



Saiba como foi Inter x Grêmio, pelo duelo de ida das quartas de final da Copa do Brasil, acessando o QR Code ao lado



/ NOTAS ESPORTIVAS

Champions League - Nesta quinta-feira, a UEFA realizou o sorteio dos confrontos, da fase de liga, da competição. Com destaque para os principais confrontos desta etapa: Real Madrid x Inter de Milão, Arsenal x Real Madrid, Manchester City x PSG, Barcelona x Manchester City, Inter de Milão x Liverpool, PSG x Barcelona, Atlético de Madrid x Bayern de Munique, Liverpool x Atlético de Madrid, Bayern de Munique x Arsenal, Arsenal x Borussia Dortmund. Os confrontos ainda não têm data definida. O jogo de abertura desta fase será dia 8 de setembro.

Série B - Pela 25ª rodada do torneio, nesta sexta-feira, às 19h30min, jogam Goiás x São Bernardo, e às 20h30min, Náutico x Athletic-MG e Novorizontino x Sport. No sábado, às 18h30min, tem Botafogo-SP x Cuiabá. Já no domingo, às 16h, se enfrentam América-MG x Ponte Preta e Avaí x Atlético-GO, às 18h, CRB x Criciúma, e às 18h30min, Vila Nova x Ceará.

Série C - Os gaúchos entram em campo neste final de semana pela última rodada da fase de grupos da competição. Todos os jogos acontecem no sábado, às 17h. Para o Ypiranga se classificar, precisa vencer o Amazonas, em Manaus. Já o Caxias tem que vencer o quarto colocado, Inter de Limeira, e ainda torcer por resultados paralelos.

Série D - Neste domingo, conheceremos os dois finalistas da competição. Às 16h, o Gama-DF recebe o ASA-AL no Bezerrão, na ida os alagoanos venceram por 2 a 0. Às 17h, o ABC-RN enfrenta o Uberlândia-MG, no Frasqueirão, na ida os mineiros ganharam por 1 a 0.

Brasileirão Feminino - Pela partida de ida das quartas de final, neste sábado, às 16h30min, o Grêmio duela contra o São Paulo no Alfredo Jaconi. Quem também joga no mesmo horário é Flamengo e Ferroviária, no estádio Luso-Brasileiro.

River Plate - Eduardo Coudet, ex-Inter, não é mais treinador dos Millonarios. Nesta quinta-feira, o clube oficializou a demissão do profissional de 51 anos, que também defendeu o River como jogador. Leonardo Ponzio assume interinamente.

Atletismo - O brasileiro Alison 'Piu' Santos quebrou o recorde mundial dos 400 m com barreiras na etapa da Diamond League realizada em Zurique, na Suíça. Ele venceu com 45s80. Karsten Warholm, norueguês dono do antigo recorde com 45s94, ficou na segunda colocação.

Com baixo impacto e fácil adesão, pickleball ganha espaço no Estado

Modalidade beneficia articulações e já atraiu mais de 1.300 praticantes às quadras em todo RS

/ PICKLEBALL

Guilherme Negruni
guilherme.negruni@jcrs.com.br

O som característico das rebatidas tem se tornado cada vez mais frequente nas quadras do Estado. Trata-se do pickleball, esporte de raquete em expansão em todo o País. A modalidade assemelha-se ao padel, mas é disputada em uma quadra com dimensões próximas as do badminton e com rede na mesma altura da utilizada no tênis.

A prática tem se popularizado pela segurança física. Segundo o educador Régis Martirena, a modalidade não oferece “quase nenhum risco de lesão”. O equipamento reforça essa característica: a bola pesa cerca de 24 grama, menos da metade de uma bola de tênis (59 g). As raquetes seguem a mesma lógica, pesando aproximadamente 230 g, o que representa quase a metade do peso de uma raquete de padel (que varia de 375 g a 400 g).

Para os iniciantes, a curva de aprendizagem é rápida. “Muitas pessoas vêm por curiosidade. Em cinco minutos, já se consegue jogar. É o esporte de raquete mais fácil que tem”, relata o também educador físico Luís Moro. O baixo impacto atrai pessoas com restrições articulares ou em fase de reabilitação.

Além disso, o caráter social é um diferencial, com partidas de cerca de 20 minutos, e o rodízio constante permite ampla interação entre os participantes no mesmo espaço.

O crescimento é amparado por números. De acordo com a Confederação Brasileira de Pickleball, cerca de 160 mil pessoas já praticam a modalidade no Brasil. No Rio Grande do Sul, o presidente da Confederação Gaúcha de Pickleball, Mario de Araujo, estima 1.350 praticantes, sendo 800 apenas em Porto Alegre.

N Capital, a adesão é notável entre o público com mais de 50 anos. A servidora pública Adriana Trojahn, de 57 anos, migrou do tênis para o pickleball em 2024. O objetivo era encontrar uma alternativa menos agressiva para os joelhos. “Queria voltar a praticar esportes, mas não tinha condições de jogar tênis. Foi daí que uma amiga me apresentou o pickleball”, conta. Hoje, ela joga três vezes por semana, seguindo a tendência de forte convívio social do esporte.

Trajetória semelhante tem o também servidor público Marco Cruz, 59 anos. Afastado do padel devido a uma hérnia de disco, ele encontrou no esporte a chance de retornar às quadras. “Com pouquíssimos jogos, já consegui praticar de maneira satisfatória”, relata.



ADRIANA/DIVULGAÇÃO/JC

Esporte tem fácil aprendizado, o que impulsiona sua popularidade

Principais regras do Pickleball

- **Saque:** sempre feito por baixo da cintura, em movimento ascendente, e cruzado na diagonal para a quadra adversária;
- **Regra do duplo quique:** o saque deve quicar uma vez na quadra do recebedor e a devolução deve quicar uma vez na quadra do sacador. Somente a partir da terceira rebatida os jogadores podem volear (rebater a bola no ar);
- **Kitchen (zona de não-voleio):** área de 2,13 m de cada lado da rede, onde é proibido fazer voleios. Nenhum jogador pode pisar nessa zona ou na linha ao golpear a bola no ar;
- **Pontuação:** apenas o jogador ou dupla que está sacando marca pontos. As partidas costumam ir até 11 pontos, sendo necessário abrir 2 pontos de vantagem para vencer;
- **Faltas:** ocorrem ao mandar a bola para fora, na rede, violar a kitchen ou descumprir a regra do duplo quique, resultando na perda do ponto ou na troca do saque (side-out).

O movimento ilustrado pelos praticantes reflete uma mudança de comportamento no cenário esportivo amador gaúcho. Ao aliar baixo impacto físico, rápida curva

de aprendizado e um ambiente de forte interação social, o pickleball deixa o status de novidade passageira para se consolidar como uma demanda real.

Dupla Gre-Nal busca recuperação em meio ao jogos da Copa do Brasil

/ CAMPEONATO BRASILEIRO

Filipe Plentz Munari
filipem@jcrs.com.br

A dupla Gre-Nal entra em campo neste domingo, pela 25ª rodada do Campeonato Brasileiro, na tentativa de se afastar da zona de rebaixamento. O Grêmio recebe a lanterna Chapecoense na Arena, às 18h30min. O Tricolor vem de duas derrotas seguidas fora de casa - Atlético-MG e Bragantino. Já os catarinenses conquistaram sua segunda vitória no torneio diante do São Paulo, por 1 a 0. No primeiro turno, na Arena Condá, as equipes empataram em 1 a 1.

Já o Inter encara o Bahia na Arena Fonte Nova, às 19h30min.

O Colorado vem de um empate sem gols contra o Galo em casa. Além disso, os comandados do técnico Paulo Pezzolano chegaram a oito jogos sem vencer no

25ª rodada

SÁBADO - 29/08	
18h30min	Atlético-MG x Vitória
20h	São Paulo x Bragantino
21h20min	Vasco x Cruzeiro
DOMINGO - 30/08	
11h	Athletico-PR x Fluminense
16h	Flamengo x Botafogo
18h30min	Corinthians x Santos
18h30min	Mirassol x Palmeiras
19h30min	Grêmio x Chapecoense
19h30min	Bahia x Inter
SEGUNDA - 31/08	
20h	Remo x Coritiba

Série A

	PG	J	V	E	D	GP	GC	SG
01 Palmeiras	51	24	15	6	3	44	20	24
02 Flamengo	45	23	13	6	4	45	21	24
03 Athletico-PR	44	24	13	5	6	34	22	12
04 Fluminense	41	24	11	8	5	36	29	7
05 Cruzeiro	39	24	11	6	7	34	33	1
06 Bahia	37	24	9	10	5	34	28	6
07 Bragantino	35	23	10	5	8	28	23	5
08 Coritiba	34	24	9	7	8	30	31	-1
09 Atlético-MG	33	23	9	6	8	30	27	3
10 Corinthians	32	24	8	8	8	26	24	2
11 Botafogo	30	23	8	6	9	37	37	0
12 Vitória	29	24	8	5	11	23	35	-12
13 São Paulo	27	23	7	6	10	27	27	0
14 Santos	26	23	6	8	9	33	36	-3
15 Grêmio	25	23	6	7	10	24	31	-7
16 Inter	25	24	5	10	9	24	28	-4
17 Mirassol	24	23	6	6	11	26	36	-10
18 Remo	23	24	5	8	11	28	39	-11
19 Vasco	22	23	5	7	11	24	38	-14
20 Chapecoense	14	23	2	8	13	24	46	-22

● Zona da Libertadores ● Zona de Pré-Libertadores ● Zona da Sul-Americana ● Zona de Rebaixamento

Brasileirão, sendo quatro empates e quatro derrotas. Já o Esquadrão de Aço não vive um grande momento na competição. Das últimas seis partidas, venceu apenas uma, justamente na última

rodada no clássico contra o Vitória, em que venceu por 2 a 0 no Barradão, as outras cinco foram empates. No primeiro turno, os baianos superaram os gaúchos por 1 a 0.