

Edição #19 • dezembro 2011

# ehlas

**EHLAS**  
*na neve* **2**  
**JACKSON  
HOLE**

*Nossas meninas  
desbravam a  
"Terra dos Cowboys"*

**KIRTYS MONTENEGRO,**  
*revelação pernambucana do BB*

**POROROCA NA CHINA**  
*Chloé Calmon  
desbrava o Oriente*

**E MAIS:**  
*Circuito Brasileiro Profissional,  
ecologia, beleza...*



# ÍNDICE:

---

Editorial

Viagem ..... *Snowboard na Terra dos Cowboys*

Longboarding ..... *Pororoca na China*

Elas Acontecem ..... *Petrobras nas Ondas e BSP*

Bodyboarding ..... *Kirtys Montenegro*

Comportamento ..... *Beleza Pura*

Ecologia ..... *Costão Rochoso*



Foto: Pedro Weinschenck

# EDITORIAL

Por Brigitte Mayer

**M**ais um ano chega ao fim e a última edição de 2011 traz para vocês muita adrenalina — EHLAS se aventurou em dois continentes completamente adversos.

De um lado, fomos para o Wyoming, nos Estados Unidos, terra dos antigos (e novos) cowboys americanos, onde um time de “boardgirls” desbravou Jackson Hole, considerada uma das estações mais “challenging” devido ao alto grau de dificuldade das suas pistas. Além de estenderam seus limites nas desafiadoras pistas, as meninas conheceram um lugar que recebe seus visitantes com muito calor, apesar das baixas temperaturas durante todo o inverno.

Do outro lado do mundo, o desafio foi domar a “Silver Dragon”, pororoca que quebra no rio Qiatang, na cidade de Hangzhou, na China. A longboarder Chloé Calmon não só se arriscou ao enfrentar uma onda de rio como desbravou as peculiaridades de um país com uma cultura bastante diferente da nossa.

E se não é o destino final, mas a aventura, que nos move, desejamos a todos que sempre estiveram conosco um Feliz Natal e que 2012 chegue cheio de novos destinos e muita, muita aventura!

Boas ondas e boas vibes, sempre!



*Além do kite, wake, surfe, a multiboard girl Marcela Witt domina também o snowboard. Sempre à vontade e com muito estilo em uma das muitas pistas pretas da Jackson Hole.*

*Foto: Pedro Weinschenck*



**HORÁRIOS,  
ROTINA,  
PRESSÃO,  
ESTRESSE.**

**SURFE  
É UM DESAFIO  
IGUAL  
A QUALQUER  
PROFISSÃO.**



**PETROBRAS  
NAS ONDAS**

**BR PETROBRAS**

O DESAFIO É A NOSSA ENERGIA

Ministério de  
Minas e Energia

**BRASIL**  
TUDO MUDO E PAÍS SEM FOMEÇA

PETROBRASNASONDAS.COM-BR

PETROBRAS. PATROCINADORA DO SURFE BRASILEIRO DESDE 2002.

*Em breve,  
a segunda temporada:  
Jackson Hole*

*Não percam os websódios da primeira  
temporada em Park City na Ehlas TV...*

Assista ao vídeo no acesso online





# Quem faz ehlas



**MONIKA MAYER**  
Designer  
[monika@ehlas.com.br](mailto:monika@ehlas.com.br)



**LUIZ FLAVIO**  
TI Designer  
[pov@pov.com.br](mailto:pov@pov.com.br)



**ROBERTA BORGES**  
Editora e fotógrafa  
[roberta@ehlas.com.br](mailto:roberta@ehlas.com.br)



**RICARDO LARGMAN**  
Editor de textos  
[kiko@ehlas.com.br](mailto:kiko@ehlas.com.br)



**BRIGITTE MAYER**  
Editora  
[brigitte@ehlas.com.br](mailto:brigitte@ehlas.com.br)



**CLAUDIA GONÇALVES**  
Editora  
[claudia@ehlas.com.br](mailto:claudia@ehlas.com.br)

# Colaboradores ehlás

Artigos assinados não representam necessariamente a opinião da revista.



FABIO FANTAUZZI

Solari Filmes

[www.solari.net.br](http://www.solari.net.br)

[fantauzzireis@hotmail.com](mailto:fantauzzireis@hotmail.com)



CLAUDIA FRANCO

Mulheres pedalando  
pela auto-estima

[ciclofemini@ciclofemini.com.br](mailto:ciclofemini@ciclofemini.com.br)

[www.ciclofemini.com.br](http://www.ciclofemini.com.br)



RICK WERNECK

Fotógrafo

[rickwerneck@wnetrj.com.br](mailto:rickwerneck@wnetrj.com.br)



ANA CAROLINA CECCARELLI

Bióloga e Surfista

[anacecca@hotmail.com](mailto:anacecca@hotmail.com)

## COLABORADOROR DE FOTO:

FABIO MINDUIM/BRASIL 1

Minduin [minduimfoto@yahoo.com.br](mailto:minduimfoto@yahoo.com.br)

<http://fabiominduim.com.br/>



SORAIA ROCHA,  
ROBERTA MILAZZO E  
RENATA CAVALLEIRO

Bodyboarders

[www.garotasbodyboarders.com.br](http://www.garotasbodyboarders.com.br)



PEDRO WEINSCHENCK

Fotógrafo

[pedro.weinschenck@gmail.com](mailto:pedro.weinschenck@gmail.com)





**SUL SPORTS<sup>®</sup>**

**8 ANOS CONTANDO A HISTÓRIA  
DO ESPORTE GAÚCHO!**

**PROGRAME-SE PARA ESQUIAR EM 2012  
COM A TURMA DA SUL SPORTS!**

**O DESTINO?**

**AONDE A NEVE ESTIVER!**

Mais informações através do e-mail: [sulsports@sulsports.com.br](mailto:sulsports@sulsports.com.br)



**O CICLOFEMINI É UM CONCEITO DE VIDA QUE TEM COMO OBJETIVO INSPIRAR E MOTIVAR AS MULHERES PARA OBTEREM UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DA PRÁTICA ESPORTIVA, CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL E DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL, TENDO COMO BASE O USO DA BICICLETA.**



<http://www.youtube.com/watch?v=jYWWi0l6TeA&feature=youtu.be>



**PALESTRAS, WORKSHOPS, CURSOS, EVENTOS E PASSEIOS CICLÍSTICOS FOCADOS NO DESENVOLVIMENTO FÍSICO, EMOCIONAL E PSICOLÓGICO DA MULHER.**

**CURSOS\_\_\_\_\_**

- .PEDAL APRENDIZ**
- .MECÂNICA BÁSICA DE BIKE**
- .PEDAL URBANO**
- .MOUNTAIN BIKE BÁSICO**
- .MOUNTAIN BIKE AVANÇADO**



**WWW.CICLOFEMINI.COM.BR**  
**CICLOFEMINI@CICLOFEMINI.COM.BR**

# JACKSON HOLE

HOWDY  
STRANGER  
YONDER IS  
JACKSON HOLE  
THE LAST OF THE OLD WEST



JACKSON PASS ELEVATION 8431 FEET



VIAGEM

## SNOWBOARD NA

# "Terra dos Cowboys"

Por Teca Lobato; Fotos: Pedro Weinschenck

O estado do Wyoming é conhecido, nos Estados Unidos, como o menos habitado do país. Também é chamado de a "Terra dos Cowboys", que mantém viva a cultura country com algumas das paisagens mais belas do mundo. Estes já seriam motivos suficientes para me deixar curiosa e querer muito conhecer o lugar, mas essa vontade existe há mais tempo: faz parte da minha história. E os motivos vão muito além da beleza e cultura locais.

Vem do Oeste norte-americano algumas das mais importantes

histórias sobre a resistência indígena diante da luta pela ocupação no país. Histórias sobre as quais eu sempre li, de batalhas memoráveis, e que tinham como cenário as Montanhas Rochosas, particularmente os estados de Montana e, claro, do Wyoming. Chegar lá era apenas uma questão de tempo. Ou oportunidade.

Além de ser fascinada pela cultura indígena, ando de wakeboard e skate há vários anos e tinha um sonho antigo de descer uma montanha de



Teca Lobato

# JACKSON HOLE



Claudinha e Marcela se preparando para mais uma descida nas pistas de Jackson Hole Mountain Resort

snowboard. Agora, imagine envolver tudo isso em uma só trip? Ainda por cima, com mulheres de outros esportes de prancha sobre as quais eu tanto ouvia falar: Cláudia Gonçalves, Brigitte Mayer e Marcela Witt. Demais!

Com esse time de peso, partimos para esse distante estado americano com muita expectativa; a estação de Teton Village, em Jackson Hole, seria o destino. De todas as histórias que eu ouvia sobre esta estação, uma me preocupava em particular. Um amigo me alertou sobre o alto nível técnico dos moradores do local, e não era para menos: do avião, era possível ver que a inclinação e a beleza das montanhas de Jackson impunham enorme respeito.

## PARA BAIXO, TODO SANTO AJUDA

O entrosamento com todas as meninas da trip foi imediato – isso, aliás, já não me preocupava desde o início. Raro é não se dar bem com pessoas que compartilham dos mesmos interesses e levam isso para a vida. Eu já conhecia a

# JACKSON HOLE



Teca Lobato, Cláudia Gonçalves e  
Marcela Witt: diversão garantida

kitesurfer e wakeboarder Marcela Witt, e tinha a mesma impressão de familiaridade com Brigitte Mayer e Cláudia Gonçalves.

O problema agora era encarar as pirâmides de Jackson que eu avistava do aconchegante e quentinho apartamento... Partimos para nosso primeiro dia e um aviso que li chamava atenção para um enorme "Warning", advertindo os iniciantes e também os mais experientes: "Essa montanha é diferente de tudo o que você já viu."

# JACKSON HOLE



Teca Lobato é tricampeã brasileira de wakeboard. Na neve, ela começou do zero: dois dias de aula foram suficientes para ela pegar o jeito

Por essas e outras, decidi fazer a minha primeira aula. Fabio Fantauzzi, responsável pela filmagem, e Pedro Weinscheck, fotógrafo, mostraram que estavam bem preparados para captar as melhores imagens, e “quebravam” no snow, levando ao limite as descidas. Não preciso nem dizer que foram direto para o lift mais próximo.

Mas ouvir os chamados das meninas, passando por cima da minha cabeça enquanto pegavam o lift, fez com que eu me dedicasse ao máximo: posso afirmar que essa foi a aula em que mais prestei atenção na vida. Não via a hora de me juntar à trupe e pegar o tão temido lift. E o esperado aconteceu, já no fim do dia.



# JACKSON HOLE



Marcelinha jogando neve para o alto



Para chegar no topo da montanha, os lifts são o meio de transporte. No trajeto o visual é estonteante

## UMA SEMANA, LIMITES ESTENDIDOS

No segundo dia, a primeira descida junto com as meninas: para minha surpresa, partimos para uma pista azul e, mesmo com muito medo, não me matei. Fiquei muito feliz de conseguir descer, picada pelo mosquitinho do snow. A vista do alto da montanha era linda e, depois de admirá-la, poder descer a montanha faz do snowboard um dos melhores esportes do mundo.

Ter estendido meus limites e encarado a pista azul só aconteceu por estar nesta trip com Ehlas! Mesmo em sua segunda temporada, Brigitte e Claudinha já mostravam um nível muito alto, e Marcela, em sua terceira temporada, estava sempre puxando as outras. Isso me deu uma pilha extra que provavelmente eu não teria em uma trip com outras pessoas.

**JACKSON  
HOLE**



Impossível não ficar hipnotizada pelo visual durante as descidas.  
Marcelinha focada

# JACKSON HOLE

No cume mais alto da estação Jackson Hole, Teca, Claudia, Marcela e Brigitte prontas para a maior aventura da viagem: descer a pista "Rendezvous Bowl", a 3.185 metros de altura



# JACKSON HOLE

Comemoração ao chegar na base da montanha depois de mais uma descida cheia de adrenalina



# JACKSON HOLE



Claudia Gonçalves, à vontade na sua segunda temporada na neve

# JACKSON HOLE



As meninas confraternizando com os músicos da banda One Ton Pig

Durante a noite, os poucos bares de Jackson ofereciam música ao vivo de qualidade, e, mesmo com o corpo cansado, marcávamos presença. Como é raro achar um brasileiro discreto, deixávamos um “rastro de caos” por onde quer que passássemos. Seja no bar de estrada, nos restaurantes ou na casa dos moradores locais.

E na terra dos cowboys, como não poderíamos deixar de assistir a um tradicional show de country music, fomos prestigiar a banda local de country music One Ton Pig no restaurante The Q Roadhouse.

# JACKSON HOLE

Claudinha curtindo uma das pistas exclusivas para manobras freestyle. O Freeriding & Terrain Park oferece diversos obstáculos para a galera se divertir

Nos dias restantes, várias metas cumpridas. Entre elas, descer a temida "Rendezvous Bowl", a maior e mais íngreme pista de Jackson. Para concluir o desafio, contamos com a ajuda de duas brasileiras que nos ajudaram a escolher os melhores caminhos, Isis Dassow e Joana Lau. As duas, que moram em Jackson, trabalham em uma loja de aluguel de artigos esportivos; era lá nosso ponto de encontro diário.



# JACKSON HOLE

Em sua primeira temporada de snowboard, Teca Lobato mostrou ser uma verdadeira "board girl". Com muita atitude, botou para baixo do cume mais alto



Na véspera de nossa volta para a casa, um presente: nevou muito durante a noite e marcamos uma última descida fora do resort e das pistas delimitadas. Com ajuda do Mike (marido da Joana), não pegamos o lift e, a pé, carregando as pranchas, subimos para as melhores descidas da trip na minha modesta opinião.

# JACKSON HOLE



# JACKSON HOLE

A sensação de descer na neve "powder" foi uma das melhores que já experimentei com uma prancha em toda a minha vida. Como se não bastasse, tive a oportunidade de compartilhar experiências com meninas de outros esportes e conhecer um dos lugares mais bonitos do mundo – única e exclusivamente para andar de snowboard. Foi e tenho certeza de que continuará sendo uma das melhores viagens da minha vida, e vai ser, sempre, parte daquelas histórias que vou contar sobre pessoas e lugares mais impressionantes que já conheci.

Teca mandou rapidamente as primeiras manobras de snowboard

# JACKSON HOLE



Qualquer coisa é motivo de diversão para Marcela Witt. Acostumada com as acrobacias de circo, ela cursou por anos a Escola Nacional de Circo. As barras do ônibus foram a diversão do momento

**JACKSON  
HOLE**



Marcelinha e Claudinha  
confraternizando com os  
cavalos que nos levaram  
para ver os cervos no  
Elk Refuge Park

# JACKSON HOLE

Cenário "meio-oeste" de Jackson Hole



**JACKSON  
HOLE**



Marcelinha sempre em busca de caminhos alternativos na montanha

**JACKSON  
HOLE**

Velocidade montanha abaixo



ehles

# JACKSON HOLE

Marcela desbravando as várias  
pistas das montanhas de JH



**JACKSON  
HOLE**



Neve não faltou em nossa estadia em Jackson Hole. Teca Lobato curtindo a água em seu estado sólido

**JACKSON  
HOLE**

Claudia colorindo o branco da neve



JACKSON HOLE &  
GREATER YELLOWSTONE  
**VISITOR CENTER**  
NATIONAL PARKS & FORESTS • ELK REFUGE

Open Daily 9 am - 5 pm

**ELK REFUGE SLEIGH RIDE  
TICKETS SOLD HERE**

# JACKSON HOLE



No término das pistas, os condomínios de Teton Village dão um ar bucólico ao lugar

# JACKSON HOLE

História do ski nas montanhas de Jackson Hole retratada nas paredes do Corbet's Cabin



**JACKSON  
HOLE**



Claudinha Gonçalves rasgando a neve de JH

# JACKSON HOLE



As brasileiras Isis (esquerda) e Joana (direita) encontraram nas montanhas uma forma de conciliar prazer e trabalho. Durante a nossa estadia, elas nos mostraram o que há de melhor na cidade e nas pistas de Jackson Hole

# JACKSON HOLE



O visual do topo da  
Rendezvous Mountain  
é de tirar o fôlego

# JACKSON HOLE



Teca já à vontade na neve.  
Country style da galera local



Modelos de ski de várias épocas  
expostos no Corbet's Cabin, que fica  
no pico mais alto do Jackson Hole  
Mountain Resort

# JACKSON HOLE

Uma pausa para um  
waffle antes de descer  
a pista preta mais  
desafiadora de JH



# JACKSON HOLE

Subir até o topo da "Rendezvous Mountain" e comer um waffle com brown sugar ou Nutella no Corbet's Cabin é passeio obrigatório mesmo para aqueles que não se aventuram descer o cume mais alto da montanha



**JACKSON  
HOLE**

# Crianças e Caretas

Ski e snowboard, esporte para todas as idades



# JACKSON HOLE



# JACKSON HOLE

Muffin para recompor as energias! Marcelinha se deliciando



# JACKSON HOLE



Brigitte Mayer buscando a cada temporada estender os limites

# JACKSON HOLE



Jackson Hole oferece pistas exclusivas para a prática do freestyle. Claudinha voando na neve

# JACKSON HOLE



Mais um dia de condições perfeitas  
para o snowboard

# JACKSON HOLE

A fissura para fazer snowboard era tanta que nos levou a achar uma pista noturna nos arredores da cidade



**JACKSON  
HOLE**

Teca curtindo a noite em cima do snowboard



ehles

# JACKSON HOLE



Claudinha não se importou com a temperatura de aproximadamente 25°C negativos e fez uma pausa na "praia" de neve

# JACKSON HOLE



Marcelinha colocando em prática toda a habilidade que tem sobre as mais diversas pranchas . Voar com o kite e o wakeboard é uma constante porque não seria em cima de um snowboard?

# JACKSON HOLE

Teca foi picada pelo mosquitinho do snowboard



**JACKSON  
HOLE**



Quando o Sol aparece, o brilho na montanha é indescritível

# JACKSON HOLE



**Pedro Weinschenck, além de ser um grande fotógrafo, manda muito bem na neve. Chegou inclusive a competir no Circuito Brasileiro de Snowboard**

# JACKSON HOLE



Fazer snowboard segurando uma câmera desse tamanho não é para qualquer um. Fabio Fantauzzi sempre em busca de ângulos inovadores

# JACKSON HOLE



“Nada que um bom dia na neve não cure”. Brigitte é só sorriso após encontrar condições perfeitas para o EHLAS na Neve, Jackson Hole

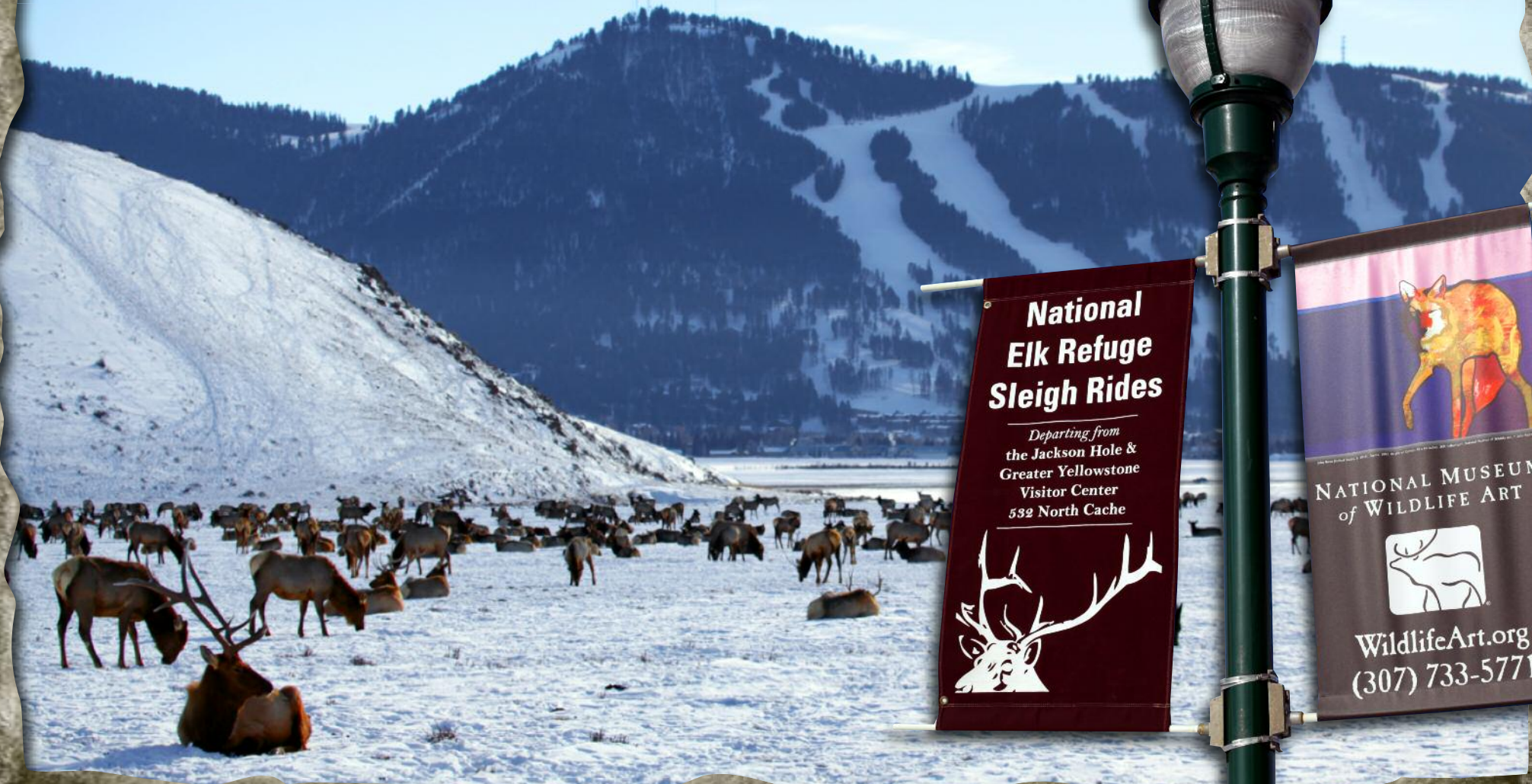
# JACKSON HOLE



Durante o inverno,  
milhares de cervos  
acham refúgio no  
National Elk Refuge

# JACKSON HOLE

O refúgio fica entre as montanhas do Grand Teton National Park e a cidade de Jackson.  
Em uma área de 101 km<sup>2</sup>, os cervos encontram alimento e proteção



## National Elk Refuge Sleigh Rides

*Departing from  
the Jackson Hole &  
Greater Yellowstone  
Visitor Center  
532 North Cache*



NATIONAL MUSEUM  
of WILDLIFE ART



WildlifeArt.org  
(307) 733-5771

# JACKSON HOLE

Somente os cervos machos possuem chifres, que podem chegar a medir 1,20 metro e pesar até 18 kg



**JACKSON  
HOLE**

Ensaio Fotográfico:



**JACKSON  
HOLE**



Teca Bobato

@hles

**JACKSON  
HOLE**

*Marcela Witt*



**JACKSON  
HOLE**

*Claudia Gonçalves*

# JACKSON HOLE



AA.com

## Como chegar:

- American Airlines tem vôos diários para Dallas com conexões para Jackson Hole em Wyoming.  
[www.aa.com.br](http://www.aa.com.br)

- A American Airlines SkiClub oferece com descontos entre 30% e 40% pacotes com o essencial de um de viagem para as montanhas nevadas dos EUA.  
Inclui: passagem aérea em classe econômica, sete noites de hospedagem, seis dias de ski-lift, uma semana de aluguel de carro 4x4 com seguro, seguro-viagem, tarifas especiais para telefonemas internacionais.  
[www.aaskiclub.com.br](http://www.aaskiclub.com.br)



## Onde ficar:

- Jackson Hole Resort Lodging  
[www.jhrl.com](http://www.jhrl.com)

## Estação:

- Jackson Hole Mountain Resort  
[www.jacksonhole.com](http://www.jacksonhole.com)

## Temporada 2011/2012:

- 04 de novembro de 2011 a 15 de abril de 2012

## Aluguel de Equipamento:

- Jackson Hole Sports Ski Shop - Ski and Snow Equipment Rentals  
[www.jacksonhole.com/plan-buy/shopping/jh-sports-ski-shop.html](http://www.jacksonhole.com/plan-buy/shopping/jh-sports-ski-shop.html)

## Bares e Restaurantes:

- COULOIR RESTAURANT AND BAR  
[www.jacksonhole.com/plan-buy/dining/couloir.html](http://www.jacksonhole.com/plan-buy/dining/couloir.html)
- CORBETS CABIN  
[www.jacksonhole.com/plan-buy/dining.html](http://www.jacksonhole.com/plan-buy/dining.html)
- Q ROADHOUSE  
[www.qjacksonhole.com](http://www.qjacksonhole.com)
- MANGY MOOSE SALOON  
[www.milliondollarcowboybar.com](http://www.milliondollarcowboybar.com)
- THE SNAKE RIVER BREWING & RESTAURANT  
[www.snakeriverbrewing.com](http://www.snakeriverbrewing.com)
- MILLION DOLLAR COWBOY BAR  
[www.milliondollarcowboybar.com](http://www.milliondollarcowboybar.com)
- THE STAGECOACH BAR  
5755 W Hwy 22 - Wilson  
Phone: 307-733-4407

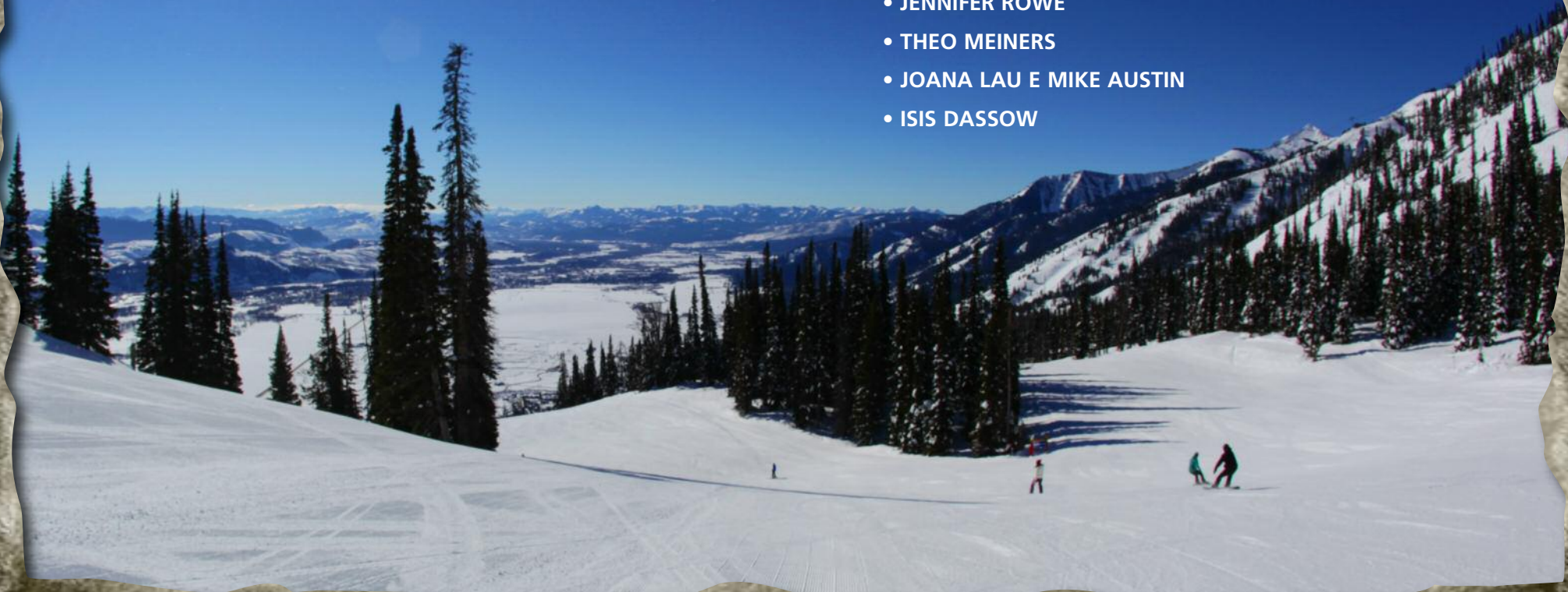


## Outras atividades:

- ELK REFUGE SLEIGH RIDES  
[www.fws.gov/nationalelkrefuge/NERSleighRides.htm](http://www.fws.gov/nationalelkrefuge/NERSleighRides.htm)
- YELLOWSTONE NATIONAL PARK  
[www.nps.gov/yell/index.htm](http://www.nps.gov/yell/index.htm)

## Agradecimentos Especiais:

- MARCIO OLIVEIRA
- JULIE CALDER
- ZAHAN BILLIMORIA
- AMY EARLY
- JENNIFER ROWE
- THEO MEINERS
- JOANA LAU E MIKE AUSTIN
- ISIS DASSOW



# JACKSON HOLE



# JACKSON HOLE





# POROROCA

*"made in China"*





LONGBOARDING

## POROROCA

### “made in China”

*Por Chloé Calmon; Fotos: Wabsono/Nick Taylor*

**E**u nunca tinha surfado uma pororoca na minha vida...

Minha primeira vez surfando uma onda num rio foi agora, na Silver Dragon, que quebra no Rio Qiatang, dentro da cidade de Hangzhou, na China. Eu também nunca tinha imaginado que surfar uma pororoca fosse tão emocionante. E perfeito!

Foi maravilhoso. Só me dei conta mesmo do que estava fazendo no primeiro dia de surfe, quando estávamos debaixo da ponte, no meio daquele rio enorme, esperando a onda chegar. Sua chegada estava marcada para as 13:30 e na hora avistei aquela linha de espuma branca: a parede

perfeita se formando para os dois lados, com dois a três metros de face. Não sabia se ria ou se chorava.

Surfei a onda mais longa da minha vida. Fiquei seis minutos surfando sem parar, e minha perna queimava! Eu executava cinco manobras e descansava um pouco, depois voltava e manobrava mais, e descansava... Ficamos mais de duas horas surfando a mesma onda: quando caíamos, ou perdíamos a sessão boa, os jet skis estavam de prontidão para nos pegar e nos colocar na melhor sessão da onda de novo. Escolhíamos para qual lado iríamos: esquerda, depois direita, esquerda de novo, direita de novo...

A auxílio do jet ski era – e foi – essencial. Mas como eu nunca tinha andado de jet antes, o Serginho Laus me deu uma aula e uns toques, por exemplo, de como fazer para pular do jet ski para entrar na onda. Achei que fosse me enrolar e achar difícil, mas entrei na primeira onda sem problemas. Lógico que depois eu ia pegando mais a manha de saltar, e tive mais uns toques dos outros surfistas para sempre ficar na sessão, com mais pressão da onda, pois ela podia encher rápido e eu, perdê-la.

Logo na minha primeira onda pude sentir a perfeição da onda. Era tão lisa que víamos nosso reflexo na água. Era “hang five”, “cutback”, “hang five”, e trocava de lado. “Hang ten”, batida, “cutback”, e voltava para o outro lado... Literalmente, uma pista para treinar todo tipo de manobra.

Quando alguém fala algo para você sobre como é a onda da pororoca, o quanto ela é perfeita, quanto é longa, saiba que ela é tudo isso. E muito mais!





Além de surfar uma onda incrivelmente perfeita, conheci um país totalmente diferente, com uma cultura que revela várias peculiaridades. Vai ficar na minha memória para sempre.

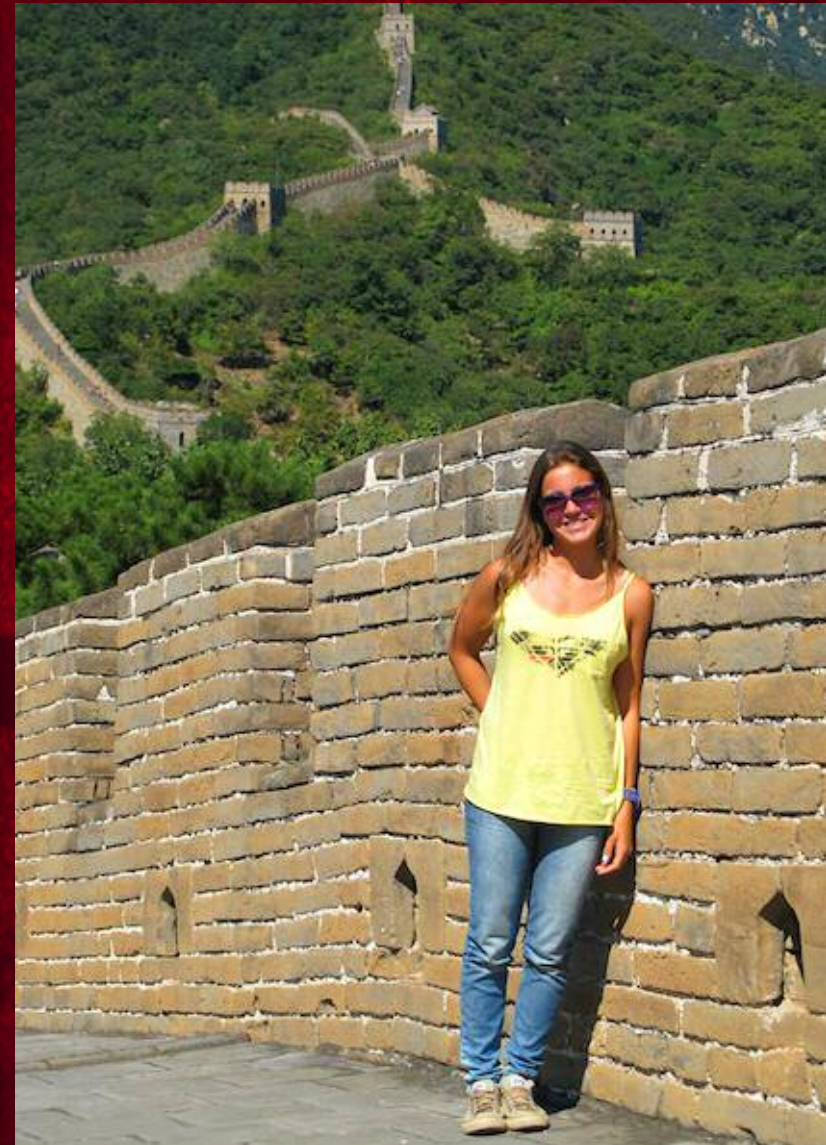
Como estávamos por conta da organização do evento e do governo chinês, tivemos que experimentar a comida chinesa. No final, eu me perguntava qual tinha sido minha maior aventura: surfar no rio no meio de uma cidade grande, ou comer camarão-vivo, escorpião e cigarra! Sim: camarão-vivo! Veio em um prato e os bichinhos ficavam pulando para a mesa... Era difícil para capturá-los!

Em Beijing, fomos em uma rua de comércio local, com produtos e comida de lá. O Pato e o Serginho botaram pilha para experimentar o tal do escorpião, que vinha no palito. Mas, por incrível que pareça, era bom – bem crocante e com gosto de batata frita. Depois, fui dar a ideia de experimentar a cigarra



no palito, que eu não recomendo. Pelo menos, não era boa como o escorpião!

Mas o que mais me chamou a atenção foi a cultura chinesa, muito diferente da nossa. Acho que temos muito o que aprender com eles – e eles conosco. A cada esquina nos deparávamos com vários arranha-céus espelhados e construções superavanzadas, além de templos religiosos com muita história. Esse choque entre o passado e o futuro, o antigo e o novo, era muito legal. Não resta dúvida: a China é uma superpotência mundial e um país com uma cultura milenar.







Fotos: Rick Werneck

**PETROBRAS  
NAS ONDAS**

**GUARUJÁ-SP . ARPOADOR-RJ**

GUARUJÁ



JULIANA QUINT

GUARUJÁ



NATALIE PAOLA

GUARUJÁ



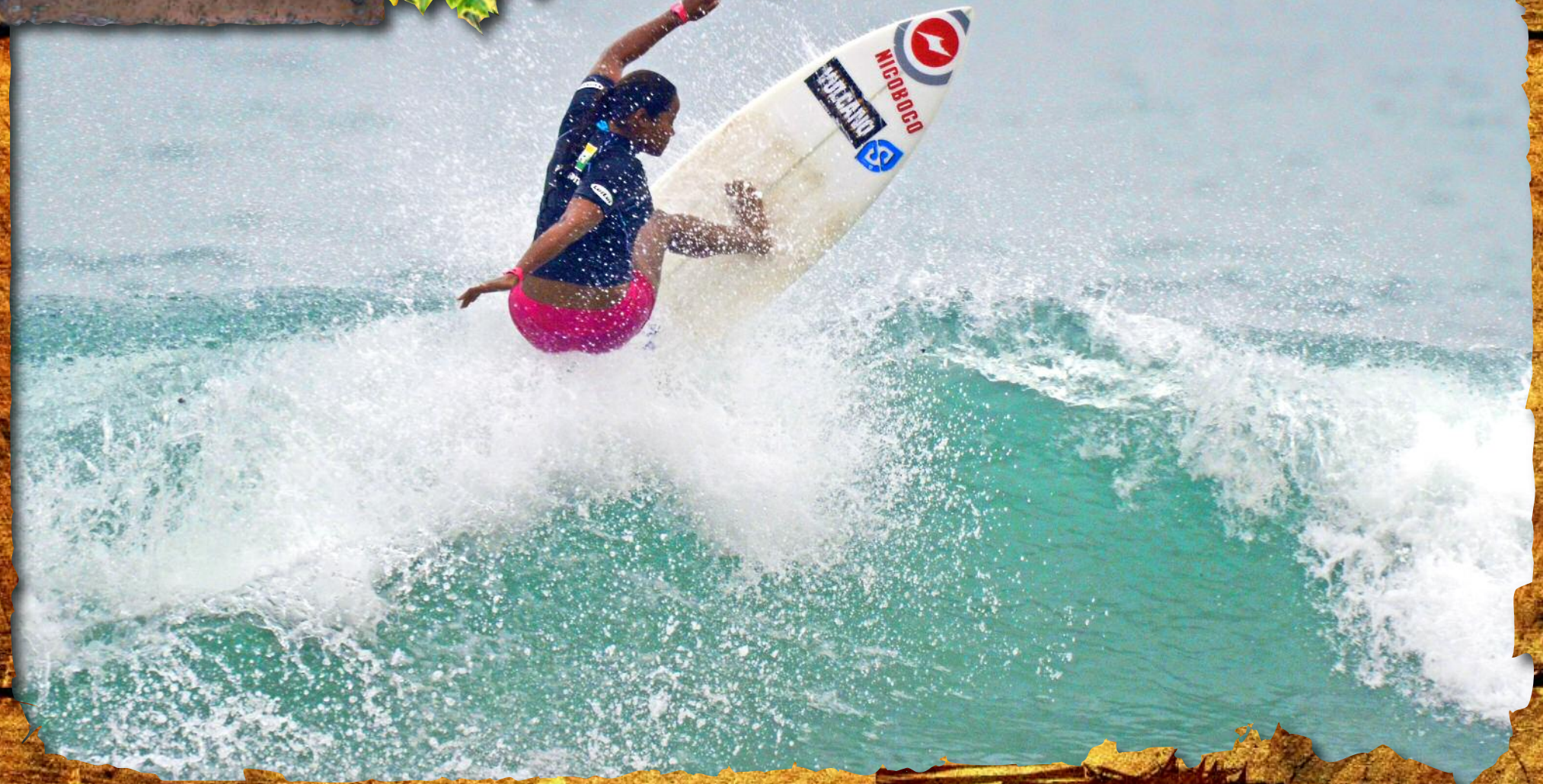
KAROL RIBEIRO

GUARUJÁ



DIANA CRISTINA

GUARUJÁ



SUELEN NARAISA

GUARUJÁ



CLAUDIA GONÇALVES

GUARUJÁ



SUSÃ LEAL

ehles

GUARUJÁ



MARINA WERNECK

GUARUJÁ



SANDRA MARIA

GUARUJÁ



JESSICA BIANCA

ARPOADOR



RIO DE JANEIRO

ARPOADOR



JULIANA MENEGHEL

achiles

ARPOADOR



BRUNA QUEIROZ

ARPOADOR



CHANTALLA FURLANETTO

ARPOADOR



NATALIE MARTINS

ARPOADOR



MONIK SANTOS

ehles

ARPOADOR



DIANA CRISTINA

ARPOADOR



CAMILA CASSIA

ARPOADOR



TAIS ALMEIDA

ehles

ARPOADOR



LUANA COUTINHO

ehles

ARPOADOR



GABRIELA TEIXEIRA

ARPOADOR



CAROL FERNANDES

ARPOADOR



WENDY GUIMARÃES

ARPOADOR



LARISSA DOS SANTOS

ehles



Andrea Lopes passando seus conhecimentos para a campeã mundial de remo, Fabiana Beltrame



Oficina de customização de roupas



Exibição de levantamento de peso

ARPOADOR

Cinema na praia com a exibição do filme "Rio"



Exibição de esgrima



Oficina de remo para as atletas

RIO DE JANEIRO  
ESTADO DA BAHIA  
SÃO PAULO

# Brasil Surf PRO

CIRCUITO BRASILEIRO DE SURFE

FOTOS: MINDUIM

Claudia Gonçalves



**Brasil**  
**Surf PRO**

CIRCUITO BRASILEIRO DE SURFE

ESTADOS UNIDOS



Diana Cristina

Gabriela Teixeira



**Monik Santos**





# BARRA DA TIJUCA RIO DE JANEIRO



Suelen Naraisa

**Brasil**  
**Surf PRO**  
CIRCUITO BRASILEIRO DE SURFE

Tais Almeida



**Brasil**  
**Surf PRO**  
CIRCUITO BRASILEIRO DE SURFE

# BARRADA A TRUÇÃ RIO DE JANEIRO



Juliana Quint

Natalie Martins





Kirtys na 1ª etapa do brasileiro em Búzios



BODYBOARDING

## KIRTYS MONTENEGRO

# A nova geração do BB

Por Renata Cavalleiro e Roberta Milazzo

Com apenas 16 anos, ela já foi bicampeã brasileira amadora e é bicampeã do evento Noronha Ambiental (que aconteceu duas vezes em Fernando de Noronha, em 2010 e 2011). De quem estamos falando? Da pernambucana Kirtys Montenegro, grande atleta da nova safra do bodyboarding do País.

Kirtys começou cedo, aos nove anos de idade. Com o apoio do irmão Diego e da atleta Luíza Rosa, a pequena foi se apaixonando pelo esporte e, em 2007, com 12 anos, começou a disputar alguns campeonatos. Os bons resultados e a vontade

de seguir em frente num esporte tão gostoso de se praticar transformaram Kirtys em uma das principais atletas da nova geração. Quando perguntamos se faz alguma rotina específica de treino, ela responde, com modéstia: "Faço, mas nada especial. Eu só acordo cedo para treinar, na parte da tarde eu estudo e, de noite, faço academia para melhorar a resistência." Vamos conhecer um pouco mais dessa pernambucana gente boa!

Quem são seus ídolos no bodyboarding? Já competiu com alguma destas atletas? Qual foi a sensação?



Foto: Arq. Pessoal Kirtys Montenegro

Mandando um rolo...

Isabela Sousa e Neymara Carvalho. Sim, já competi várias vezes com a Isabela. Minha sorte é “tão grande” que eu praticamente só caio com ela nas baterias... A sensação é de mais um sonho realizado, e vontade de crescer mais.

**Tem alguma atleta em especial com quem você gostaria de cair em uma bateria, mas que até hoje nunca caiu?**

Sim, a Neymara Carvalho. Ela é uma das bodyboarders que eu mais admiro.

*Detalhe: esta pergunta foi respondida no início de outubro. No dia 20, primeiro dia de disputas da 4ª etapa do Circuito Brasileiro, em Ipanema, Rio de Janeiro, Kirtys enfrentou Neymara em sua bateria da primeira fase... e ganhou dela!*


**Sua mãe está sempre presente nas competições. Como sua família vê o esporte?**

Eu tenho que agradecer a Deus por ter uma família como a minha – eles me incentivam

muito. Quando perco, eles me dão força; quando estou precisando de dinheiro para viajar, a família se reúne e me ajuda. Principalmente a minha mãe: quando eu perco as esperanças de ir para um campeonato, ela faz de tudo para que eu vá, e consegue me convencer. E ainda vai junto para torcer por mim. Minha mãe é demais! Além disso, ela incentiva outras mães para acompanharem os seus filhos (atletas), olha que legal. Agradeço muito: minha família é meu incentivo e minha força.

**Já passou por algum perrengue durante uma competição?**

Sim, foi lá em Noronha. Eu e a Patrícia Setubal. A gente ia cair na mesma bateria. Só sei que, de repente, deu uma dor de barriga nas duas, e na praia não tinha banheiro. O jeito era “descarregar” no mato... Só que a Patrícia me avisou antes: “Kirtys, cuidado com as urtigas, aqui tem muito”. Mas eu esqueci desse conselho, além de não saber o que era urtiga. Bem,



No início da sua carreira, com 9 anos...

Foto: Arq. Pessoal Kirtys Montenegro

Final de um drop...



Foto: Pepe Silva/Arq. Pessoal | Kirtys Montenegro

eu me ferrei. Corri até a Patrícia e falei: "E agora? Esqueci que aqui tinha urtiga!" E ela falou: "Vai tomar um banho no mar para ver se melhora". Mas acabou é piorando. E a nossa bateria era a próxima... Aí, corri de novo até ela e pedi que arranjasse água doce urgente, que "a coisa estava braba". Felizmente, não sei como, ela conseguiu a água, e aí melhorou na mesma hora. Logo depois, a gente caiu na bateria, e eu passei! Patrícia foi a minha super-heroína.

**Qual a onda que você mais tem vontade de conhecer? Por quê?**

Vi um vídeo de Itacoatiara, em Niterói, Rio de Janeiro, e me encantei. Pelo que sei dos meu amigos que já surfaram lá, deve ser show!

**Bicampeã em Noronha: o que essas vitórias significaram para você? Você costuma treinar muito lá?**



Finalizando um 360°...







Foto: Pepe Silva/Arq. Pessoal Kirtys Montenegro



Eu nunca poderia imaginar seria dona de títulos como esses, logo em Noronha! Para mim, foi uma surpresa, porque eu competi com meninas profissionais de alto nível, e eu não estava acreditando que chegaria lá. Agradeço a Deus, foi graças a Ele que eu consegui esses títulos e muitos outros. Eu não costumo treinar lá, só mesmo quando tem campeonato.

**Você foi campeã amadora em 2009 com apenas 14 anos, e novamente agora em 2011, com 16. Você já faz planos para se profissionalizar? Ou prefere esperar um pouco mais?**

Bem, eu penso muito no meu futuro. Faço planos para me profissionalizar, sim, mas não agora, por falta de patrocínio. Por enquanto, continuo sendo amadora em busca de vários títulos.

**O que achou do fim da categoria amadora no Circuito Brasileiro?**

Não gostei. Para mim, a categoria amadora é amadora, e profissional é profissional. Separadas. Muitas amadoras deixaram de competir o Circuito Brasileiro por “medo” de competir com as profissionais. Isso desestimulou muitas atletas iniciantes e amadoras a seguirem adiante, a competir no brasileiro. Por isso é que o bodyboard feminino é fraco; eu não vejo incentivo nenhum.

**Há muitos atletas de ponta e também atletas que estão surgindo no esporte que não seguem adiante nas competições por falta de patrocínio. É o seu caso? Que recado você daria para as empresas para que isto mudasse?**

No meu caso, só conto com o “famíliatrocínio”. E o recado que eu dou para as empresas é: “Tudo o que um sonho precisa para se tornar realidade é de alguém que acredite nele. Invistam no futuro, invistam em sonhos”.

**Saindo vitoriosa de mais uma final...**



Fotos: Paipo/Arq. Pessoal | Kirtys Montenegro



Com seu  
primeiro  
troféu de  
campeã  
brasileira...



E em Fernando de  
Noronha

Fotos: Paipo/Arq. Pessoal | Kirtys Montenegro

Beleza Pura



## BELEZA PURA

# Ame-se do jeito que você é

Por Claudia Franco; Fotos: Divulgação

Quase tudo na vida é cíclico, e muitas coisas que são cíclicas também são efêmeras. Nada mais cíclico, efêmero e transitório que a moda.

Assim como na moda, o que consideramos um padrão de beleza hoje não dura para sempre. Lembre-se de que o padrão de beleza é também definido pela indústria da moda. Aquilo que é atraente em uma pessoa logo deixa ser, dependendo da época, da região e da cultura. Então, como podemos definir o que é um padrão de beleza em meio a tantas etnias?

No período renascentista, o bonito era ser gordinha.

Nos anos 1920, a beleza era clássica, representada pelas grandes atrizes do cinema. Na Idade Média, a mulher de quadris largos e ventre avolumado representava a fertilidade. Já nos anos 1960, a modelo Twiggy determinou o padrão esqualido de beleza.

Deixando de lado as modelos e as atrizes de cinema, e focando apenas nas etnias. Como podemos determinar um padrão de beleza se a beleza do ser humano está em sua diversidade, em suas características ímpares – que determinam a sua origem, a sua raça e seus traços individuais, e que lhe conferem algo único e exclusivo?



A mídia e o comércio são os grandes responsáveis por imprimirem em nossas mentes tais padrões. Desde criança somos expostos a imagens, brinquedos, jogos, a uma infinidade de conceitos e crenças definindo cruelmente o que é bonito, o que feio, o que é aceitável ou o que é fora padrão, convenientemente para quem o criou.

O padrão de beleza nada mais é do que uma forma de controle da indústria. Agora, a moda é ser loira; e todas descolorem os cabelos. Agora a moda é usar esmalte azul. Agora a moda é a mulher-fruta, a mulher de coxas grossas e malhadas. Agora a moda é ser magérrima; e todas fazem dietas, tomam compulsivamente formulas mágicas que, por um tempo, sustentam apenas a psique e toda a rede de laboratórios, farmácias, clínicas de estética, médicos etc.

Ao final do ciclo, vem a frustração; ninguém ficou ou permaneceu igual a Twiggy, Gisele Bundchen, Cindy Crawford, Cameron Dias, entre tantas outras.

Quer se livrar deste dogma, desta prisão e injustiça para consigo





*O padrão de beleza  
nada mais é do que  
uma forma de controle  
da indústria*



mesma? A fórmula é a autoaceitação, é o autoperdão e o amor por si própria. Aceite-se, valorize-se, olhe-se de verdade, com compaixão, e coloque em evidência o que você tem de melhor. Invista em seu autoconhecimento e deixe de tentar mudar aquilo que foi definido pelo seu DNA. Invista na prática da gentileza, em ser bacana, admirada por aquilo que você é internamente.

Ouvi de uma pessoa muito amada que não devemos nos preocupar com o que vamos levar deste mundo quando morreremos – afinal, não sabemos se conseguimos de fato levar algo. Ele disse: “Não se preocupe com o que vai levar, e sim com o que você vai deixar neste mundo”. Deixe um legado de alegria, de satisfação e amor pela vida; deixe respeito por você e por todos. Padrão de beleza não existe; é uma criação absurda. Livre-se dela e seja feliz consigo mesma.

**Ame-se do jeitinho que você é.**

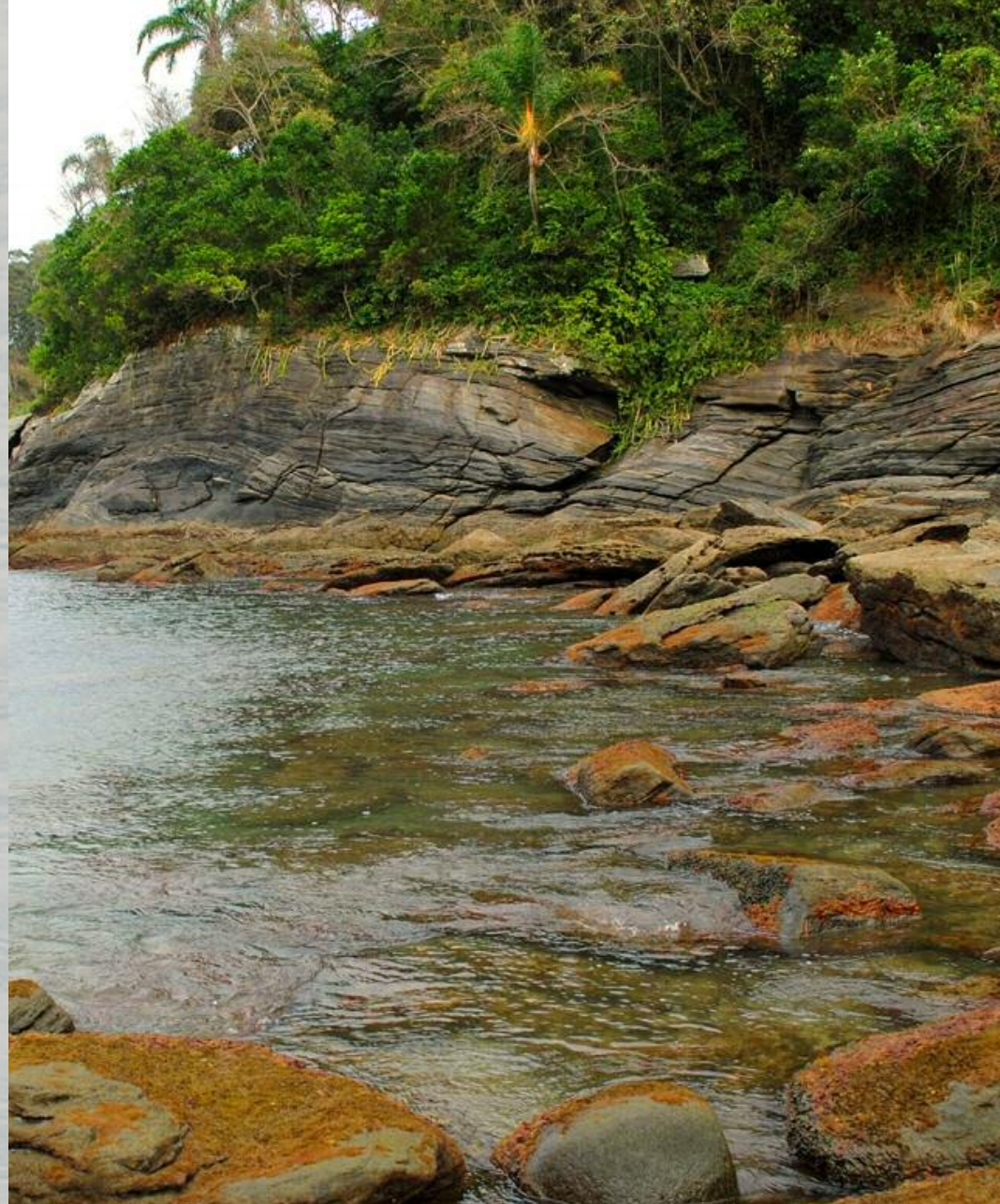
# O COSTÃO

## rochoso

*Por Ana Carolina Ceccarelli*

Os costões rochosos são considerados os mais importantes ecossistemas do planeta por abrigarem um grande número de espécies de importância ecológica e econômica, como mexilhões, ostras, crustáceos, peixes, algas, entre muitos outros. Nestes ambientes, altas quantidades de nutrientes circulam, e servem de base para a sustentabilidade dos organismos ali residentes. Por isso, os costões rochosos são locais de alimentação, crescimento e reprodução de uma enorme diversidade de plantas e animais.

Três regiões são registradas nos costões rochosos. A parte superior, supralitoral, constantemente exposta ao ar, recebe somente alguns borrifos de água do mar. O mediolitoral é a zona de marés; geralmente, é a mais extensa, na qual os organismos toleram a alternância de períodos de total imersão ou emersão na água. E a infralitoral, zona de grande diversidade de espécies; por ser uma das mais estáveis, estando constantemente em imersão, não apresenta grandes variações de temperatura e de salinidade, tendo os organismos





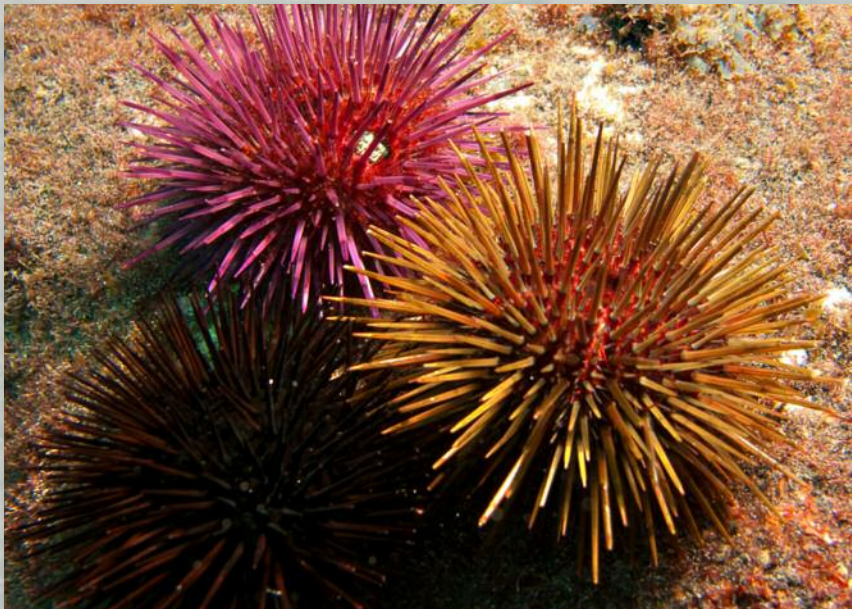


filtradores maior capacidade de sobrevivência.

Para sobreviver a essas mudanças, as algas e os animais apresentam adaptações especiais tanto fisiológicas quanto morfológicas, que lhes permitem superar o estresse causado pelo meio em que vivem – como força das ondas, variação da temperatura, inundação da maré, salinidade, desoxigenação e dessecação. Organismos que não toleram a exposição ao ar se situam nos níveis mais baixos da costa, enquanto os capazes de resistir ao sol são encontrados nos níveis mais altos.

A fixação representa o maior obstáculo à sobrevivência desses organismos. Alguns possuem estruturas de fixação permanente; outros, apenas temporárias. E há ainda aqueles que se adaptam às condições do meio e/ou se protegem das ondas buscando refúgio em





fendas ou reentrâncias da rocha. O pequeno tamanho também é uma estratégia de sucesso neste ambiente, já que diminui o atrito com a água.

Nos últimos anos, inúmeras atividades humanas têm causado forte impacto sobre a saúde e a integridade dos costões rochosos; introdução de espécies exóticas, destruição de habitats, poluição e maricultura desordenada são algumas das mais frequentes e nocivas. Por isso, o controle rigoroso de construções próximas aos costões, da pesca predatória e do esgoto sanitário é essencial – e, contudo, muito raro.



Neste sentido, para uma maior preservação dos organismos que habitam os costões rochosos, é importante a conscientização da população através de programas de educação ambiental e, principalmente, o cumprimento da legislação de proteção, por parte dos



órgãos governamentais municipais, estaduais e federais. Isto, sempre em acordo com a sociedade civil, disponibilizando recursos materiais e humanos necessários, visando a uma garantia da qualidade ambiental de acordo com os anseios do desenvolvimento sustentável.

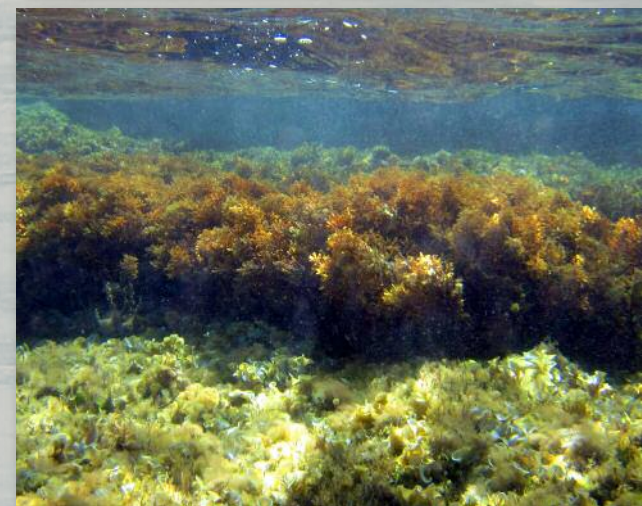




Foto: Pedro Weinschenck

ehlos

---

**SAIDEIRA**

Ups!  
Tinha uma árvore no caminho...  
Se liga, Marcelinha!

*Escreva para Ehlas.  
Seja uma d'Ehlas,  
conte suas aventuras,  
mande suas fotos  
e experiências.*

**EM QUALQUER HORA,  
TEMPO E MAR**

**ehlas**  
[www.ehlas.com.br](http://www.ehlas.com.br)