



CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

Plenário Syrio Ignátios

CNPJ: 47.794.169/0001-24

MOÇÃO DE APLAUSO Nº 41/2023

Aconteceu no dia 10/12/2023, no teatro municipal Dona Zenaide, na cidade de Jaguariúna-SP o Campeonato de bodybuilding "Samuel Vieira Bodybuilding Show", que leva o nome de um dos grandes nomes do cenário do fisiculturismo brasileiro, o atleta Samuel Vieira Jr., tetracampeão brasileiro na modalidade.

O Bodybuilding, conhecido no Brasil como Fisiculturismo é uma modalidade esportiva que consiste em utilizar exercícios de resistência progressiva para moldar e fortalecer os músculos do corpo. Seu principal objetivo é aumentar a massa muscular e reduzir a gordura corporal, resultando em um corpo musculoso e muito definido.

Seus praticantes seguem uma rotina intensa de treinamento, combinada com uma alimentação balanceada, que inclui uma dieta rica em proteínas e nutrientes essenciais para o crescimento muscular.

Além do treinamento físico, o bodybuilding envolve aspectos estéticos, como a pose e a apresentação do corpo durante os campeonatos.

Existem competições de bodybuilding em diferentes categorias, nas quais os participantes são avaliados com base no tamanho, definição muscular, proporção corporal e simetria.



CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

Plenário Syrio Ignátios

CNPJ: 47.794.169/0001-24

Especialistas afirmam que qualquer indivíduo pode se tornar um praticante desse esporte, desde que possua disciplina suficiente para treinar e se alimentar adequadamente.

Os ferreirenses Renato Maestrello e Raul Rafaldini recentemente se tornaram destaques nesse esporte, com grandes histórias de vida.

Após completar 41 anos de idade, Renato resolveu fazer uma série de exames realizando um check-up geral. Após os referidos exames terem apresentado algumas alterações, causadas por sedentarismo físico, pouco tempo de sono e alimentação não adequada, devido ao não alinhamento a uma rotina saudável por conta de excessivo trabalho, percebeu que precisaria mudar urgentemente o seu estilo de vida.

Sendo assim, após recomendação médica para praticar alguma atividade física, resolveu começar a treinar musculação no ano de 2019 e tentar organizar a sua rotina de maneira mais saudável através da alimentação, suplementação alimentar, hidratação e melhoria no sono.

Desde então, até abril de 2023, permaneceu fazendo seus exercícios em sua própria casa. A partir da abertura da academia SkyFit em Porto Ferreira, passou a frequentá-la e, devido aos excelentes recursos oferecidos pela academia, os resultados alcançados foram potencializados, de forma que ele passou a chamar a atenção dos profissionais que trabalhavam com o esporte em questão. Os treinadores e educadores físicos Raphael Miranda Ramos



CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

Plenário Syrio Ignátios

CNPJ: 47.794.169/0001-24

e Dorgival Lourenço de Melo (Lourenço), passaram a incentivar a sua preparação para participar de competições da modalidade.

Após considerar a ideia, Renato contratou uma consultoria com o treinador e atleta profissional Guilherme Santana, que desenvolveu um trabalho impecável de acompanhamento, organização e evolução de seus treinos, aliados à sua rotina diária de trabalho e, principalmente, considerando a sua alimentação, que é vegetariana desde o ano de 2013. Os treinos, alimentação e suplementação sempre foram ajustadas de acordo com a sua evolução e o objetivo proposto, proporcionando os ótimos resultados alcançados.

A preparação para o início das competições teve início em agosto de 2023. O campeonato escolhido foi o "Samuel Vieira Bodybuilding Show", Renato competiu nas categorias Master 40 e Classic Physique (acima de 30 anos de idade), conquistando o primeiro lugar em ambas as categorias.

O atleta Renato atribui os resultados e sucesso obtido no esporte a sua própria dedicação, foco e disciplina ao longo dos anos, ao impecável trabalho realizado pelo seu treinador, Guilherme Santana, à sua esposa Vanessa Maestrello, que sempre o incentivou e lhe deu todo apoio e suporte necessário, agradecendo também à Academia Skyfit e aos amigos Duzão (atleta), Yumi e Raphael Miranda, que torceram e acompanharam todo o processo e estiveram junto com o atleta no momento da conquista.

O ferreirense Raul Rafaldini conquistou o Segundo lugar na referida competição na categoria "Mens extreme", tendo



CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

Plenário Syrio Ignátios

CNPJ: 47.794.169/0001-24

começado a treinar na modalidade quando completou 18 anos de idade, logo que deixou o seu emprego na empresa MarGirius Continental. A princípio, considerava que o treino era uma forma de não ficar parado em casa, mas logo com o passar dos dias começou a se apaixonar pelos treinos com pesos, sendo que em sua jornada passou por momentos que teve que parar de treinar por falta de recursos para pagar as mensalidades da academia, mas sempre possuiu uma rede de apoio que te auxiliou a continuar os treinos e nunca desistir. Raul ressalta que na pandemia teve que ficar longe dos treinos pesados, mas continuou consumindo conteúdos online sobre o esporte e sentiu nesse momento muita falta da prática esportiva, decidindo de fato voltar a treinar como atleta, melhorando todos os pontos de sua vida, ressaltando que pretende continuar com esse estilo de vida pelo resto de sua vida.

Diante o exposto, requeiro a Vossa Excelência, após ouvir o Plenário, seja enviada cópia da presente Moção de Aplausos aos atletas Renato Maestrello e Raul Rafaldini, ao treinador Guilherme Santana, aos educadores físicos Raphael Miranda Ramos e Dorgival Lourenço de Melo (Lourenço) e à academia Skyfit de Porto Ferreira, manifestando o reconhecimento e homenagem desta Câmara Municipal pelo extraordinário feito, sendo para essa Casa de Leis um exemplo de inspiração, dedicação, superação e disciplina a todos os ferreirenses.

Plenário Syrio Ignátios, 15 de dezembro de 2.023.

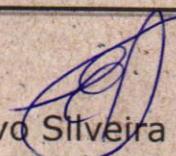
Ricardo Luis Patroni
Vereador



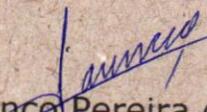
CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

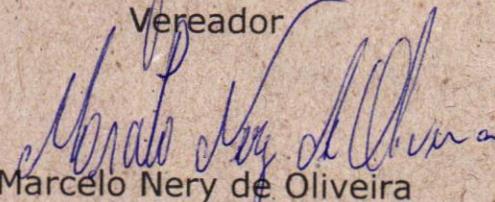
Plenário Syrio Ignátios

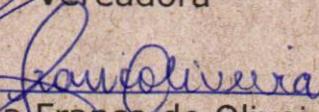
CNPJ: 47.794.169/0001-24

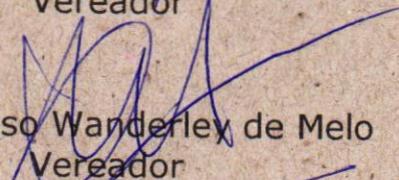

Élcio Gustavo Silveira Arruda
Vereador

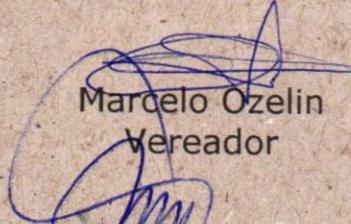

João Lázaro Batista
Vereador

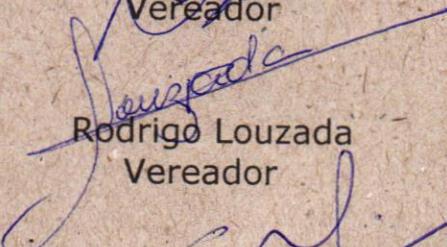

Luciane Lourenço Pereira de Sousa
Vereadora


Marcelo Nery de Oliveira
Vereador

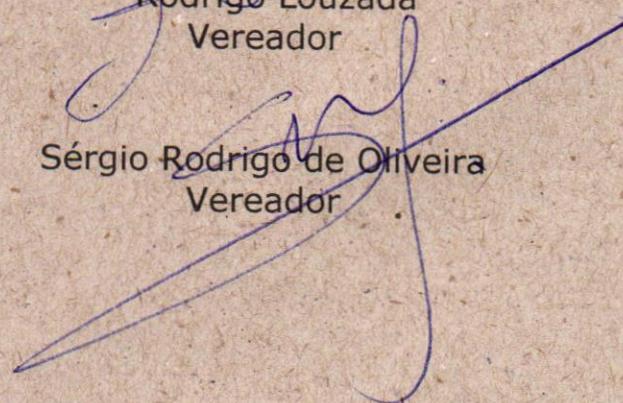

Priscila Franco de Oliveira
Vereadora


Pedro Celso Wanderley de Melo
Vereador


Marcelo Ozelin
Vereador


Rodrigo Louzada
Vereador


Renato Pires da Rosa
Vereador


Sérgio Rodrigo de Oliveira
Vereador

CAMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA
LEITURA NO EXPEDIENTE DA SESSÃO ORDINÁRIA
REALIZADA EM 18/11/2023

DESPACHO Para a ordem do dia da
Presente Sessão

PRESIDENTE

1º SECRETÁRIO

2º SECRETÁRIO

CAMARA MUNICIPAL DE PORTO FERREIRA

Discussão Única Sessão de 18/11/2023

APROVADO POR UNANIMIDADE DOS PRESENTES
ausente: Marcelo Nery

PRESIDENTE

1º SECRETÁRIO

2º SECRETÁRIO