

BEATRIZ PAULINO*
beatriz.paulino@globo.com.br
ilustração

A lém de duas piscinas para o surf inauguradas nos últimos meses, o público de alta renda de São Paulo agora conta com equipamentos para praticar outros esportes que a natureza da cidade não permite: o esqui e o snowboard. Com a abertura, em junho, de um simulador de esportes de neve no Beyond the Club, a capital passa a reunir quatro endereços voltados ao treinamento de manobras e aprimoramento de técnicas.

Juntos, os espaços — que incluem a Slopes, a Movitta e a Born to Ski, todos inaugurados a partir de maio de 2024 — somam oito pistas para as modalidades, algumas com lotação esgotada. Programados para reproduzir diferentes condições de neve, níveis de inclinação e percursos de montanha, além de monitorar métricas de desempenho dos alunos, os equipamentos têm atraído desde iniciantes até praticantes experientes que buscam melhorar a performance antes de uma viagem.

Na Born to Ski e no Beyond the Club, as aulas funcionam em equipamentos similares. Trata-se de uma grande esteira inclinada conforme o nível do aluno, com velocidade controlada pelo professor. Não faz frio no ambiente. Por cima da esteira, um tapete de fibra plástica é hidratado o tempo todo por pequenos irrigadores de água na borda do equipamento.

PISTAMÓVEL

A textura lembra a neve, mas com mais atrito do que um campo real. A vantagem do aprendizado nos simuladores é o ambiente controlado com barras de apoio, espelho e auxílio constante do professor.

O esqui é uma modalidade não intuitiva. Tudo o que você acha que está certo é exatamente o oposto. Nossa primeira reação ao perigo é jogar o corpo para trás, abrir as pernas e tentar sobreviver. Só que o esqui exige o peso para frente, controle na perna de fora e total confiança — resume Flavio Melo, treinador de instrutores no Beyond the Club.

A Slopes e a Movitta têm outro tipo de equipamento, utilizado, inclusive, pela equipe americana de esqui. Os simuladores da SkyTech Sports não são esteiras e custam cerca de R\$ 1 milhão cada. Os dispositivos reproduzem a biomecânica exata do esqui na neve em um ambiente fechado. O aluno utiliza botas e esquis — ou snowboard — reais sobre uma pista móvel, que simula os movimentos lateralmente. Com o aparelho, é possível alterar o grau de inclinação do simulador e a velocidade conforme o nível do aluno, além de apurar a métrica do desenvolvimento a cada sessão.

As unidades também contam com uma tela que reproduz os movimentos do praticante e simula visualmente a descida de uma montanha. O aluno tem a alternativa de escolher “esquiar” em diferentes tipos de active, e os professores podem inserir obstáculos na neve ou incluir ondulações que simulam um trajeto real.

— É um treino que trabalha carga e musculatura de várias formas diferentes. O equipamento não quer



Prática. Flavio Melo, treinador de instrutores, na pista de esqui do Beyond the Club. São Paulo conta com oito áreas com simuladores para treinamento de manobras e aprimoramento de técnicas

‘Let it go’ à paulistana: snowboard e esqui na ‘neve’ viram febre na metrópole

Simuladores ‘indoor’ em quatro endereços da capital, disputados por viajantes e atletas, reproduzem cenários com diferentes percursos e níveis de inclinação

montanha, mas é um equipamento de treinamento. É um super treino fitness mesmo — frisa Jackson Rabello, fundador da Slopes.

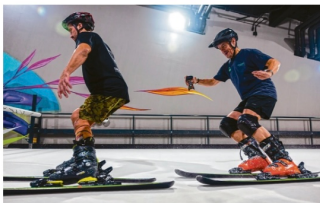
Os treinos duram uma hora: 30 minutos no simulador e outros 30 de preparação funcional, com foco no condicionamento físico e no aperfeiçoamento técnico.

Na Vila Olímpica, a Born to Ski registra alta demanda para as suas duas pistas desde que inaugurou, em outubro de 2023: uma nova unidade será aberta em Pinheiros em agosto. O empreendimento físico e o aperfeiçoamento técnico.

O interesse pelo esporte tem atraído um público diversificado. Na Born to Ski, 55% dos frequentadores são homens e 45% mulheres. A faixa etária predominante está entre 35 e 55 anos, embora haja aulas para crianças a partir dos 5 anos. Aproximadamente dois terços dos alunos praticam esqui, e um terço o snowboard. Já nas unidades da Movitta e Slopes, a demanda aumenta conforme se aproxima a temporada de neve, chegando a cerca de 50 atendimentos diários na alta temporada.

Os preços das aulas variam de R\$ 300 a R\$ 350 — e, no Beyond the Club, por ser um clube privado, é necessário ter um título de associado que passa dos R\$ 600 mil. É lá também onde está instalada uma praia artificial e uma piscina de surf. Para o treinamento de esqui, o simulador do clube recebe até 80 pessoas por dia.

— Buscamos personalizar



tão dinâmica das aulas varia conforme o nível e os objetivos de cada aluno — diz Caio Segall, diretor de marketing da KSM e sócio idealizador do Beyond the Club. Habituada a esquiá-la desde os 12 anos, Vanessa Shibuya, de 33, conta que a experiência no simulador foi, a princípio, desafiadora, mas que logo pegou o jeito.

— Denorei um pouco para me acostumar com a sensação de estar com os pés sempre a uma distância fixa, mas depois que acostumei, consegui esquiá-la de forma mais fluida e solta. Senti que ajudou muito a estabilizar o tronco e melhorar a angulação dos esquis. A parte de condicionamento físico, então, nem se fala, melhorei absurdamente ao longo das aulas.

‘SUPERNOVO E DIFERENTE’
Embora boa parte dos alunos procure as aulas como preparação para viagens a locais de neve, os responsáveis afirmam que a atividade também vem se consolidando como uma modalidade de condicionamento físico.

A médica e competidora amadora de esqui alpino Gracielle Lorenzini é aluna no Slopes e relata os benefícios da prática do esqui nos simuladores na sua rotina:

— Diferentemente de outras atividades físicas, eu acho que o esqui indoor me traz liberdade. Algo superno e diferente. E temos exercícios totalmente diferentes dos de uma academia convencional. É muito bom para a melhora técnica, correção da postura, treino de força e resistência. Enfim, melhora toda a performance no esporte.

As escolas também atraem turistas e visitantes de fora de São Paulo do Brasil. Para os empresários, a proposta é ampliar o acesso ao esporte. De acordo com Marcelo Parizotto, gerente de relações institucionais da Born to Ski, cerca de 80% dos alunos do espaço têm alguma viagem programada.

— Nossa escola é um complemento. Uma pessoa que vai para o Chile pode nunca ter esquiado, mas se fizer das aulas conosco, ela chega lá e esquia numa pista azul [nível fácil de dificuldade] no primeiro dia. (*Estagiária sob supervisão

Sintoma.
Acima, treino monitorado: pista é ajustada conforme nível do aluno

Preparação.
Praticantes calçam as botas de esqui: segurança no movimento

R\$ 350

Variação máxima do preço da aula
As sessões costumam durar uma hora e custam a partir de R\$ 300

30
minutos de técnica e 30 de treino prático

As aulas são divididas em blocos: no simulador e

Aperfeiçoamento.
Gracielle Lorenzini é competidora amadora de esqui alpino