

FRASE

“Estou bem melhor de novo, mas fisicamente ainda não estou top”

Marta, teve embolia pulmonar e está temporariamente fora dos gramados ainda sem previsão de retorno. E ontem ela foi novamente indicada ao prêmio de melhor jogadora do mundo.



esportes

ANGELO JUDAI JR

Juiz de Tangará percorre 90 km na maior corrida do mundo

Ele foi o 7.070º participante a cruzar a linha de chegada entre 21.500

24 Horas News

Mais do que uma superação pessoal, um exemplo positivo da prática esportiva tanto para seu filho quanto para a sociedade em geral. Esses foram os pilares que guiaram o magistrado mato-grossense Angelo Judai Junior, de 44 anos, nos mais de 90 quilômetros da 93ª edição da Comrades Marathon, disputada recentemente na África do Sul.

Angelo Judai atua há 14

anos em Mato Grosso e há três anos e meio responde pela Vara Especializada dos Juizados Especiais da Comarca de Tangará da Serra. Ele teve como desafio correr um trajeto de 90,184 km, pela épica jornada “down run” – com mais descidas.

O “juiz-atleta” foi o 7.070º participante a cruzar a linha de chegada entre os 21.500 corredores. Para tal, fez-se músculos de “aço” no percurso que teve início na Prefeitura de Pietermaritzburg até a linha de chegada no Estádio de Durban, na região litorânea sul-africana. Isto, em um tempo de 10 horas, 23 minutos e 28 segundos. Em 2018, apenas 19.062 participantes con-

cluíram a prova dentro do prazo limite, de 12 horas, que concede direito à medalha.

“Desde criança sou esportista – jogava futebol, basquete, além de outros esportes. Até que, há cinco anos, apaixonei-me pela corrida. A partir daí, já tinha como meta participar de, pelo menos, uma ultramaratona. E a Comrades Marathon foi a prova escolhida por ser a mais tradicional nesse segmento. Nunca fui pelo pódio. Fui por superação pessoal e também pelo meu filho João Pedro”, pondera.

“Meu objetivo sempre foi – e sempre será – incentivar o meu filho e mostrar para ele, bem como para todos os jovens, que não



Prova foi disputada recentemente na África do Sul

existe nenhum desafio que não se possa superar. Por pior que seja a situação que a gente enfrente, não só no esporte, mas também na vida, não há

nada impossível de se superar. Só precisamos nos preparar adequadamente, com determinação e disciplina, e ter coragem para enfrentar os desafios”.

TREINOS E MAGISTRATURA

“Me preparei com quase nove meses de antecedência”

24 Horas News

Para disputar a prova na África do Sul, o “juiz-atleta” passou por um período intenso de treinos, inclusive correu na Maratona Internacional de São Paulo [de 43 km] para se qualificar para a Comrades Marathon. Isto, ao conciliar todas as atividades esportivas com as longas jornadas da magistratura.

“Como juiz, trabalho de 8-9 horas por dia, no mínimo – às vezes até 10h ou mais. Por isso, não é fácil conciliar trabalho, vida pessoal e treinos. Mas, procurei encontrar o equilíbrio entre achar um tempinho para treinar e não comprometer o trabalho. Para a Comrades, me preparei com quase nove meses de antecedência. Treinava de 3-4



93ª edição da Comrades Marathon, na África do Sul

vezes por semana, sempre de noite ou de madrugada, às vezes acordando lá pelas 3h. Alternei treinos mais curtos (12-15 km), durante a semana, com mais longos (30-40 km até 60 km), nos finais de semana. Foi bem puxado, quase 2.000 km rodados nesse período. Sempre orientado por uma profissional da área

e com acompanhamento médico, tudo saiu bem”, conta.

Em prol de participar da Comrades Marathon, Angelo tirou os dias de folgas compensatórias que tinha no Tribunal e preparou um itinerário expresso. “Viajei numa quinta-feira, corri no domingo e retornei ao país na terça”.

Equipe Cacerense leva o primeiro lugar do Festporto

Afolhadomedionorte

Cinquenta equipes participaram no último domingo, 22, do 5º Festival de Pesca de Porto Estrela (Festporto). O evento voltou a ser realizado após cinco anos. A largada oficial ocorreu às 8h, na Orla do Porto e até às 16h, as equipes buscavam os melhores pontos.

Após o tempo regulamentar, a organização iniciou a somatória e a premiação das cinco melhores equipes do Festival, com grande ganhador a equipe “Os Caçulos”, faturando uma Motocicleta Fan.

Além do Festival de Pesca, houve muita diversão, com shows, festival gastronômico, palestras entre outras atrações.

Fifa divulga candidatos ao prêmio de melhor do mundo; Neymar fora

GloboEsporte

A temporada interrompida por uma lesão e marcada pelo desempenho sem brilho na Copa do Mundo tirou Neymar do rol de melhores jogadores do mundo, ao menos temporariamente. A Fifa divulgou os 10 indicados ao prêmio Fifa The Best e deixou de fora o brasileiro.

Atual detentor do título,

lo, Cristiano Ronaldo está entre os candidatos e terá como rivais Messi, Modric, Mbappé, Griezmann, Varane, Salah, De Bruyne, Hazard e Kane.

ÁGUA SOL
MANUTENÇÃO E LIMPEZA
DE PISCINAS E PEDRAS
Venda e Construção de Piscinas em azulejo, fibra e vinil. Produtos e acessórios em geral.

**3326-7022**
9617-3044

Av. Brasil, 1.048-E,
Jardim Europa