveram para a 1ª StarNightRun. "A faixa etária média da equipe gira em torno dos 35 anos", declara. Os corredores da equipe são popularmente chamados de "Catrunners". Ribas é coordenador do Setor de Atividades Físicas da Vila Saúde (Centro de Saúde e Qualidade de Vida da Caterpillar), local onde a equipe realiza seus treinamentos. "A equipe de corrida surgiu a partir de aulas de corrida que desenvolvi nas esteiras. Depois disso, houve um grande engajamento dos funcionários, a empresa abraçou o projeto e resolveu patrocinar a equipe, que desde então representa a Caterpillar em provas esportivas", explica. "Hoje, a empresa, que inclusive renovou nosso patrocínio, também oferece todo o suporte médico e nutricional para os corredores", acrescenta Ribas, que é pós-graduado em fisiologia do esporte. "Um dos atletas da equipe da Caterpillar, o Túlio Fusco, até participou da Meia-Maratona de San Diego, em fevereiro. E outros seis corredores estiveram na última São Silvestre", conta.