

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Condomínios



Casa nova, corpo novo

Manter a forma é fácil: basta usar o elevador para ir à academia

Jorge Gauthier

jorge.souza@redabahia.com.br

Se as dietas começam sempre às segundas-feiras, a vida saudável pode ter início com a casa nova. Isso mesmo. Casa nova rima com mudança de estilo de vida. Os lançamentos imobiliários de Salvador oferecem a prática esportiva dentro das áreas residenciais como opção de bem-estar, um incentivo para manter o corpo e a saúde em dia.

Esse foi o motivo principal para o engenheiro Antonio Borges Junior comprar apartamento no prédio Diamond Itaipara, que está em construção. "É sempre bom contar com uma infraestrutura tão completa dentro da sua residência facilitando a prática de exercício. A correria do dia a dia, às vezes, nos impede de ter um tempinho livre a mais para poder se exercitar".

A futura casa de Antonio tem entre os itens de prática esportiva sala de pilates e ioga, quadras profissionais de squash e poliesportivas, além de academia e piscinas.

O diretor de Incorporações, Marketing e Relacionamento com o Cliente da Petram, Daniel Costa, destaca o investimento em equipamentos de malhação — desde instrumentos de musculação a mesas de alongamento. "Os empreendimentos que já apresentam área fitness têm

sido sempre mais procurados e preferidos. Os compradores querem a comodidade de poder praticar exercícios físicos dentro do próprio condomínio, com o mesmo padrão de qualidade de uma boa academia, só que a qualquer hora do dia ou da noite", lembra.

Para o supervisor do departamento de orientação e fiscalização do Conselho Regional de Educação Física (Bahia/Sergipe), Jehorvan de Melo, a segurança e a comodidade são positivas. "Esse tipo de equipamento perto de casa estimula a vida saudável além de ser mais seguro e menos estressante. Afinal, não é necessário sair de casa nem se preocupar com estaciona-

mento", diz.

Inserir na rotina esportes praticados nesses empreendimentos pode melhorar o condicionamento físico. "Esse tipo de exercício é um excelente aeróbico, que reduz riscos de ataques cardíacos e outras doenças vasculares, como hipertensão. Por trabalhar a maior parte dos músculos do corpo ainda auxilia no controle de peso", explica.

CORRIDA E se você tivesse uma pista de cooper no quintal de sua casa? Essa é a aposta do residencial Coletânea Vale do Canela. A diretora do Grupo Rovic, Patrícia Visnevski, responsável pelo empreendimento, explica que o cenário da pista é o diferencial. "Terá cerca de 150 metros de percurso entre árvores preservadas e outras que serão plantadas no terreno. Nosso objetivo é oferecer uma opção a mais de esporte, além da sala de fitness", afirma.

Visnevski destaca que a pista ainda oferece equipamentos de alongamento, prática necessária antes de qualquer exercício físico para evitar lesões.

Academia completa, quadra de squash, quadra poliesportiva e quadra de tênis essas são algumas opções que serão oferecidas pelo residencial Greenville Lumno, da PDG na Avenida Pinto de Aguiar.

Essa diversidade de opções para a prática esportiva é recomendada pela dançarina, professora de ioga e de pilates, Laura Campos.

"O ideal para o condicionamento físico é diversificar o trabalho corporal. Quanto mais variedade de práticas esportivas mais inteligente e saudável fica o corpo", explica.

Biarritz Maison Patamares

Conta com espaço de squash, um esporte praticado com raquetes e com uma pequena bola de borracha em uma sala com vidro.

Preço: a partir de R\$ 600 mil



Coletânea Vale do Canela

Pista de cooper e quadras poliesportivas compõem o condomínio. A pista terá ainda outro ponto de fitness, com modelos de equipamentos de alongamento, que ficarão alocados no início da pista.

Preço: a partir de R\$ 372 mil



Orizon View Houses

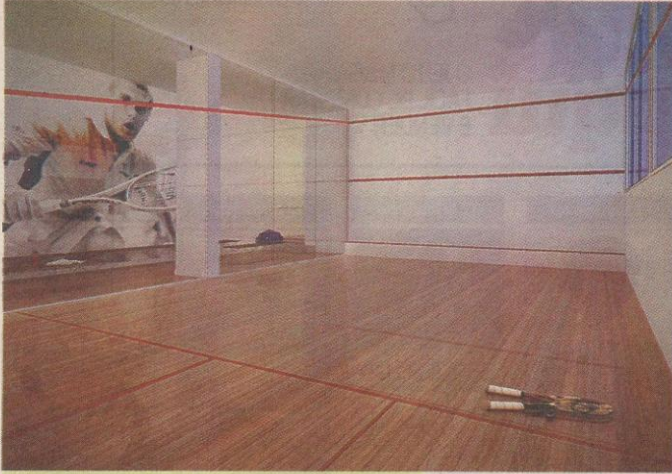
Com ampla área fitness voltada para malhação diária conta com equipamentos modernos. O empreendimento é todo voltado com vista para o mar.

Preço: a partir de R\$ 1,9 milhão



Os empreendimentos que já apresentam área fitness têm sido sempre mais procurados

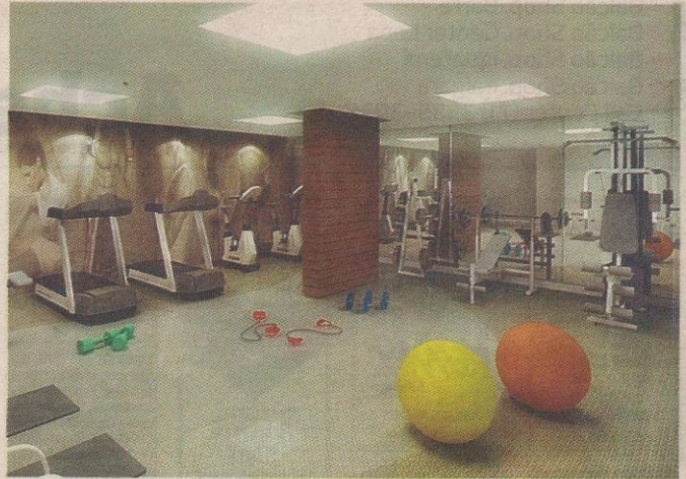
DANIEL COSTA, diretor da Petram



Greenville Lumno

Possui quadras de squash, poliesportiva e de tênis. A academia possui a previsão de ter a marca Vila Forma.

Preço: a partir de R\$ 1.356.940,00



Diamond Alto do Itaigara

Oferece cerca de 50 itens que existem em um spa. Inclui sala de pilates e ioga e quadra profissional de squash. Tem parque aquático com aproximadamente 500m² de lâmina d'água, com raias de natação de 25m.

Preço: a partir de R\$ 790 mil

Montpellier Residencial

Empreendimento possui espaço fitness com equipamentos de musculação e para prática aeróbica. Traz 45 apartamentos, todos em nascente, com vista para o mar, incluindo o primeiro andar.

Preço: a partir de R\$ 498 mil



Não adianta fazer todas atividades. O ideal é fazer o que dá mais prazer

LAURA CAMPOS, professora de ioga



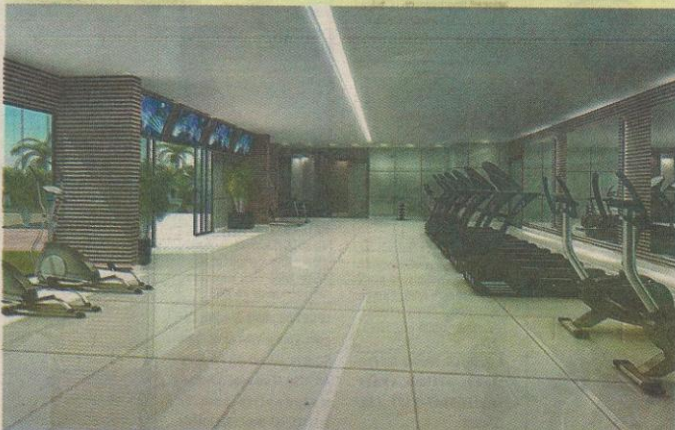
CUIDADOS

Ter uma ampla rede de equipamentos para prática de atividades físicas no condomínio é uma vantagem. Mas o supervisor do departamento de orientação e fiscalização do Conselho Regional de Educação Física DA 13ª Região (Bahia/Sergipe), Jehorvan de Melo, explica que o ideal é que as atividades sejam acompanhadas por um profissional de educação física. "É difícil ter no condomínio um personal trainer para cada morador. Os condomínios podem contratar uma empresa para prestar o serviço. A longo prazo isso evita a ocorrência de lesões", diz. Os equipamentos das áreas esportivas devem ainda ser vistoriados com regularidade, segundo Melo.

Salvador Prime

Quadras de squash, golfe, piscina com raia semiolímpica e centro de academia são algumas das opções para a prática esportiva.

Preço: a partir de R\$ 242 mil



Horto Bela Vista

Empreendimento oferece três quadras esportivas, três piscinas com raia, uma piscina para prática de esportes, uma quadra de tênis e três áreas de fitness, sendo duas na área externa.

Preço: a partir de R\$ 230 mil

