

NOVIDADE

# Verão das bolinhas no ar e nas areias

**Febre na Europa, beach tennis chega ao Brasil e já ganha adeptos de peso na praias cariocas**

**ESCALDANTE** – Uma mistura de vôlei de praia com tênis, o esporte já tem até federação no Rio de Janeiro. É praticado nas areias de Copacabana, Ipanema e Barra da Tijuca

## Fernanda Prates

Uma novidade esportiva vem ganhando o litoral e tomando ares de febre de verão. Ainda relativamente desconhecido no Brasil, o beach tennis vem se revelando uma atividade ideal para aqueles que querem aproveitar os dias na praia para se divertir, ganhar um bronzinho e ainda aproveitar para queimar umas boas calorias no processo. Apesar de só ter chegado por aqui no ano passado, o esporte parece ter vindo para ficar. Além de já ter representação brasileira em pódios internacionais, o beach tennis já conquistou alguns adeptos – como Petkovic, que já declarou o gosto por uma partidinha com as filhas.

Criado há 11 anos em Ravenna, na Itália, o beach tennis lembra uma mistura entre frescobol, vôlei de praia, badminton e, como já diz o nome, tênis. Para jogar, são necessários apenas de duas a quatro pessoas, raquetes, uma bola e – é claro – areia. Porém, além dos aspectos visuais e a contagem de pontos parecida, as semelhanças com o tênis 'mais sério' param por aí, já que o ambiente da praia dita um tom bem particular. A areia impossibilita os quiques das quadras habituais, baseando o jogo de beach tennis em voleios. O dinamismo praiano também exigiu algumas adaptações, que vão desde as regras à própria interação dos jogos com a plateia.

O beach tennis tem várias coisas adaptadas, tanto no aspecto físico quanto na parte técnica. O jogo é mais rápido, já que só tem um saque e não tem vantagem – explica Joana Cortez, jogadora de tênis e pioneira na prática do beach tennis no Brasil. – Além disso, é uma prática mais divertida e descontraída, já que não é aquela coisa em silêncio e tem toda uma participação da galera que assiste.

Segundo Joana, que já participou de três Jogos Pan-americanos e uma Olimpíada como jogadora de tênis, o beach tennis já está em franca ascensão nas praias brasileiras. A atleta, que ficou em terceiro lugar no

Mundial de Ravenna formando dupla com Marcela Evangelista, vê tanta aceitação que vai até começar uma escolinha neste ano para difundir a prática entre os jovens.

– O tênis de praia é tão prazeroso e divertido que as pessoas acabam jogando por horas sem nem perceber – comenta a jogadora. – Além disso, é um esporte fácil de entender, ainda mais fácil de pegar que o vôlei, por exemplo. Por isso, acaba tendo uma grande aceitação do público.

## Aceitação feminina

Além de divertido, o esporte tem uma outra vantagem que atrai – e muito – o público feminino: a

**PRECURSORA** – Joana Cortez (D), ao lado de Samantha Barijan, é a pioneira no esporte

queima calórica, que é de 500 a 600 calorias por hora em média. Uma mão na roda para as frequentadoras da praia, que aproveitam para ficar ainda melhores dentro de seus biquínis. Unindo coordenação e reflexos exigidos pelo tênis e frescobol com a força muscular e a explosão proporcionadas pela resistência da areia, o tênis de praia traz o melhor

de vários mundos em matéria de verão. Segundo Carla Damazio, ex-triatleta, preparadora física e recém-adepta do beach tennis, os benefícios são vários:

– O beach tennis trabalha vários aspectos do corpo, desde o condicionamento físico, ao trabalho de coordenação muscular, sem contar a agilidade e o equilíbrio – resalta Carla. – Fora o aspecto motivacional da atividade, que é muito divertida e alivia bastante o estresse.

Ao contrário de Joana, Carla nunca havia praticado tênis e resalta o dinamismo da atividade.

– O único problema é que fica aquela marca básica de shortinho, depois você pode ficar com o 'bumbum' branco – brinca Carla.

## Esporte para todos os bolsos e gostos

Outro aspecto da prática foi ressaltado pelas praticantes: a democracia. Ao contrário de esportes mais elitizados como o tênis – que custa caro para praticar e assistir –, no beach tennis tem lugar para todo mundo. Os cariocas podem escolher o local da orla que mais agrada, já que a modalidade é praticada de Copacabana à Barra da Tijuca. Segundo a Federação de Beach Tennis do Rio de Janeiro, aqueles que preferem a praia da Barra podem passar, nos fins de semana, na Praia do Pepê. Em Ipanema, é possível achar praticantes da atividade em frente ao Country Club, no fim de semana, e em frente ao número 500 da orla, em dias normais. Já os moradores de Copacabana podem ir até a Rua Bolívar para conferir.

Apesar de não ter muitas restrições, o beach tennis exige alguns cuidados básicos com a saúde. Muita água, protetor solar e proteções, como viseiras e óculos escuros, são itens indispensáveis para a prática.

## Entre as Canetas



Ricardo Gonzalez  
rgonzalez@jb.com.br

Os bastidores do jornalismo esportivo e os principais assuntos relacionados ao esporte. Toda sexta, no seu Jornal do Brasil.

