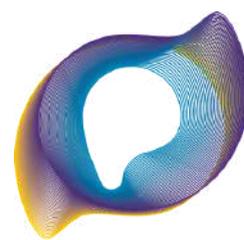


SURF



colégio curso
PLANCK

Entenda o que é
Brazilian Storm

POR ENRICO MOTA

NOSSOS SURFISTAS

As caras do Brasil na
história do Surf

POR PEDRO MARUITTI

SURF OLÍMPICO

O esporte que conquistou o
mundo agora vale medalhas!

POR MATHEUS TORRES

NOSSOS PICOS

As melhores praias da nossa
região para o Surf

POR GABRIEL LACERDA



NESTA EDIÇÃO

NOTA DO EDITOR

O surf sempre esteve em algum momento no imaginário das pessoas. Quem nunca sonhou em pegar um tubo, após ver belas imagens em algum filme, documentário ou até mesmo sentado na mesa de algum restaurante, onde as televisões sintonizavam o canal OFF? O Brasil atualmente é um dos países com maior destaque na modalidade, isso não apenas pelas nossas belas praias e boas ondas, mas especialmente pelo fenômeno Brazilian Storm, que você poderá saber mais sobre ele pelas palavras do nosso aluno Enrico. Muitos surfistas brasileiros, que compõem este movimento, são nativos do nosso litoral e você poderá saber um pouco mais sobre alguns deles e outros destaques do Surf nacional no artigo do nosso aluno Pedro. Outro texto que vai nos deixar com vontade de cair na água é a seleção de praias paulistas preparada pelo aluno Gabriel.

Muito mais do que paz, harmonia e beleza, este esporte que começou com ligações religiosas e lúdicas, conquistou o mundo e agora chega ao seu auge, tornando-se uma modalidade olímpica, como irá nos explicar o aluno Matheus.

Para completar esta edição comemorativa ao Dia Internacional do Surf, não deixe de conferir a nossa entrevista com o Professor e Árbitro de Surf Rafael Dias, que deixou algumas dicas e explicações sobre o mundo do Surf. Agora é hora de colocar a prancha embaixo do braço, passar a parafina e aproveitar o *sweet* de letras que está entrando! Boa leitura!

Professor Leonardo Lobo
Coordenador de Educação Física e Esportes

NOSSA

A História do Surf	03
Hora de Cair na Água	04
Brazilian Storm	08
Nossos Picos	09
Nossos Surfistas	11
Surf Olímpico	13
Nas Ondas do Cinema	14

A HISTÓRIA

03

DO SURF

Pesca, reis, campeão olímpico e muito mais

HORA DE CAIR

04

NA ÁGUA

Um guia sobre pranchas, ondas e as principais manobras

BRAZILIAN

08

STORM

A tempestade brasileira que conquista o mundo todo



NOSSOS

09

PICOS

As melhores praias da nossa região



NOSSOS

11

SURFISTAS

Quem leva o nome do Brasil nas ondas do mundo

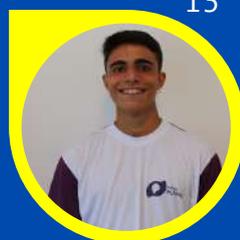


SURF

13

OLÍMPICO

Agora vale medalha!



NAS ONDAS

14

DO CINEMA

Indicações de filmes e documentários sobre o Surf

A HISTÓRIA DO SURF



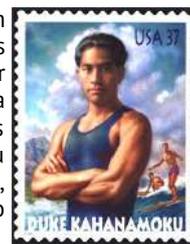
Ao contrário do que muita gente pensa, o Surf não é um esporte recente. Não se sabe ao certo a data inicial sobre o surgimento do esporte. Também não temos a certeza sobre a localização inicial, já que existem duas versões sobre o surgimento da modalidade. Os relatos mais antigos, com mais de 4 mil anos, são sobre comunidades peruanas que utilizavam canoas confeccionadas de junco para deslizar nas ondas. Outros relatos, mais recentes e mais aceitos, abordam os povos polinésios, que posteriormente levariam a prática para as terras havaianas. Inicialmente a atividade de deslizar pelas ondas eram relacionadas a atividades do cotidiano. Inicialmente, no Havá o surf teve um aspecto religioso e era restrito aos membros da realeza, e depois teve modificação para o caráter recreativo, no qual atualmente está a “alma” do Surf.



O primeiro registro escrito sobre o Surf foi realizado pelo navegador inglês James King que assumiu o posto de James Cook após o seu falecimento, em 1779, em viagem pelo Oceano Pacífico. Em seus registros, Cook descreveu competições da modalidade realizadas como parte das comemorações de ano novo, dedicados a vários deuses do povo havaiano. O inglês descreve como era a dinâmica dos moradores na prática do surf. Existiam diversas “regras” sobre a prática do surf, como por exemplo a posição em que as pessoas “surfavam”, sendo que apenas membros da realeza poderiam surfar em pé.

EXISTIAM DIVERSAS “REGRAS” SOBRE A PRÁTICA DO SURF, COMO POR EXEMPLO... APENAS MEMBROS DA REALEZA PODERIAM SURFAR EM PÉ.

Outro fato que poucas pessoas tem conhecimento é que em 1821, com a chegada dos missionários europeus, o surf passou a ser considerado como uma prática imoral, devido a seus aspectos religiosos. Mesmo com os esforços de repressão ao surf, o esporte sobreviveu e saiu da ilha, chegando aos Estados Unidos, em 1907, pelas pranchas de George Freeth, como a atração do homem que caminhava pela água. Outro nome importante para a propagação do Surf pelo mundo é o Duke Kahanamoku, medalhista olímpico nos jogos de 1912, 1920 e 1924. Além de atleta de natação, ele foi ator e um dos idealizadores e divulgadores do surf pelo mundo.



A chegada do esporte no Brasil ocorreu graças as funcionários de companhias áreas e turistas que trouxeram as “tábua havaianas”, em especial para a cidade de Santos. Na década de 40, a cidade do Rio de Janeiro recebeu diversos surfistas após servir de base naval para os aliados durante a Segunda Guerra Mundial. A partir destes eventos o esporte teve grande difusão no país. Atualmente o Brasil é um dos países de maior destaque no cenário mundial do surf. Aliás, a palavra ganhou a letra E, na tradução para a língua portuguesa, ficando surfe.

HORA DE CAIR NA ÁGUA



Utilize o celular na horizontal para melhor visualização



O surf é um esporte recomendado e possível de ser praticado por todas as pessoas. A modalidade faz parte do grupo de esportes radicais, sendo este um dos mais seguros. Como qualquer outra modalidade, existe um conjunto de equipamentos, gíria e técnicas que constituem o mundo do Surf. Acompanhe com a gente um pouco sobre este mundo.

Tipos de Pranchas

Fontes: maresia.com.br; totalsurfcamp.com



Longboard

Réplicas modernas das 1ª pranchas de surf e permitem a você pegar praticamente qualquer tipo de onda. Continuam sendo muito populares, porque são pranchas muito polivalentes e divertidas para os que sabem usá-las.



Malibu

Prancha de surf grande e de ponta redonda, mas um pouco mais pequena e manobrável que a Longboard. É uma boa opção para surfistas principiantes, mas também é uma boa opção para dias com ondas pequenas.



Gun

Este tipo de prancha de surf, com ponta e cauda afiadas, faz com que acelerem muito, com estabilidade, sendo perfeitas para surfar grandes ondas e adequada para surfistas experientes.



Funboard

Com tamanho próximo de 7', a "fun" como é conhecida, conserva a estabilidade e ainda possibilita a ação de manobras, sendo o modelo mais adequado para quem quer começar a encarar as ondas.



Shortboard

Também chamadas de thruster, é a prancha mais comum e mais usada. É o tipo de prancha de surf mais técnico, o que demanda um nível médio de surf para poder usufruir de todas as suas possibilidades.



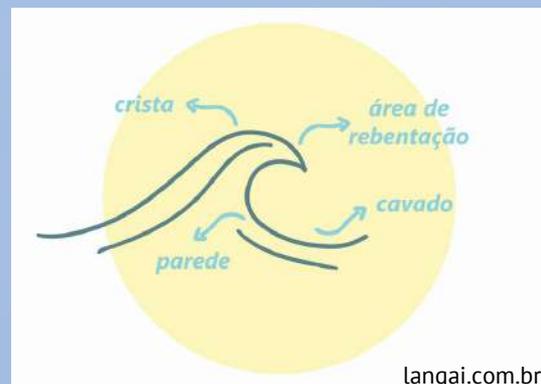
Fish

Largas, curtas, com poucas curvas e cauda de andorinha, é um tipo de prancha de surf desenhado especialmente para surfar em ondas com pouca força, sendo pequenas e médias, pois flutuam muito bem sobre elas.

A ciência das ondas

Fontes: sites.johnbryce.co.il/; hawaiisurfpoint.com.br

Você sabia que existem diferentes tipos de ondas, com características próprias (formato, tamanho e velocidade), que variam de acordo com o tipo de fundo, a profundidade do local e a intensidade do vento? Para entendermos um pouco mais sobre isso vamos primeiro conhecer as principais ondas e suas características.



langai.com.br



Foto: Denis Ferreira Netto /IAP

Point Breaks

São formadas em fundo de pedra, não possuem muitas variações em suas características, pois o fundo é estável. Não são indicadas para iniciantes, devido ao fundo ser de pedras, o que pode causar sérios acidentes em casos de quedas. Elas são as ondas mais indicadas para aperfeiçoar as habilidades, já que podem ser longas – algumas chegam a ser surfadas por 3km. No Brasil, os pontos mais comuns para encontrar point breaks são Matinhos, no Paraná; Laje de Jaguaruna e Praia da Silveira, em Santa Catarina.

Beach Breaks

Também conhecidas como ondas de fundo areia, são aquelas que quebram na areia. Geralmente quebram próximo da costa, e sofrem variações no tamanho, velocidade, altura e local de "quebra" devido a movimentação da areia. Devido ao fundo de areia, são mais indicadas para iniciantes por serem mais seguras. Geralmente apresentam ondas mais lentas e de curta duração. No Brasil, as praias mais famosas são Cacimba do Padre, em Fernando de Noronha; Maresias, em São Paulo; Itacoatiara, no Rio de Janeiro.



Pipa.com.br

Reef Breaks

São ondas formadas devido ao fundo composto de recifes e corais. As características dessas ondas são mais estáveis, já que o fundo é mais estável, mas ainda são um pouco imprevisíveis. Não são recomendadas para iniciantes, devido ao risco de sérios acidentes devido aos corais. As ondas são mais rápidas e fortes, sendo distintas em cada praia devido as alterações de profundidade entre o fundo do mar e o coral. No Brasil temos alguns Reef Breaks no litoral nordestino, como Scar Reef e Stella Martins, na Bahia; e Pipa, no Rio Grande do Norte.

Ondas de Rio

Juntaremos 3 tipos de ondas formadas por rios, são eles: Rivermouth break, que são ondas formadas pelo encontro do rio com o mar, como Mundaka na Espanha; Standing river break, são ondas formadas no rio, onde é possível que o surfista surfe varias ondas em um ponto fixo do rio, sem variação de deslocamento. O local mais famoso é rio Zambesi, perto de Munique, na Alemanha; Pororoca, é quando o mar "invade" um rio, criando ondas que podem durar até uma hora de duração. Acontece nos rios da região Norte do Brasil, mas também em rios da França, India e China

Foto: Reprodução/ internet

Ondas artificiais

Essas ondas, em piscinas, são geradas por um poderoso dispositivo de geração de ondas. Isto possibilita que o esporte seja realizado em qualquer lugar do mundo. O surfista profissional Kelly Slater é responsável por um projeto que foi capaz de produzir ondas bem moldadas, cuja qualidade e tamanho não haviam sido alcançados anteriormente. A capacidade de criar ondas surfáveis genuínas e longas, em locais longe das praias, pode vir a mudar o jogo na cultura e na história do surf.



Foto: Reprodução/ Youtube.com

Fontes: treinamentosurfevolutivo.com.br; powerlight.com.br

Principais Manobras do Surf



clique nas imagens para acessar os vídeos dicas para realizar as manobras
Utilize o celular na horizontal para melhor visualização



Cutback

Manobra clássica do surf, sua execução envolve duas mudanças de sentido: na primeira, o surfista usa sua velocidade para ir de encontro à região da espuma que está retornando na direção contrária; na segunda, ele faz uma volta no sentido oposto, após fazer uma batida na crista, ou apenas se apoia na espuma para retornar novamente na direção em que a onda está se abrindo.

Rasgada

É uma das manobras de surf mais comuns. Para realizá-la, é preciso jogar a parte de trás da prancha (rabeta) para frente e, em seguida, virar o corpo novamente para a onda. Normalmente, essa manobra faz um leque d'água para a parte de trás da onda. Quanto mais perfeita a execução dessa técnica, maior é o leque d'água e mais bonita fica a execução.



Foto: Reprodução/ Youtube.com

Batida

A batida é uma das mais básicas manobras do surf. Você certamente já viu muitos profissionais executando esta manobra. Para fazer a batida, o surfista deve bater a parte de baixo da prancha na crista da onda, também chamada de lip. Além de ser por si só uma manobra, ela também serve para dar embalo e conferir mais velocidade final para o atleta.

Foto: Shield

Floater

Esta manobra lembra o movimento dos skatistas deslizando nos corrimões. O surfista deve passar por cima da onda, deslizando pela crista da onda, passando a sessão e aterrissando entre a parede e a base da onda. Equilíbrio e velocidade são essenciais para manter a pressão ideal na onda durante a manobra.



Foto: indosurflife.com

layback

Nesta manobra agressiva, o surfista escolhe um ponto crítico da crista da onda e faz uma rasgada forte o suficiente para deitar suas costas na onda e muitas vezes apoiando apenas o pé da frente na prancha. esta manobra é utilizada para finalizar a onda, devido ao tempo de recuperação, e sendo realizada no "fechamento da onda".



Foto: WSL

Tubo

Esta é a manobra que traduz a essência do esporte, pois nela o surfista fica totalmente envolvido pelo mar. Apesar de exigir muita técnica, não é a manobra mais difícil de ser executada, mas é com certeza uma das mais significativas por toda a magia que é estar dentro da onda.



Foto: Sloane

Aéreo

Manobra de nível avançado, pode ser considerada o divisor entre o surfista intermediário e avançado. Ter um bom preparo físico e mobilidade articular são aspectos essenciais para realizar a manobra com segurança. Responsáveis pelas maiores notas nos campeonatos, sendo um divisor de águas também no sistema de pontuação atual.



Foto: uol



BRAZILIAN STORM

POR ENRICO MOTA



Foto: antenadosmaskyecia.com

A expressão “Brazilian Storm” (Tempestade Brasileira, em português) foi criada em 2011 pela imprensa americana para se referir à nova geração de surfistas brasileiros que vêm se destacando no cenário mundial. E o termo pegou de vez com a série de resultados expressivos em competições internacionais de atletas, como os títulos do circuito internacional de Gabriel Medina (2014 e 2018), Adriano de Souza (2015) e Ítalo Ferreira (2019).

O Brasil é, junto da Austrália, o país com mais representantes no Circuito de Elite Masculino da World Surf League de 2020, com 11 de 35 surfistas. Desses onze, seis são de origem paulista: Deivid Silva, Caio Ibelli e Adriano de Souza, do Guarujá, Miguel Pupo e Gabriel Medina, de São Sebastião, Filipe Toledo, de Ubatuba e Alex Ribeiro, de Praia Grande.

No surfe feminino, nossa única representante na divisão de elite é Tatiana Weston-Webb, de 24 anos, nascida em Porto Alegre e criada no Havaí. Ela vem conquistando resultados expressivos, ficando em 4º lugar no ranking em 2016 e 2018. Silvana Lima, outra grande surfista brasileira, apesar de estar atualmente na divisão qualificatória, já venceu quatro etapas do WCT (circuito principal), dois em 2009, um em 2010 e outro em 2017. As duas representarão o Brasil nas Olimpíadas de Tóquio.

O ótimo desempenho desses atletas, fez com que o esporte se tornasse ainda mais popular em nosso país. Uma pesquisa realizada pela Sponsorlink do Ibope Repucom concluiu que atualmente o surfe brasileiro tem cerca de 25 milhões de fãs declarados.



NOSSOS PICOS

POR GABRIEL LACERDA

Uma seleção de lugares pertinho da gente, para você cair na água
Clique no logo  para obter a direção para estes picos

Foto: melhoredestinos.com.br



Maresias

A praia de Maresias, localizada na cidade litorânea de São Sebastião, fica no litoral norte do Estado de São Paulo. Buscada por praticantes de surf, que a desbravaram na década de 1980 para a prática, na época era acessível apenas por uma estrada de terra nativa, ou seja, em precárias condições. Maresias possui cerca de 5 km de extensão, mar bastante agitado com muitas correntezas e tem fortes arrebenhações provocadas por um parcel. As ondas da praia de Maresias são cenários de grandes campeonatos de surf, internacionalmente conhecida pela excelência de suas ondas. As competições mais populares são o Maresia de Surf Profissional, e o campeonato internacional QS Hang Loose Pro.



Paúba

Principal shorebreak (quebra côco) do litoral paulista, a pequena e aconchegante praia da Paúba conta com ondas extremamente tubulares. O pico é perfeito para a prática do bodyboard e skimboard, mas a galera do surf também marca presença em busca dos tubos. Em função de sua posição geográfica, o point funciona de vez em quando, oferece triângulos sinistros e é preciso tomar muito cuidado para não bater na areia na hora do caldo. Paúba é uma onda de alta performance, indicada para quem tem muita coragem e surf no pé.

Foto: Aleko Stergiou

Santiago

A praia de Santiago está localizada entre as praias de Toque Toque Pequeno e Paúba. Uma praia praticamente deserta, com poucos moradores nativos e turistas. Com as condições semelhantes com as de Paúba, as ondas chegam de vez em quando. Requer um nível de surf bom ou apenas a coragem, por conta das ondas extremamente cavadas com a formação de diversos triângulos tubulares que quebram muito perto da areia.



Foto: Tiago Rodrigues

Guaeca

A praia de Guaeca apresenta uma vegetação bem preservada, apesar de existirem em sua extensão muitas casas e condomínios. Com uma larga faixa de areia de cor clara e fofo e com um mar aberto que varia entre dias de mar calmo e outros ideal para turma do surf, oferecendo um variado leque de opções aos seus frequentadores, que vai desde um simples banho de mar a um excelente point para os surfistas. As ondas nesta praia são ótimas para longboard e pranchinha, por contar com ondas não muito cavadas e com pouca força, dificultando bastante a entrada na onda.



Foto: saosebastiao.com.br

Bonete

A praia do Bonete (em Ilhabela) é considerada uma das mais bonitas do nosso litoral. Só é possível chegar lá de barco ou por uma trilha que leva aproximadamente 4h e apresenta uma pequena população nativa de mais ou menos 150 pessoas que vivem da pesca local. O mar no local é bastante perigoso para quem não conhece, por conta das fortes correntezas. As ondas no local são muito fortes. No canto direito perto das pedras é o principal lugar para os surfistas, por ter uma formação de grandes triângulos com ondas tubulares. Um dos maiores desafios das pessoas que vão para lá em busca do surf é a concorrência das ondas com os locais, que sempre têm prioridade.

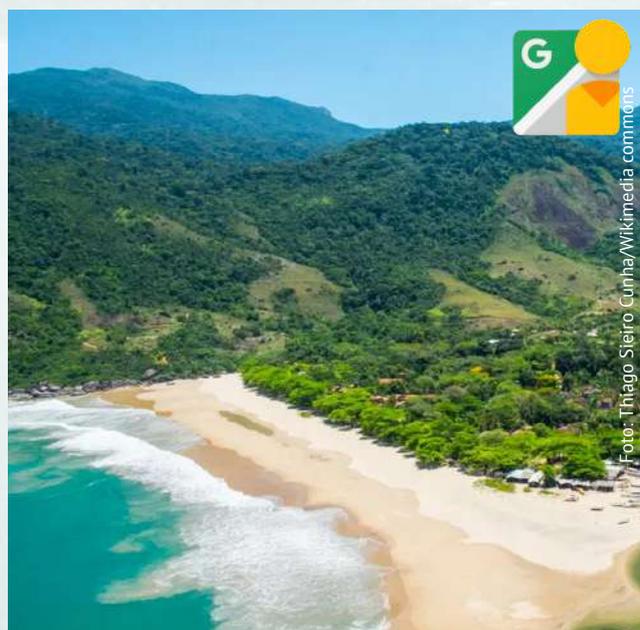
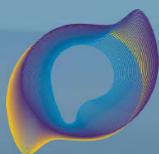


Foto: Thiago Sletro Cunha/Wikimedia commons



Nossos Surfistas

POR PEDRO MARIOTTI

Foto: gruposal.com.br

Foto: Rip Curl

Foto: uol



Gabriel Medina

Gabriel Medina Pinto Ferreira é um surfista profissional brasileiro. Mais conhecido por ser o bicampeão mundial de surf da ASP World Tour de 2014 e 2018, sendo o primeiro brasileiro a vencer um mundial de Surf. Ele também é o mais jovem brasileiro a ingressar no selete ASP World Tour. Em 2012, durante um treino, ele foi o segundo surfista do mundo a realizar uma das manobras raras mais difíceis do esporte: o back flip (um mortal de costas).

Adriano de Souza

Adriano de Souza, mais conhecido como Mineirinho, é um surfista profissional brasileiro. Em 2015, foi campeão mundial de surfe no World Surf League, sendo o segundo brasileiro da História a se tornar campeão do mundo. Em 2002, aos 15 anos, Adriano tornou-se o mais jovem campeão de uma competição profissional, vencendo uma etapa do SuperSurf, do Circuito Brasileiro.

Ítalo Ferreira

Ítalo Ferreira é um surfista profissional brasileiro que está na ASP World Tour desde 2015. Em 2019, consagrou-se Campeão do WSL, o maior campeonato do Surf mundial. Venceu a grande final, em Pipeline no Hawaii, contra o bicampeão Gabriel Medina, tornando-se o terceiro brasileiro a vencer o campeonato mundial.

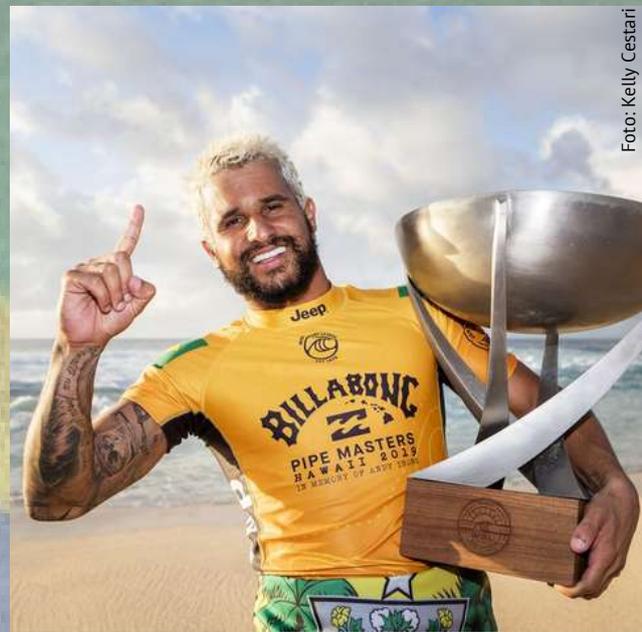


Foto: Kelly Cestari

Maya Gabeira

Maya Reis Gabeira é uma surfista profissional brasileira, uma big rider bastante renomada pelos seus muitos troféus conquistados ao redor do mundo. Foi vencedora do Billabong XXL Global Big Wave Awards por quatro vezes consecutivas (2007 a 2010), na categoria Melhor Performance Feminina. Em 2008 tornou-se a primeira mulher a surfar no mar do Alasca.



Foto: surftoday.com

Carlos Bahia

Carlos Bahia é um surfista natural de Maresias/São Sebastião. Ele não tem tanto reconhecimento mundial como os outros surfistas, mas é interessante exaltar seu talento pois ele representa muito o Surfe do nosso litoral. Foi campeão do Brazilian Champion em 2006 e 2017, e atualmente ele surfa de Longboard

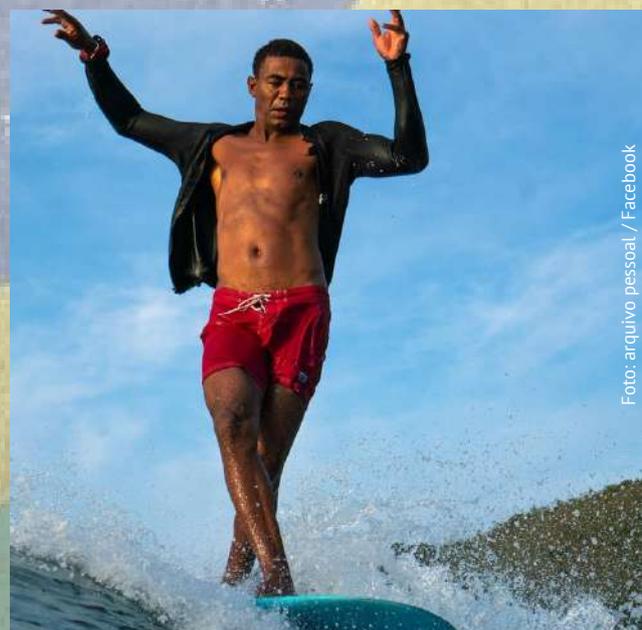
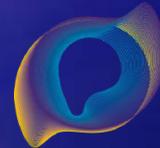


Foto: arquivo pessoal / Facebook



ARTIGO

O Surf Olímpico

POR MATEUS TORRES

Antes de qualquer coisa precisamos entender uma coisa, existem duas grandes empresas que cuidam dos campeonatos de surfe, a “WSL” e a “ISA”. E essas duas empresas que estão à frente no surf olímpico.

O surf seria um dos 5 esportes que teriam sua estreia nas olimpíadas de Tóquio, com intuito de rejuvenescer o evento. A competição ocorreria na praia de Tsurigasaki,

em Chiba. A competição contaria com 40 atletas, sendo 20 homens e 20 mulheres, todos de pranchinha. Bodyboard, longboard e stand up paddle não farão parte da grade de competições.

E uma dúvida que fica é: e nas próximas olimpíadas que não serão sediadas em cidades costeiras, como serão realizadas as competições? Ainda não existem respostas corretas, mas as principais ideias são as piscinas de ondas artificiais, como a do multicampeão Kelly Slater.

O campeonato será realizado em dois dias dentro de duas semanas. E a qualificação será realizada pelo COI convocando os melhores surfistas do mundo, e tentando ao máximo trazer representantes da maior quantidade de países diferentes.

“Eu acho incrível porque era a única coisa que faltava para o surfe. Ao fazer parte da olimpíada, o surfe alcançou o seu auge.”

-Jadson André (grande nome do surf brasileiro)



Nas ondas do Cinema

Foto: youtube.com

DICAS DE FILME, DOCUMENTÁRIO E CANAIS



clique na imagem para acessar o vídeo na plataforma correspondente
 Utilize o celular na horizontal para melhor visualização

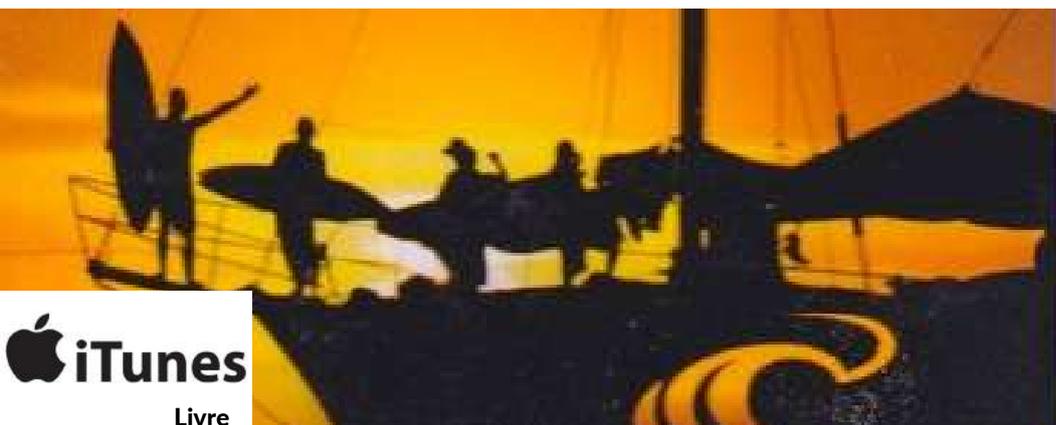


NETFLIX

10 Anos

Soul Surfer

Baseado na história real e inspiradora da surfista Bethany Hamilton.



iTunes

Livre

Surf Adventures

Um documentário com a elite do surf brasileiro em busca da onda perfeita.



Under an Arctic Sky

Lindas imagens e ondas geladas no norte da Islândia.

prime video

12 Anos



Bethany Hamilton: Sem Limites

Registro da vida real de Bethany Hamilton na busca pela realização dos seus sonhos! Inspirador!

NETFLIX

10 anos



Este documentário mostra o retorno de Maya Gabeira às ondas Gigantes de Nazaré, depois do acidente gravíssimo de outubro de 2013.

Red Bull TV

12 Anos



Tá Dando Onda

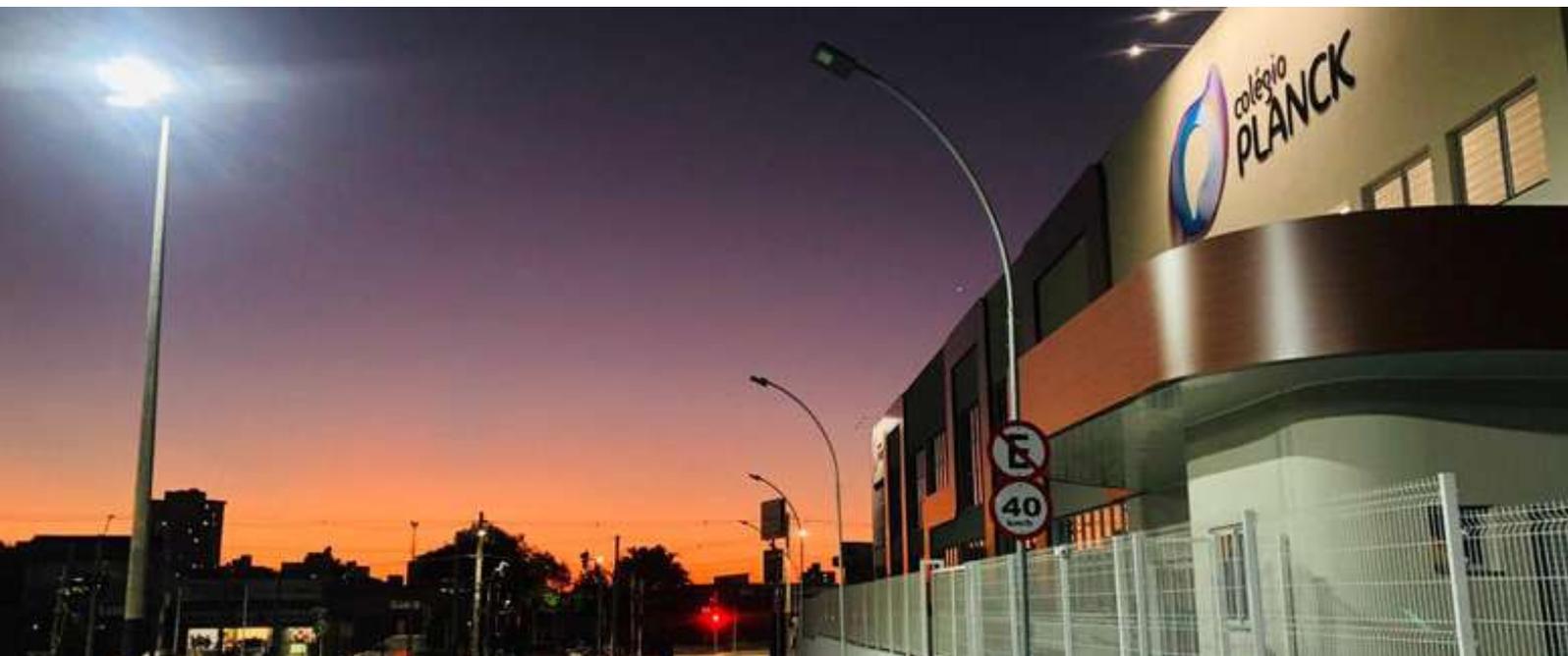
Animação indicada ao Oscar, simula um documentário sobre o Surf Pinguin World.

NETFLIX

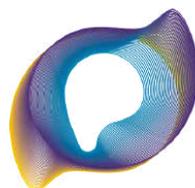
Livre

"You can't stop the waves,
but you can learn to surf."

John Kabat-Zinn



**NÚCLEO
PLANCK DE
ESPORTES**



colégio **curso**
PLANCK

Saiba mais em
www.colegioplanck.com.br

