

INFORMATIVO DO CARRIJO

UBERLÂNDIA, DEZEMBRO DE 2012



Realizações de Carrijo como diretor-geral da Futel

Nos quatro anos que esteve à frente da Fundação Uberlandense do Turismo, Esporte e Lazer (Futel), Antônio Carrijo teve o desafio de dar continuidade no trabalho de desenvolvimento do esporte em Uberlândia, além de melhorar a estrutura física das praças esportivas.

Foram anos de mudanças ideológicas e parcerias com entre o poder público e a iniciativa privada, que confiaram em seu trabalho e fizeram com que o Parque do Sabiá recebesse um número médio de 10mil pessoas por dia e também que os poliesportivos estejam sempre cheio de alunos. **Veja mais na pag. xx**

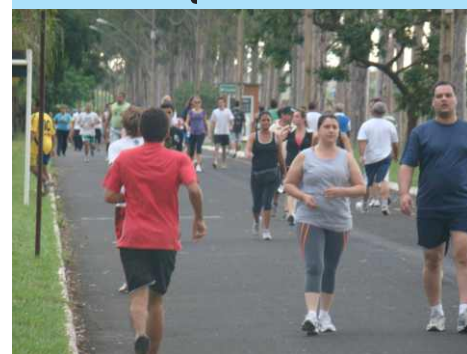
VIDA POLÍTICA



POLIESPORTIVOS



PARQUE DO SABIÁ



NOVA SEDE FUTEL



ARENA SABIAZINHO



ESTÁDIO JOÃO HAVELANGE



"O que vi da vida"

Por Antônio Carrijo

Em 50 anos de vida já passei vários por momentos em que fui desafiado e são esses momentos nos quais descobri e me apropriei de minha própria força. E é assim que venho pautando minha vida nos últimos anos, na superação de desafios.

Nasci em Uberlândia e sou graduado em Direito e fiz especialização em Direito Público. E minha história política começou em 1984 como líder comunitário nos bairros Bom Jesus e Brasil, sendo presidente da associação de moradores. Mas em 1986 foi quando efetivamente comecei minha vida política ao ajudar a solucionar o problema dos trilhos de ferro da FEPASA que cercavam os bairros. Naquela época houve um grande acidente envolvendo a Fepasa em Cubatão e então nós, os moradores do bairro Bom Jesus começamos uma mobilização para que fossem retirados os trilhos e os terminais e os terminais da empresa dos bairros da cidade. Passamos a mobilizar a população com abaixo assinado e naquela época conseguimos 10 mil assinaturas e fez que com nós pressionássemos o poder público, a FEPASA e as demais companhias petrolíferas.

A partir desse momento começou a minha história política sem que eu percebesse. Casei, mudei para o bairro Tibery. E no bairro Tibery nós tínhamos uma deficiência muito grande, uma carência em questão da pavimentação das ruas, do asfalto. Passei a liderar o movimento comunitário, na época existia a associação de moradores, logo eles me convidaram para fazer parte da associação e já no ano seguinte eu fui candidato a presidente da associação. A partir de então, através da associação, consegui viabilizar a pavimentação de todas as ruas do bairro e que num período de três, quatro anos nós tivemos todo o bairro asfaltado.

Foi então que a ideia de ser candidato a vereador foi surgindo e foram os líderes da associação, os amigos que me falaram na época que o bairro Tibery precisava de um candidato a vereador. Foi então que ingressei na carreira política.

A partir desse momento, eu já era conhecido pelo estilo de trabalhar por causa do asfalto, consegui mobilizar os prefeitos, passando por diversas administrações, através dos movimentos populares, me tornando um líder, mobilizando o poder público, o prefeito, a população para que pudéssemos asfaltar os diversos bairros de Uberlândia. Atuando nas administrações do Ferolla, Virgílio, criando uma marca, que me apelidaram de "Trator", o "Rei do Asfalto".

Passando por outros momentos eu assumi vários cargos na vida pública. Na Câmara Municipal, passei por todos os cargos. Para minha satisfação, no meu primeiro mandato na Câmara, foi ter sido o relator da Lei Orgânica do Município. Eu consegui fazer um ótimo trabalho como relator da ordem social. E fiz nesse momento um marco histórico na minha carreira política.

No meu primeiro mandato, uma experiência que eu não tinha, à adquirir muito rápido e consegui mostrar serviço. E graças a esse trabalho eu comecei a crescer politicamente.

E nesses mandatos na Câmara Municipal eu ocupei todos os cargos de comissões, fui presidente, relator, vice-presidente, ordenador de despesas, primeiro secretário e só não ocupei o cargo de presidente da câmara.

Na minha carreira política eu também ocupei vários cargos de comando em várias secretarias. Eu tive várias oportunidades. O prefeito Virgílio Galassi na época, não queria que eu fosses secretário, pois sabia que eu não iria dar conta. Mas eu pedi para ele a oportunidade. Tanto para ele, quanto para o Sérgio Ribeiro. Pedi a oportunidade, disse na época que se eu não conseguisse ser um bom secretário ele poderia me exonerar imediatamente. Foi nesse período que cresci politicamente. O Sr. Virgílio me deu a oportunidade, fui secretário de Serviços Urbanos e naquele momento o seu Virgílio me apelidou de "trator", não por passar por cima dos outros, mas pelo estilo de trabalhar. Eu levantava de madrugada e não tinha hora de parar.

Realmente eu fui um secretário diferente, sendo escolhido por ele como o melhor secretário municipal de sua administração. Chegando a acumular três secretarias, a secretaria de Habitação e a de Meio Ambiente. Na secretaria de Habitação fiquei por um ano em substituição ao Luiz Humberto, que era candidato ao cargo de deputado. Nesse período o prefeito Virgílio Galassi queria que eu ficasse no cargo, mesmo que o Luiz Humberto volta-se da Assembleia Legislativa. Nós nos acertamos e graças a Deus nesse período eu consegui acumular também o programa Uberlândia Viva.

Fui eu que criei o programa Uberlândia Viva. Foi um projeto do governo Virgílio Galassi onde nós levamos a prefeitura para os bairros de Uberlândia. Foi um fato pioneiro onde a cada domingo, a cada mês nós escolhíamos um bairro e a prefeitura ia com todas as secretarias para algum bairro. E lá a prefeitura com as suas secretarias oferecia prestação de serviço. Foi realmente um marco, eu cheguei a acumular essas secretarias, sendo ainda o coordenador junto com a Josefina, mas eu coordenava todo o projeto, todo o programa Uberlândia Viva.

E também um fato interessante é que eu também coordenei a campanha a deputado do Luiz Humberto, do hoje prefeito Odelmo Leão, mas época era candidato a deputado federal. Foi realmente um passo muito grande e as pessoas ficavam impressionadas como o Carrijo dava conta de assimilar e acumular tantas coisas com 163 quilos. Realmente foi um marco nesta história.

A partir daí, eu ocupei no governo Zaire Rezende a liderança dos bastidores da oposição ao prefeito Zaire Rezende. Eu buscava a integração dos vereadores e consegui realmente me sobressair com todos os vereadores pela experiência que eu já tinha de vereador, sempre demonstrando o trabalho e a seriedade nesse trabalho de oposição ao prefeito Zaire Rezende. Uma oposição séria, sadia, não uma oposição burra, mas uma oposição que ajudou a construir e ao mesmo tempo o governo Zaire Rezende não houve muito prejuízo nesta questão. Nós conseguimos nos sobressair na liderança da oposição ao prefeito Zaire Rezende.

E a partir daí eu tive a oportunidade de ser diretor da Futel, convidado pelo prefeito Odelmo Leão. E me consagrei como grande liderança na área esportiva na cidade. Eu não tinha experiência na área de esporte e fui criticado pela imprensa, pelos companheiros. Como é que o Odelmo ia colocar uma pessoa que não entendia nada de esporte numa secretaria tão importante como é Futel, substituir

uma pessoa de renome que era o professor Alberto, uma pessoa doutorada em educação física e eu não tinha formação acadêmica nenhuma na educação física, a minha formação era direito.

Então era realmente uma situação que me preocupa. Como eu vi que o desafio era muito grande e eu gosto de desafios, busquei entender o que era ser diretor da Futel. Primeiramente consertei a casa, busquei ampliar todas as legislações, ver os estatuto da Futel até os dias de hoje. A Futel era uma fundação de direito privado e eu consegui que a fundação passasse a ser de direito público. Busquei todas as legislações da Futel que eram arcaicas, antigas. Nós consertamos a casa para depois partir para a prática. Eu busquei entender todas as modalidades esportivas futsal, vôlei, basquete, natação entre outros. Busquei realmente entender essas modalidades, as suas atribuições e a partir daí começamos a incrementar o esporte na cidade. O que é o papel fundamental da Futel, buscar estimular, incrementar, fomentar o esporte na cidade de Uberlândia.

A partir desse momento com base na minha experiência de vida por causa da minha obesidade eu criei o programa Agita Uberlândia, que era o programa que eu tinha como vereador chamado Vida Ativa e eu o transformei ele no Agita. Na época eu tinha 6 seis Vida Ativa funcionando, hoje depois de transformar o Vida Ativa no Agita temos 39 locais funcionando na cidade onde o programa é um sucesso. Esse é um programa que veio realmente para ficar. É um programa voltada para a pratica da atividade física através ginastica, gratuito, para todas as idades e é para todas as classes sociais. Esse programa é um exemplo para o Brasil e para o mundo.

Além disso, também implementei a o programa da iniciação esportiva para as crianças que funciona em 23 locais da cidade. A ideia é estimular as crianças na prática esportiva naquela modalidade em que ela sente prazer em fazer, sem ser imposto. Ela pode escolher se quer fazer futsal, basquete, judô, natação entre outras modalidades. O importante é que tome gosto pela pratica da atividade física seja ela qual for.

E graças a Deus, hoje nós temos aí, através dessa iniciação esportiva, do esporte de alto rendimento, nós conseguimos nessa administração o 11º titulo de campeão dos Jogos de Minas Gerais. Colocando a equipe de Uberlândia com a melhor do estado de Minas Gerais. Comprovando a eficiência e o sucesso do trabalho de base em Uberlândia.

E nós também buscamos estimular, apoiar todas as modalidades esportivas. Quem buscou o apoio da Futel, nós apoiamos, fizemos parcerias e incentivamos todas as modalidades como ciclismo, caminhada, motocross, futebol americano, judô, vôlei entre outros. Nós criamos espaço para que eles pudessem se desenvolver e procuramos apoiar a todos.

E realmente mostrou que Uberlândia que esta no caminho certo. Tanto é que nós trouxemos aqui com o nosso Sabiazinho, um dos melhores ginásios do país, o desafio Brasil x Estado Unidos e agora as Olimpíadas.

Nós também realizamos a recuperação do Estádio João Havelange, modernizamos a sua legislação e o estatuto. Além de ampliarmos a capacidade de público do estádio e colocamos cadeiras em todo o estádio. O João Havelange é

o terceiro maior estádio do país e nós o deixamos o contrato assinado para ser centro de treinamento da Copa 2014, oficializado pela FIFA. Além disso, também deixamos o preparados para ser centro de treinamento das Olimpíadas 2016.

Conseguimos construir a sede da Futel dentro do Parque do Sabiá, já que a Futel tem mais de 30 anos e não tinha um local próprio para que os funcionários pudessem trabalhar. E hoje nós temos um local fixo, que é a nossa sede dentro do Parque do Sabiá. E também estamos terminando o Parque Aquático, que se Deus quiser vamos entregar a primeira fase até o dia 31 de dezembro. O Parque Aquático que foi projetado para abrigar grandes eventos, competições estaduais, nacionais e até internacionais.

Entrego a Futel para a próxima administração com o meu dever cumprido, de que eu fiz o meu trabalho.

Encerro esse artigo dizendo que fui convidado a ser candidato a vice-prefeito pela cidade de Uberlândia, sabia que é não é fácil, e também sabia que eu tinha a minha reeleição garantida como vereador. Mas abri mão pelo grupo político, porque fui convocado pelo prefeito Odelmo Leão, pelo então candidato a prefeito Luiz Humberto Carneiro. Então eu abri mão da minha candidatura a vereador para ser candidato a vice-prefeito e realmente não conseguimos alcançar o nosso objetivo de ser eleito, mas com o dever cumprido, nós fizemos uma campanha limpa, pé no chão e nem prometemos aquilo que a gente não dava conta de assumir.

Agradeço a Deus por ter me dado essa oportunidade de 24 anos de vida pública, 6 mandatos consecutivos. Estou de cabeça erguida, pois cumpri todo o meu dever, tudo o que eu pude fazer tudo aquilo que pude fazer com seriedade, com competência, com lealdade, eu fiz.

Eu quero agradecer as pessoas que trabalharam comigo o tempo todo. Porque não fiz sozinho, pois eu tinha uma grande equipe em todos os locais que eu passei. Na secretária de Serviços Urbanos, de Habitação, de Meio Ambiente, na Câmara Municipal com todos os cargos que ocupei e agora na Futel. Em todos os locais que passei desde a Associação de Moradores alcancei todos os meus objetivos.

Obrigado Uberlândia por ter me deixado servi-la como homem público. Continuarei a servi-la, ajudando a cidade como cidadão, fiscalizando e atuando como um vereador sem mandato.

Desejo a todos um feliz natal e um prospero ano novo.





Nos quatro anos que esteve à frente da Fundação Uberlandense do Turismo, Esporte e Lazer (Futel), Antônio Carrijo teve o desafio de dar continuidade no trabalho de desenvolvimento do esporte em Uberlândia, além de melhorar a estrutura física das praças esportivas.

Foram anos de mudanças ideológicas e parcerias com entre o poder público e a iniciativa privada, que confiaram em seu trabalho e fizeram com que o Parque do Sabiá recebesse um número médio de 10mil pessoas por dia e também que os poliesportivos estejam sempre cheio de alunos.

A Futel ajudou equipes que tinham pouco apoio na disputa de campeonatos, como o time do Uberlândia Lobos, de futebol americano e também a equipe uberlandense de hughby , além

de viabilizar a vinda de grandes jogos do Campeonato Brasileiro de Futebol para a cidade.

Mas sua maior vitória foi, sem dúvida, oferecer qualidade de vida para todos através do programa Agita Uberlândia, presente em 39 locais das cinco regiões de Uberlândia, com aulas gratuitas de ginástica aeróbica e localizada.

Outra conquista foi a assinatura do contrato com a FIFA que garante Uberlândia como um dos Centros de Treinamento de Seleções da Copa de 2014 e também o contrato com o COI que aprova a cidade como um dos destinos das delegações que disputarão as Olimpíadas de 2016.

“Foram várias ações que colocaram Uberlândia definitivamente como um polo esportivo nacional. Os resultados dos nossos atletas e paratletas a nível nacional e internacional mostra isso. Saio triste, mas com a cabeça erguida por ter deixado um legado na cidade, afinal além desses quatro anos de Futel, são 24 anos de serviços públicos prestados como vereador e secretário municipal. Agora serei o Carrijo cidadão, mas que cobrará da futura administração municipal uma continuação do trabalho que já vem sendo feito em Uberlândia”, disse Carrijo.

Abaixo algumas das realizações de Carrijo como diretor-geral da Futel.

FUTEL

- Implantação do programa Agita Uberlândia em 38 locais
- Regulamentação da Legislação da Futel
- Inauguração da Sede da Futel
- Apoiou a delegação de Uberlândia na disputa dos Jogos do Interior de Minas (JIMI) entre 2009 e 2012, conquistando o título nestes quatro anos.
- Trabalhou e conseguiu fazer com que Uberlândia fosse credenciada para ser um dos Centros de Treinamento de Seleções durante a Copa de 2014 e também durante as Olimpíadas de 2016.
- Entrega da primeira etapa do Parque Aquático



ESTÁDIO JOÃO HAVELANGE

- Adequação do Estádio ao Estatuto do Torcedor estando apto para receber jogos de futebol
- Aumento da capacidade de público de 19mil para 56.450, sendo hoje, o terceiro maior estádio em atividade do Brasil
- Instalação das cadeiras vindas do Estádio Mineirão
- Compra e instalação do novo placar eletrônico
- Reforma das cabines de imprensa e camarotes
- Reforma no Sistema de Prevenção e Combate ao Incêndio
- Jogos da Série A do Campeonato Brasileiro de 2010 e 2011
- Internet gratuita via Wi-Fi
- Aquisição de um carro-maca
- Instalação de 22 câmeras de segurança
- Cessão de 4 salas para o Juizado Especial
- Instalação de hidrantes no interior do campo do Estádio Parque do Sabiá



PARQUE DO SABIÁ

- Troca da iluminação do Parque do Sabiá, fazendo uma rede elétrica subterrânea
- Construção do deck Recanto dos Peixes
- Construção da cascata “Jardim das Águas”
- Construção da portaria Pau-Brasil
- Restauração da portaria do bairro Tibery, com uma nova entrada e o Recanto do Sabiá, composto por uma academia popular, cascata e acessível para os deficientes físicos.
- Construção do Bosque Lady Lene, com uma ilha artificial, um viveiro e uma cascata
- Construção da Praça do Servidor
- Instalação de cinco recantos com aparelhos de alongamento e bebedouros em torno da pista de caminhada

- Recapeamento da pista de caminhada do Parque do Sabiá
- Construção do Espaço Saúde
- Iluminação do campo do Sabiazinho e Campo A
- Instalação de quatro orelhões temáticos
- Restauração do Obus Colonial, exposto no Parque do Sabiá
- Construção do carro de boi
- Iluminação da quadra de areia
- Construção do Recanto do Atendimento

Construção de quatro novas portarias

- Retirada de veículos transitando na pista
- Plantação de mais de 1000 árvores em todo o Parque do Sabiá
- Colocação de brita e iluminação do estacionamento do bairro Santa Mônica
- Parceria com Corpo de Bombeiros para a utilização da Bike Resgate, que faz atendimentos de primeiros socorros aos usuários
- Cessão de espaço para o Programa Uberlândia Paraolímpico, Grupo de Xadrez e Escoteiros
- Iluminação das piscinas



OBRAS LICITADAS

- Banheiros em torno da pista de caminhada do Parque do Sabiá
- Restaurante Panorâmico do Parque no Sabiá
- Posto Avançado do Corpo de Bombeiros no Parque do Sabiá
- Quadra de esportes no Poliesportivo do Jardim América
- Quadra de esportes no Poliesportivo São Jorge



ARENA SABIAZINHO

- Realização de eventos nacionais e internacionais
- Jogos do desafio Brasil x EUA de vôlei
- Uberlândia foi escolhida uma das três cidades do Brasil para receber jogos da Liga Mundial de Vôlei masculino
- Jogo da equipe americana dos Harlem Globetrotters
- Jogo das estrelas da NBB em 2010
- Jogos do desafio Brasil x Ucrânia de futsal
- Construção da Pista de Skate



POLIESPORTIVOS

- Substituição das arquibancadas de madeira por arquibancadas de alvenaria nos campos dos poliesportivos
- Iluminação dos campos dos poliesportivos
- Repasse de recursos para o FUTC/UTC entre 2009 e 2012 para manutenção do clube e reformas e cobertura das quadras externas, sistema de aquecimento da piscina olímpica e sauna
- Compra de equipamentos de ginástica artística
- Construção do Poliesportivo do Jardim América, com um campo de futebol e pistas de skate, caminhada e mountain bike
- Construção de ginásio no poliesportivo do Patrimônio
- Construção de piscina aquecida no Poliesportivo do Roosevelt
- Construção de salão multiuso no Poliesportivo Luizote de Freitas
- Ampliação do salão do Poliesportivo do bairro São Jorge





Amigo Corredor,

Há vários anos compartilhamos “quilômetros” de passos que além de nos promover qualidade de vida proporcionou interação e estreitou ainda mais os nossos laços de amizade. Um grupo que começou com alguns corredores e cresceu gradativamente, hoje somos milhares espalhados por toda a cidade.

Por tudo isso, quero agradecer e parabenizar a você participante que se dedica inteiramente aos treinos do Longão, que encontra um espaço no início da manhã dos sábados para desenvolver a nossa grande paixão: a corrida.

Nós fazemos parte do time que busca uma vida saudável, então, espero que ninguém desista dessa prática. E desejo que em 2013 continuemos juntos e cheios de energia para diversificarmos os percursos e tentar novos desafios!

Em 2013 o calendário de corridas começa no dia 16 de fevereiro, para que de tempo de a Futel se organizar e manter o trabalho.

Amigo corredor: você é um eterno vencedor, lembre-se sempre disso!

Um Feliz Natal e um Ano novo cheio de saúde, paz e harmonia e realizações.
Que Deus abençoe a todos!

Contem sempre comigo. Um Grande Abraço!



Vereador Antônio Carrijo
Diretor Geral da Futel
(34) 9971-3299





CALENDÁRIO LONGÃO 2013



Data	Trecho	Percurso
16/02/2013	Parque do Sabiá	15 km
23/02/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
02/03/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km
09/03/2013	Sabiazinho / Tangará/Sabiazinho	13,6 km
16/03/2013	Praia Clube / Caça e Pesca / Praia Clube	15 km
23/03/2013	Morumbi / Pau Furado	19 km
30/03/2013	União Atacadista / Martinésia	20 km
06/04/2013	Via Sabor / Unitri / Via Sabor	19,8 km
13/04/2013	Parque do Sabiá	15 km
20/04/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
27/04/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km
04/05/2013	Sabiazinho / Tangará/Sabiazinho	13,6 km
11/05/2013	Praia Clube / Caça e Pesca / Praia Clube	15 km
18/05/2013	Morumbi / Pau Furado	19 km
25/05/2013	União Atacadista / Martinésia	20 km
01/06/2013	Via Sabor / Unitri / Via Sabor	19,8 km
08/06/2013	Parque do Sabiá	15 km
15/06/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
22/06/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km
29/06/2013	Sabiazinho / Tangará/Sabiazinho	13,6 km
06/07/2013	Praia Clube / Caça e Pesca / Praia Clube	15 km

13/07/2013	Morumbi / Pau Furado	19 km
20/07/2013	União Atacadista / Martinésia	20 km
27/07/2013	CORRIDA DE ROMARIA	88 km
03/08/2013	Parque do Sabiá	15 km
10/08/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
17/08/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km
24/08/2013	Sabiazinho / Tangará/Sabiazinho	13,6 km
31/08/2013	Praia Clube / Caça e Pesca / Praia Clube	15 km
07/09/2013	Morumbi / Pau Furado	19 km
14/09/2013	União Atacadista / Martinésia	20 km
21/09/2013	Via Sabor / Unitri / Via Sabor	19,8 km
28/09/2013	Parque do Sabiá	15 km
05/10/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
12/10/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km
19/10/2013	Sabiazinho / Tangará/Sabiazinho	13,6 km
26/10/2013	Praia Clube / Caça e Pesca / Praia Clube	15 km
02/11/2013	Morumbi / Pau Furado	19 km
09/11/2013	União Atacadista / Martinésia	20 km
16/11/2013	Via Sabor / Unitri / Via Sabor	19,8 km
23/11/2013	Parque do Sabiá	15 km
30/11/2013	Morumbi / Trevo Araguari	13,5 km
07/12/2013	União / Colégio Agrícola / União	19,2 km

Superação e Força de Vontade

Percebi com toda a experiência que já passei que os momentos em que somos desafiados são os momentos nos quais podemos descobrir e nos apropriar de nossa própria força. E é assim que venho pautando minha vida nos últimos anos. Quem me conhece sabe dessa luta e o quanto venho sofrendo com essa doença que não tem cura, mas tem tratamento: a obesidade.

Vocês devem estar pensando: mas ele não fez a cirurgia de redução do estômago? Fiz sim. Na época, isso em 2001, andar com meus 163 quilos era uma tarefa árdua, para não dizer quase impossível. Mas se engana quem pensa que este é um definitivo. Não nego que me ajudou muito, mas o desafio que vinha pela frente, o de manter o peso, dependia de mim. Aí descobri um outro obstáculo na minha vida: vencer meu próprio limite.

Voltei engordar depois da cirurgia. Foram 10 quilos que eu não conseguia explicar, mas sabia que estava caminhando a passos de caranguejo. É como um atleta que depois de percorrer a metade da prova retorna a linha de partida... Uma vida que tinha deixado para trás. Foi aí que descobri que um salto não descartava a necessidade de passadas curtas e contínuas. Aquele passo amigo que você dá, um de cada vez, sem se importar com a chegada, apenas com aquele momento único que está vivendo em busca de um ideal, no meu caso, a saúde.

E foi assim, com pequenos, que hoje me tornei um corredor. Imagine o que isso representa para alguém que há pouco tempo não conseguia nem andar. Uma vitória, é verdade! Vitória conquistada com muita determinação, disciplina, incentivo da minha família e dos novos amigos que conheci nessa experiência. É muito bom saber que, ao contrário de anos anteriores, estou servindo de exemplo a eles, que antes só caminhavam e agora conseguem correr 5, 10km. Até domingo do dia 27 de maio participamos da 24 Maratona de Porto Alegre. O termômetro marcava 13 graus. Mas nem o dia frio e nublado tirou o brilho dessa prova e a minha vontade de ultrapassar a linha de chegada. Mas lá estava eu, um obeso em tratamento que não conseguia se quer andar, correndo, 42.195 km, no tempo de 4 horas e 9 minutos. A maratona é uma prova de muita resistência, onde exige no mínimo 60% do físico e 40% do psicológico. Para você ter uma ideia da distância é como se eu saísse de Uberlândia, passasse por Araguari e quase chegasse à divisa de Goiás, e o mais importante, sem nenhuma parada.

Hoje entendo porque os atletas guardam em lugares especiais suas medalhas. Cada medalha é a lembrança de um momento de conquista, crescimento e superação. Eu estou lutando para superar cada dia mais e você também consegue. Se for por falta de apoio e incentivo, estendo minha mão. E lembre-se sempre que a felicidade está dentro de cada um de nós, corra atrás dela.



ANTES (163kg)



AGORA (73kg)