BLACKRIVER DUO: O TALENTO E CARISMA DE UM DOS PRINCIPAIS ACÚSTICOS DA REGIÃO!

BALACO NEWS

OUTUBRO 2023
Edição 03

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

— *Intro*

Música, cultura, informação, esportes e entretenimento.

O informativo “Balaco News” é a revista digital da web rádio É do Balacobaco, a maior rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!

Nele estão diponíveis conteúdos exclusivos criados especialmente para que você "fã da boa música" tenha uma leitura agradável e despretensiosa.

São mais de 50 colunistas compartilhando informação e opinião! Entre as principais temáticas estão mundo rock, cultura popular, esportes e variedades que vão desde turismo regional a bem estar.

Uma ótima leitura!

Destaques

mundo rock

Backstage

BlackRiver Duo: um dos melhores acústicos de SC!

(página 27)

Let's rock! Let's roll!

Dr. Roger Marcondes conversa com o músico Carlos Cruz.

(página 08)

Hard is Good!

Débora Dziedicz traz as principais tendências da moda rock and roll.

(página 22)

O underground é isso aí!

Farofa bate-papo com a banda Violent Curse no subterrâneo da Balacobaco!

(página 41)

Destaques

variedades

Rock & Brasa
Aprenda a fazer o pão de alho perfeito!

(página 53)

Mundo Pet
Luto animal: o que fazer quando o cachorro morre e como superar essa grande perda.

(página 68)

esportes

Jeep Clube Rio Negrinho
Confira o que rolou no Rally de Velocidade de Rio Negrinho!

(página 85)

Resenha da News
Deja Bastos conversa com Erico Nagorski.

(página 74)

Sumário

Let's Rock! Let's Roll! Conversa com Carlos Cruz. 08

Gods of rock: A longevidade de Keith Richards. 10

Radar Brasil indica Black Pantera e Raça. 11

Cross Road Time: Wolf, Stones, Shindig! E o dia que o Blues foi pra TV! 14

Novos Clássicos apresenta "Foals". 16

Letra & Melodia comenta "Somewhere only we know" 17

Lançamentos do mês destaca o novo álbum dos Stones. 21

Hard is Good traz o melhor da moda rock and roll. 22

Brutality celebra os 30 anos de "Rust in Peace" do Megadeth. 24

Backstage entrevista Amanda e Johnny do BlackRiver Duo. 27

Crônicas Lupinas: Se tudo o que é bom já passou, já era pra ti, irmão! 33

Só me resta o rock resgata Titãs "Acústico MTV". 35

Country and Folk evidencia Johnny Cash "The Man in Black". 37

O rock e a psicodelia analisa o álbum "Acabou Chorare" dos Novos Baianos 39

In class traz dicas do que fazer quando o desânimo de estudar música vem. 40

O underground é isso aí conversa com a banda Violent Curse. 41

Agenda Cultural: Confira os principais eventos de outubro. 43

Radio Waves: O rádio é brasileiro? 47

Road Trip apresenta o Circuito das Araucárias de Caminhada. 48

Let's fly! Entre um voo e outro! Como se tornar um piloto de avião? 49

Coluna do 100 Limite. 50

Rock & Brasa ensina como fazer o pão de alho perfeito. 53

Rango and roll: Aprenda a fazer paleta de cordeiro ao molho de amoras. 54

Cris Stoeberl

Thiago Dias

Prof. Felipe Szabunia

Rafael Etelvino

Sumário

Sabor em cada gole: a arte dos coquetéis! Comenta a premiação “Prazeres da Mesa”. 55

Rock Beer: O aumento do consumo das cervejas sem álcool! 56

Fora de série destaca “Seven” de David Fincher. 59

Geek rock club: Como jogar Baldur's Gate 3 com seu amigo. 60

Segurança na internet: Como proteger seus dados on-line! 61

Punch! Dr. Roger traz uma reflexão sobre os 20 anos do Estatuto da Pessoa Idosa. 63

Trocando ideias com Dr. Vicente aborda os cuidados com a fratura de quadril. 65

Djonisio Castilho: A carta. 66

Mundo Pet: O que fazer quando o cachorro morre e como superar essa grande perda. 68

Resenha da News conversa com o radialista e narrador esportivo Eric Nagorski. 74

Clube do Basquete Podcast: Lance Livre Ganha Jogo. 77

Kick-off analisa as duas primeiras semanas da NFL. 80

Giro Esportivo traz os principais destaques esportivos locais. 81

Acelerando Emoções apresenta as categorias e os tipos de carros que participam das arrancadas em pista de terra. 82

Jeep Clube Rio Negrinho: Rally Rio Negrinho supera expectativas. 85

O futuro do Triathlon. 89

Movimento Rosa e Azul: 1° Corrida e caminhada pela saúde! 92

Além dos Limites! Conheça os atletas da região que participarão do Campeonato Mundial de Powerlifting na Hungria. 93

Eliezer Soares: A importância do colágeno! 94

Dr. Roger Marcondes

Deja Bastos

Aldo e Marcelo

Eurico Mendes

AWAY NO PC

Sapus

FORMA NUTRI SUPLEMENTOS

CONFECÇÕES ALBATROZ

BAR DO GALO 98400.0640

PRADO ARTES GRÁFICAS

PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476

TÔ NO TRABALHO GastroPub

MUNDO ROCK

LET'S ROCK! LET'S ROLL!

O músico rionegrinhense Carlos Cruz é o convidado do Let's Rock! Let's Roll! deste mês. Conheça um pouco de sua trajetória:

Carlos: Meu nome é Carlos Cruz, comecei já tem alguns anos na música, com 17 anos participei da minha primeira banda chamada Skill Rush, tocava guitarra na época e o vocal era feito por meu irmão Vilson da Cruz, Davi Ricardo Tureck na guitarra solo, Jonas Roberto Tureck no contrabaixo e Cleiton na bateria. Com essa formação participamos de alguns eventos na cidade de Rio Negrinho, como por exemplo o Rock in Rio Negrinho que era realizado no Pavilhão dos Imigrantes, também participamos de eventos em escolas que na época eram promovidos pela Prefeitura e tínhamos o apoio do pessoal da Batuka Rio. Nessa mesma época surgiu a ideia de fazermos um som próprio com a nossa identidade, meu irmão e eu compomos *Últimos Momentos* que mais tarde eu gravaria e *Dimi* (Te vi) também composta por Vilson, Renan Alves e eu .

Dr. Roger: Como mencionou, teu trabalho se destaca por músicas autorais. Comente sobre o processo criativo das tuas composições e quais delas mais se destacaram.

Carlos: Sobre as músicas autorais a gente criou a partir de várias ideias, queríamos que elas tivessem um significado pra quem as ouvissem, não ser só mais um som no rádio entende . Últimos Momentos e Dimi foram as primeiras músicas que gravei, para de certa forma homenagear a primeira banda que tive e para o álbum que pensei em gravar chamei de SkRush. Tenho Várias composições ainda para serem gravadas e das que gravei a que mais tem significado pra mim é Verdades. Essa música é muito especial pra mim porque conta um pouco da minha própria história e tive a honra de gravar com um grande músico e amigo Márcio Ristof da banda Sangue Latino. Eu tenho muito a agradecer, a Deus primeiro, meus pais e a música porque através dela conheci pessoas extraordinárias como Gilberto Albano e Thirray Priester que produziram minhas músicas.

Dr. Roger: Ainda sobre o trabalho autoral, como vê a aceitação do público em suas apresentações?

Carlos: Sobre meu trabalho autoral ele tem sido bem recebido pelo que posso sentir, minhas letras trazem algo positivo pra vida de quem ouve, e também reflexão. Eu sempre ouvi muito rock nacional, e de uns tempos pra cá senti uma carência enorme de músicas novas, depois que voltei a escrever e gravar meus sons, passei a ouvir e procurar mais sons novos como os que eu estava escrevendo. Nesse caminho em busca de coisas novas conheci muita banda de rock autoral que todo mundo deveria ouvir, por exemplo, Pirredy, Estação 13, o cantor Dimi Souza, são trabalhos que tem um som que trazem o novo que eu tento transmitir também com minhas músicas, o rock autoral ainda está vivo e eu vejo nas minhas apresentações que está voltando a crescer o estilo exatamente porque as pessoas estão ouvindo e acreditando nesse novos sons que estão chegando.

LET'S ROCK LET'S ROLL

Dr. Roger: O repertório do teu show acústico é composto na sua maioria por musicas nacionais. Como vê o atual momento do rock brasileiro? Tem alguma banda nova que você indicaria?

Carlos: Meu repertório é quase todo de músicas nacionais, clássicos dos anos 80, 90 e 2000, o rock brasileiro é uma das coisas mais bem trabalhadas que existem. Eu vejo os compositores nacionais como verdadeiros poetas! Quanto a indicações, ouçam Made in Garagem que tem sons autorais da melhor qualidade, além de Pirredy que mencionei acima. O som desse cara é muito massa!

Dr. Roger: Além da tua carreira solo faz parte da nova formação do Made in Garagem. Comente sobre a experiência de integrar uma das bandas mais tradicionais de Rio Negrinho. Como é conviver com o Sérgio, considerado por muitos um dos melhores vocalistas da região?

Músicos Carlos e Sérgio (Made in Garagem).

Carlos: Quando voltei a tocar eu ainda precisava de um nome artístico, foi quando criei a marca Carlos Cruz. Antes da pandemia estava crescendo no meio do estilo, estava tocando direto, fazia bastante barzinhos e participei de um evento grande de música autoral em Timbó, SC. A minha história com o Made in Garagem começou na mesma época que eu tinha minha outra banda, chegamos a tocar em concursos que eles foram campeões na época. Eu, além de músico, sempre fui fã do Made e no início deste ano, não sei se por sorte ou destino, encontrei o Sérgio e trocamos umas idéias e ele me convidou para participar desse grande projeto que é o Made in Garagem. Tenho aprendido muito com ele, é um grande amigo e um profissional sem igual, sem dúvida nenhuma um dos maiores vocais que já ouvi. Por fim gostaria de agradecer o convite do Dr. Roger e poder mostrar um pouco mais do meu trabalho, agradeço também os meus contratantes, em especial o Dido Burger e Boliche que pelo menos uma vez por mês garante uma data minha lá, um agradecimento especial aos meus amigos e fãs que estão sempre compartilhando meu trabalho e ajudando a crescer cada vez mais. Fiquem atentos que logo vem música nova! Já estamos em processo de gravação, então logo tem novidades no canal do YouTube, vou deixar o link pra vocês acompanharem as novidades seguindo meu perfil no Instagram: ***@cantorcarloscruzoficial***. Um abraço pra vocês e a gente se vê pelos palcos da vida!

GODS OF ROCK!

Dr. Roger Marcondes Carvalho

A longevidade de Keith Richards

Keith Richards é a personificação do lema “sexo, drogas e rock and roll”! O exagero no consumo de substâncias ilícitas geraram inclusive várias teorias da conspiração que alegam que Richards fez inúmeras transfusões completas de sangue para se manter vivo, ou que não bebia água (apenas vodka “batizada” com suco de laranja, seu drink preferido).

Após décadas sendo sinônimo dos excessos inerentes ao rock, Keith Richards, aos 79 anos de idade, finalmente está sóbrio (ou o mais próximo disso).

O guitarrista dos Rolling Stones abordou o assunto em entrevista ao jornal inglês The Telegraph. A conversa girou em torno do novo álbum da banda “Hackney Diamonds” que será lançado no dia 20 de outubro. Porém, também foi possível abordar assuntos diversos, como o fato de o músico ter abandonado a maioria dos vícios.

Richards atribuiu sua sobrevivência a um corpo resistente e uma mentalidade positiva, como destacou ao jornal mencionado. Em suas palavras:

“Sou abençoado, talvez, que essa coisa continua funcionando fisicamente. Até agora, não tenho problemas reais com estar envelhecendo. Existem coisas horríveis que se pode ver no futuro, mas tem que chegar lá. Estou me dando bem com a ideia de ter 80 anos e ainda estar andando e falando. Acho envelhecer um processo fascinante. Mas se não achasse, é como cometer suicídio.”

Vida longa a um dos maiores deuses do rock and roll ainda em atividade!

AWAY NO PC
Sapus
FORMANUTRI SUPLEMENTOS
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub

RADAR BRASIL

Well Rock

E aí rockeiros e rockeiras, Well Rock trazendo só as melhores indicações do novo rock brasileiro. Aqui você encontrará palpites certeiros para redescobrir o rock nacional e seus novos nomes. Este mês novamente indico duas bandas atuais já consagradas por crítica e público. São elas:

Black Pantera (Música: Rede Social)

Uma das bandas mais interessantes da nova geração do rock brasileiro também é uma das mais ativas politicamente. Atento especialmente à luta antirracista, o grupo teve início em 2014 na cidade de Uberaba e é formado pelo vocalista e guitarrista Charles Gama e o baixista Chaene da Gama. Os irmãos, ao lado do baterista Rodrigo "Pancho" Augusto, formam o power trio de Minas Gerais que mistura Punk Rock, Hardcore e Heavy Metal com mensagens de ativismo muito necessárias.

Raça (Música: Bandidos e Divas)

Raça é uma banda paulistana que acabou conquistando a atenção de muita gente nos últimos anos, o grupo recentemente passou por uma reestruturação em seu lineup e está disposto a explorar caminhos muito diferentes com seu novo som.

Concretizado com o apoio dos fãs em uma campanha de financiamento coletivo, o álbum "Saúde" de fato surpreende em diversos aspectos: é explosivo, hardcore, sincero e provocativo. E apesar de abraçar a proposta de ser visceral e barulhento, é inteiramente compreensível, fácil de digerir e de se identificar.

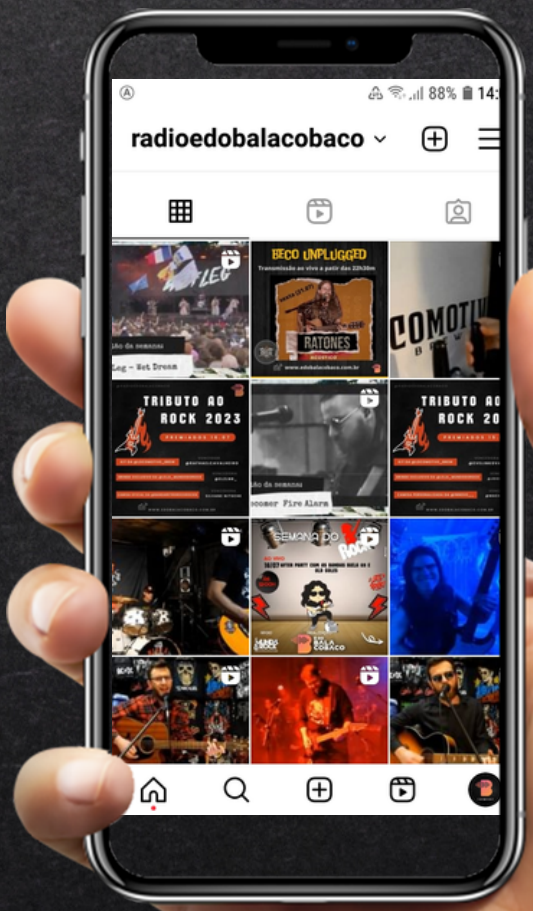
Vale a pena conferir!

SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS!

Curtindo nossa página no instagram você recebe todas as informações da sua web rádio preferida!

Ao acompanhar nossas redes sociais você fica atento a nossas promoções, tem acesso a conteúdos exclusivos e participa das nossas transmissões esportivas e culturais.

É do balacobaco, a rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!



@RADIOEDOBALACOBACO

Destaque publicitário

A ALPINE é uma Agência de Desenvolvimento DIGITAL! Trabalhamos em todos os setores do ambiente digital, desde a pesquisa e criação do Domínio (seu nome na internet) e principalmente atuamos no desenvolvimento de Blogs, Páginas Estáticas, Sites Institucionais, E-commerce e outros.

Contamos com profissionais capacitados para gestão e desenvolvimento de conteúdo, tanto para as Mídias Sociais, quanto Blog e Email Marketing.

A gestão de Mídias (facebook, instagram e linkedin) vem se tornando um dos principais pontos de atuação, visto que esse canal de comunicação cresce cada dia mais. Todos os nossos trabalhos visam criar uma identidade específica, de acordo com a necessidade e o desejo do nosso cliente.

Na Alpine Você Imagina e a Gente Cria! Orgulho em ser rio negrinhense!

CROSS ROAD TIME

@bigclayblues

Wolf, Stones, “Shindig!” e o dia que o Blues foi pra TV!

Chester Arthur Burnett AKA Howllin’ Wolf teve um papel histórico na cultura popular estadunidense e difusão do Chicago Blues, que nos anos 50 era uma música de negro para negro, devido a nessa época, sim ainda nessa época haviam as Jim Crow Laws que só foi suspensa em 1964 devido a figuras como Rosa Parks e Matin Luther King e muita luta e resistência.

Wolf foi um dos principais responsáveis por levar o Chicago Blues para todas as cidades americanas do norte, para a Europa e em especial para o Reino Unido.

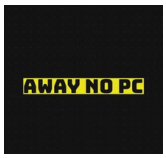
Gravando para a Chess e a Sun Records nos anos 50. Burnett tinha uma das vozes mais poderosas do Blues, o som cru de Burnett era urgentemente suburbano e undeground, demonstrando todo a força e potencial escondido sob as periferias de Chicago e ao mesmo tempo campeiro e tradicional, capaz de transportar a população migrante do sul estadunidense para Chicago á uma nostalgia contemporânea, pesada e uivante a sua terra natal.

Corpulento, de um metro e noventa de altura e seu olhar intenso e carrancudo, desmentiam alguns movimentos muito suaves no palco. Ele parecia que a qualquer momento poderia realmente se transformar em um lobo, deixando o impulso se manifestar em uivos lamentosos e irregulares e sair rondando o palco, Wolf sempre foi um grande showman.

Mr. Howlin’ Wolf

Tocava harmônica e fazia malabarismos com a guitarra muito antes de Hendrix, há quem diga que aprendeu com seu mentor Charlie Patton (outro cara que merece qualquer hora ser lembrado aqui) e além de tudo, tocava com os melhores músicos, em grande parte porque era conhecido por pagar bem e dentro do prazo, um gentleman numa realidade de poucas regras.

Essa reputação foi a entrada de Wolf no palco do programa de TV da ABC, Shindig! Em 1965, abrindo para The Rolling Stones, The Rolling Stones, nessa época com 3 aninhos de idade, insistiram muito até que os produtores do “Shindig!” finalmente cederam, e eis que pela primeira vez em sua célebre carreira, o bluesman se apresentou em uma transmissão nacional de televisão.



CROSS ROAD TIME

@bigclayblues

Isso também foi um marco em diversos aspectos, pela primeira vez, mesmo com quase 20 anos de história nos EUA, já tendo chego a Europa e até na Finlândia, o Chicago Blues chega a TV aberta de seu próprio país!

Por que isso é significativo? Ao longo das décadas, os Stones tocam Chicago Blues, seu último disco é inclusive de Chicago Blues, Blue and Lonesome (2016), com certeza a maior influência da banda, ainda mais naquela época que os grandes bluesman de Chicago estavam vivos.

Mas em 1965,com um aninho do fim das Jim Crow Laws, negros na TV era um terreno novo e sensível para a mídia tradicional estadunidense. A introdução tímida e impressionada de Brian Jones (fundador dos Stones) a Wolf antes de sua apresentação transmite certa tensão do momento.

A apresentação construiu uma ponte sobre um abismo cultural estadunidense da época e conectou a América à sua própria cultura. O show constituiu um momento de mudança de vida, tanto para os adolescentes americanos aglomerados em torno da TV em suas salas de estar, quanto para uma geração de artistas negros de Blues que estavam presos em seu gueto cultural.

A importância formativa dessa gig para o mundo da música, onde de um lado, os Stones, espalhados assistiam Wolf cantando "How Many More Years", uma música que o Led Zeppelin mais tarde transformaria em "How Many More Times" perpetuado ainda mais a mensagem de Mr. Wolf. A gig representa o início da Invasão Britânica aos EUA e mundo usando como arma o próprio Blues americano tão negligenciado e não reconhecido por eles mesmos, levando os ingleses ao topo da música popular nos próximos 20 anos e também mostra a todo os EUA, o tamanho de Howlin' Wolf com ninguém menos que The Rolling Stones prestando homenagem a um dos fundadores do recém nascido rock and roll, um ato de humildade em uma banda não especialmente conhecida e apreciada por essa qualidade.

Ativistas descrevem esse fato com "um dos maiores momentos culturais do século XX". E também "um dos momentos mais incongruentes da música pop americana" – até meados dos anos 60.

The Rolling Stones posicionando-se em deferência ao "Chicago Blues", uma musica intransigente antes especialmente dirigida ao público negro, foi um passo radical e de grande mudança de época, tanto para os americanos da geração baby boomer que na época eram os hippies como para os próprios músicos. Crianças de quatorze e quinze anos mal entendiam o crescimento dos direitos civis em sua época e consciência, mas eles podiam entender a importância de um belo e influente inglês descrever o bluesman montanhoso e de voz rouca como um 'herói' e se sentar sorrindo a seus pés.

Assista aqui esse momento:

The Blues is Alright!

NOVOS CLÁSSICOS

Toda semana postamos em nosso site (www.edobalacobaco.com.br) cinco dicas pra você fã da boa música!

São clássicos e novidades de todas as vertentes do rock and roll que rolam diariamente em nossa programação.

Foals é uma banda de rock alternativo criada no ano de 2007 em Oxford (Inglaterra). Com um som inicialmente voltado para dance-punk, o quinteto passou a adotar influências de rock progressivo e indie rock.

Comandada pelo grego Yannis Philippakis (vocal e guitarra) Foals possui uma série de boas músicas como por exemplo: Blue Blood, Cassius, Hummer, In Degress, Moutain, Olympic Airways e On the Luna.

A convite de e Anthony Kiedis e seus pares, Foals foi responsável por abrir a turnê sul-americana do Red Hot Chili Peppers.

A sugestão desse mês é “Exits” música que além da ótima sonoridade tem em seu videoclipe a participação de Isaac Hempstead Wright o Bran Stark de Game of Thrones.

@cris.stoeberl

LETRA & MELODIA

SOMEWHERE ONLY WE KNOW

SOMEWHERE ONLY WE KNOW (Algum lugar que só nós conhecemos) é uma canção composta por Richard David Hughes, Tim Rice-Oxley e Tom Chaplin, integrantes da banda britânica de rock alternativo Keane, a qual foi lançada como terceiro single do álbum de estreia *Hoples and Fears*, em 2004. Na primeira semana após o lançamento, o single alcançou a terceira posição no UK Singles Chart (Official UK Top 40) do Reino Unido.

Keane, banda britânica de rock alternativo formada em 1995.

Em 2013, a música foi gravada pela cantora inglesa Lily Allen, faixa que integra o seu terceiro algum de estúdio, Sheezus. Essa versão fez ainda mais sucesso, ocupando o primeiro lugar UK Singles Chart (Official UK Top 40) e compõe a trilha sonora da animação Le petit Prince (O pequeno príncipe), de 2015.

A animação é baseada na obra literária O PEQUENO PRÍNCIPE, de Antoine de Saint-Exupéry, de 1943. Exibida no 68º Festival de Cinema de Cannes, a animação conta a história de uma menina que faz amizade com o seu vizinho, o aviador e autor do livro já idoso, o qual lhe narra a história de seu encontro com o pequeno príncipe no deserto do Saara.

Sobre o significado da canção, Tim (Keane) explica que ela pode ser interpretada tanto no contexto de um espaço geográfico quanto de um sentimento ou uma memória, deixando para os ouvintes a interpretação conforme as suas próprias subjetividades. Mas, afinal, o que a canção, o livro e a animação LE PETIT PRINCE têm em comum?

Cena de LE PETIT PRINCE
(O pequeno príncipe) de 2015.

IMFS A sua escola de música!
FisioRine consultório de fisioterapia
Academia Estação Saúde
Colégio Caminho Saber
Mundo do Rock
Wolff Express
Bello do Boca
Escritório Contábil Ruthes
Alpine

@cris.stoeberl

LETRA & MELODIA

Em meio à vida tão corrida, repleta de afazeres, rotina, obrigações e contragostos, por vezes sentimos vontade de parar (I'm getting tired, and I need somewhere to begin) e desejar as coisas simples da vida (Oh, simple thing, where have you gone?); reviver momentos marcantes que, embora não possam voltar, lembra-los nos traz saudade, sensação de conforto (so, why don't we go somewhere only we know?); quem sabe até o desejo de voltar a confiar em quem nos traiu ou nos decepcionou (I'm getting old, and I need something to rely on).

Então batemos na porta do passado (ou da memória) em busca de aconchego (so tell me when you're gonna let me in, I'm getting tired and I need somewhere to begin). O passado nos responde por meio das lições do livro de Exupéry: “só se vê bem com o coração”; “o essencial é invisível aos olhos”; “a gente corre o risco de chorar um pouco quando se deixa cativar”; “as estrelas são belas por causa de uma flor que não se pode ver”; “as pessoas deveriam ver o pôr-do-sol pelo menos uma vez por dia”.

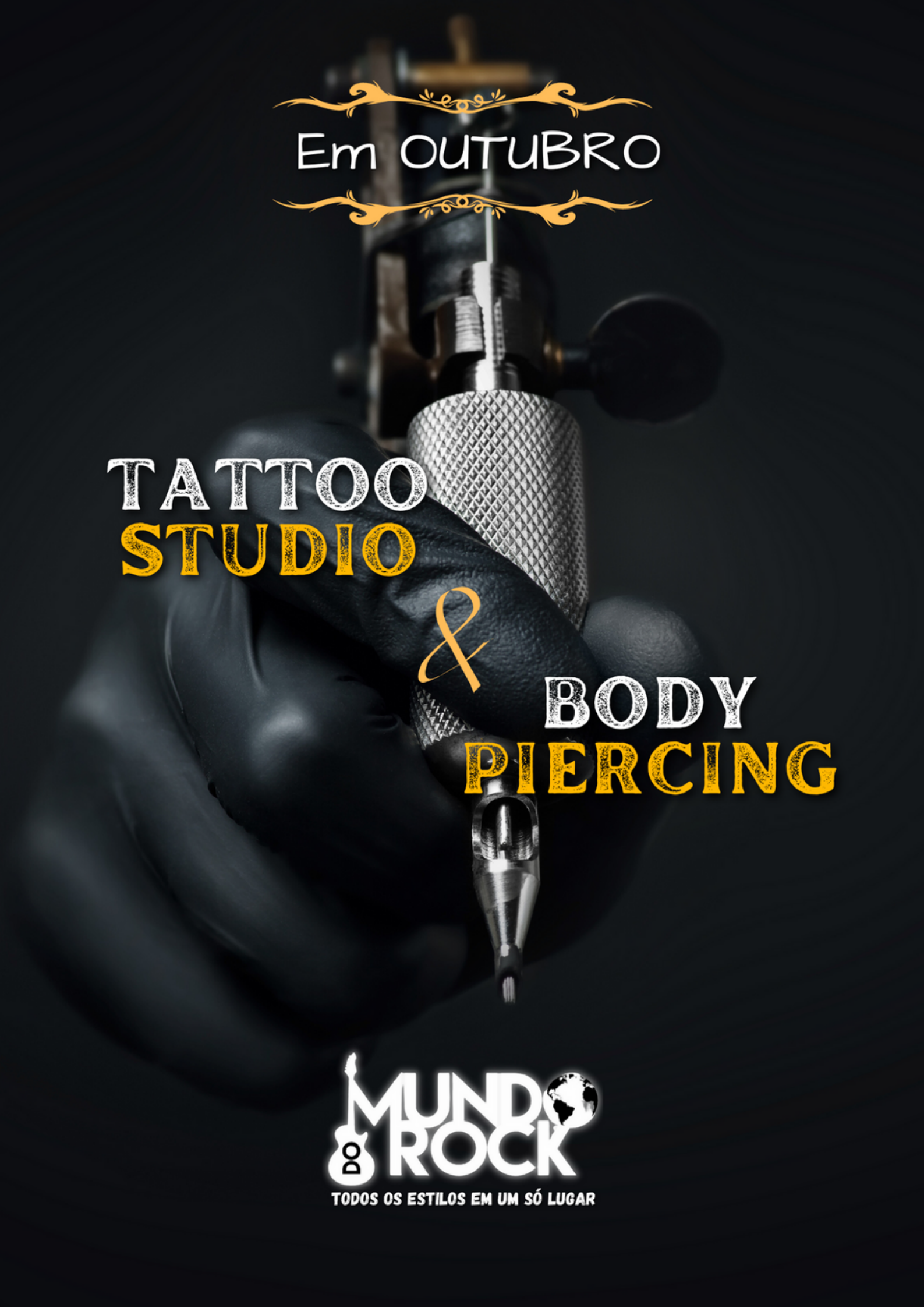
E você, gostaria de voltar em algum lugar ou reviver um momento especial?

“Tu te tornas eternamente responsável por aquilo que cativas.” A famosa frase é do livro O Pequeno Príncipe (Le Petit Prince), do francês Antoine de Sanint-Exupéry, uma das obras mais vendidas em todo o mundo e que em 2015 foi lançada em forma de animação. A adaptação foi dirigida por Mark Osborne, diretor de do longa animado “Kung Fu Panda” e contou com vozes de Jeff Bridges (piloto), James Franco (raposa), Rachel McAdams (mãe) e Benicio Del Toro (cobra).

AWAY NO PC
Sapus
FORMANUTRI SUPLEMENTOS
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub

NÃO DEIXE O ROCK SAIR DE VOCÊ!

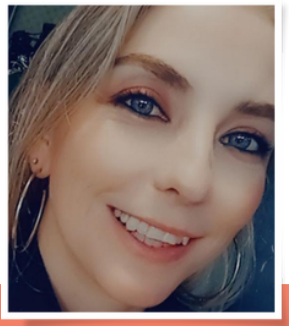
WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR


Em OUTUBRO
TATTOO
STUDIO
&
BODY
PIERCING
MUNDO DO ROCK
TODOS OS ESTILOS EM UM SÓ LUGAR

LANÇAMENTOS!

Os Rolling Stones realizaram um evento especial em Londres para anunciar o novo álbum “Hackney Diamonds”, o disco tem previsão de lançamento para o dia 20/10 e contará com 12 faixas.
O álbum foi produzido por Andrew Watt que recentemente tem realizado trabalhos com vários gigantes do rock como Iggy Pop, Ozzy Osbourne, Elton John e Pearl Jam. Don Was, responsável pela função nas últimas décadas, também ajudou nas gravações.
A única participação especial comentada durante o evento foi a de Lady Gaga em “Sweet Sounds of Heaven”. Porém, circulam informações de que Paul McCartney também participará. O Beatle inclusive já falou abertamente sobre a colaboração, embora não tenha revelado a faixa em que esteve envolvido.

Previsto para o dia 06 /10 “The Dark Side of the Moon Redux” de Roger Waters contará com releituras após 50 anos de lançamento do clássico The Dark Side of the Moon, do Pink Floyd.
O baixista regravou o álbum de 1973 na íntegra sem seus ex-companheiros do grupo. Com produção de Waters e Gus Seyffert.
A regravação de The Dark Side of the Moon será lançada semanas antes de Roger chegar ao Brasil para uma série de shows de sua turnê This Is Not a Drill, em que apresenta diversos clássicos de sua ex-banda.
As apresentações começam no dia 24/10 em Brasília, com passagem por Curitiba no dia 04/11.



@deby_dz

Débora Dziedicz

HARD IS GOOD!

Olá Roqueiros !

Antes de falarmos de moda, vamos falar um pouco do quanto o Rock está mais vivo do que nunca. Em um mundo com registro de mais de 195 países existentes, o Brasil ocupa a 10ª colocação entre os países que mais ouvem o gênero musical. Ficando atrás apenas de grandes nomes como os Estados Unidos, Reino Unido e México.

Dentro deste contexto grandes estilistas como Anne Garcia e marcas brasileiras apostam neste mercado, que – cá entre nós – é sucesso na certa. Afinal o estilo Rock n´Roll sempre esteve presente em nossos dias.

Nossos armários não nos deixam mentir:

Jaquetas de couro

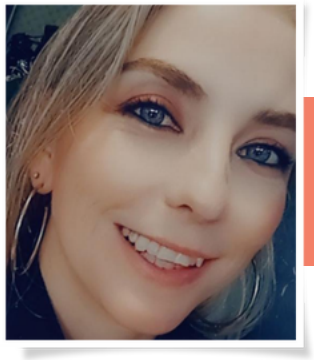
Camisetas com estampas de Bandas

Jeans rasgado

Estilo Grunge dos anos 90

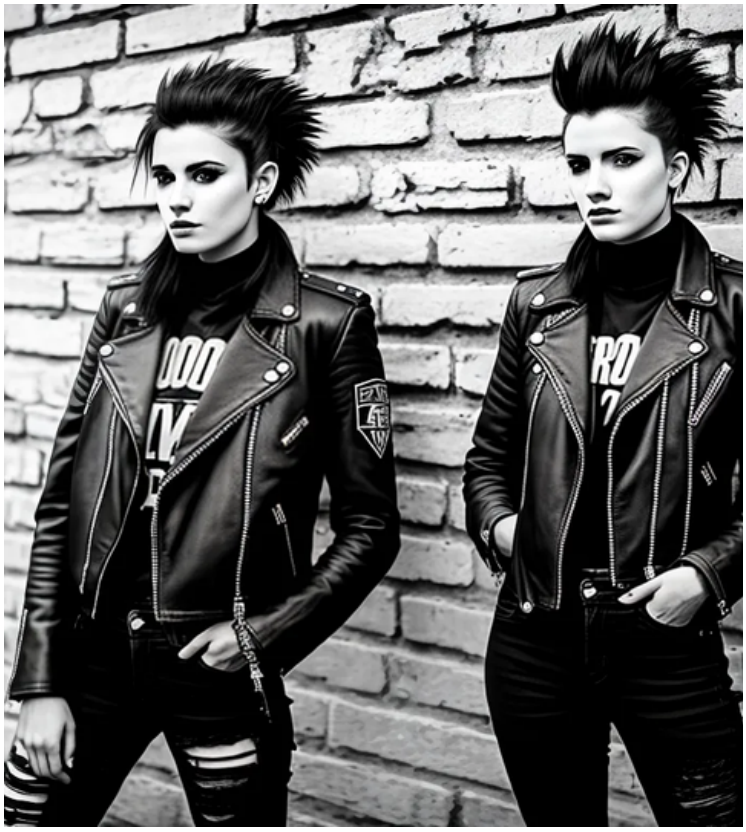
Débora Dziedicz

HARD IS GOOD!



@deby_dz

Anne Garcia (empresária e influenciadora) deixa claro que atualmente essas tendências são combinadas com peças vintage e contemporânea. Um forte exemplo são as jaquetas de couro, hoje as combinações são modernas, com calças de couro ou calças skinny. Camisetas com estampas de bandas compondo o look são super utilizadas. Além de todos os mencionados o estilo punk e grunge estão super em alta, calças rasgadas, botas, coturnos, acessórios e a maquiagem um pouco mais leve que no passado mas ainda com muito delineado forte e lábios escuros.



A forma de fazer moda está tão viva quanto nos anos 70,80 e 90. A combinação do básico com estilo rock n´roll reflete a rebeldia e toda autenticidade que o estilo propõe.

Caro amigo leitor vou me despedindo por aqui com a dica, não tenha receio, use e abuse de suas peças. Faça seu estilo Rock n´Roll falar mais alto!

Não deixe de conferir as próximas matérias.

Um abraço, até a próxima!

Dave Mustaine: vocalista, guitarrista, líder e principal compositor do Megadeth.

BRUTALITY

Em setembro "Rust in Peace" do Megadeth completou 30 anos de seu lançamento. Tretas internas, mudanças na formação, problemas com drogas e todo tipo de contratempo serviu como combustível para a criação de um álbum único!

O resultado dessa mistura extremamente volúvel foi um disco definitivo, tanto para o thrash metal quanto para a música ocidental.

"Rust in Peace", uma obra-prima regada a fogo, sangue e vísceras! Guerras religiosas, inverno nuclear, alienígenas e muito som pesado. Em seu processo criativo nada escapou de Mustaine, Friedman, Menza e Ellefson. Um álbum que nasceu clássico e se tornou sinônimo de metal!

Megadeth – "Rust in Peace"
Capitol Records.
Produzido por Mike Clink com Dave Mustaine.

Dave Mustaine – Vocal eguitarra.
David Ellefson – Baixo e backing vocal.
Marty Friedman – Guitarra.
Nick Menza – Bateria e backing vocal.

Capa de "Rust in Peace".

Faixas:

1. Holy Wars... The Punishment Due"
2. "Hangar 18"
3. "Take No Prisoners"
4. "Five Magics"
5. "Poison Was the Cure"
6. "Lucretia"
7. "Tornado of Souls"
8. "Dawn Patrol"
9. "Rust in Peace... Polaris"

@thiaguitz

VEM SER FELIZ COM A GENTE!
MUITO MAIS MÚSICA, MUITO MAIS ROCK AND ROLL!
24 HORAS NO AR
WWW.EDOBALACOBACO.OCM.BR

BECO UNPLUGGED

Toda sexta sobem ao palco do Beco o Complexo do Rock em São Bento do Sul os melhores acústicos da região.

A transmissão ao vivo dessas performances exclusivas rola sempre a partir das 22h30m.

Para acompanhar basta acessar www.edobalacobaco.com.br no horário indicado e desfrutar o melhor do rock and roll!

A agenda de apresentações do mês de outubro é:

06/10 - Beto Hoffmann

13/10 - Paul Lee Duo

27/10 - BlackRiver Duo

28/10 - Léo Sieves

Mantenha o movimento vivo! Contribua com as casas e os artistas priorizando sempre a ida ao local do evento!

@beco_complexodorock

BLACKRIVER DUO

Nesta edição do *Backstage* conversamos com um dueto com passagens memoráveis em nossa rádio. Foram várias as oportunidades em que dividimos bastidores e experiências com esta dupla, onde comprovamos o talento e a facilidade em transmitirem de forma simples e extremamente tocante a essência da boa música.

Dr. Roger: Como surgiu a ideia de formar o dueto e no que implica a parceria na carreira solo de vocês?

Amanda: Já nos conhecíamos de vista, mas em um determinado dia nos encontramos pra conversar sobre música, depois de tocarmos juntos por força da vida em um evento em Campo Alegre decidimos criar um duo. Foi então que surgiu a BlackRiver!

Dr. Roger: Johnny, atualmente o formato acústico vem se firmando em nossa região. Você que toca em bandas também já consagradas, entende que o mercado para apresentações de grupos perde ainda mais espaço?

Johnny: Sim, está um tanto quanto difícil tocar com grupos nos locais. Com o acústico acaba se tornando mais fácil, pois além de toda a estrutura que demanda para a apresentação de uma banda, tem o fator custo. Então o formato acústico na maioria das vezes é favorecido.

BACKSTAGE

Dr. Roger: Johnny, em 2022 o público da rádio É do Balacobaco te elegeu como a melhor apresentação acústica do ano. Comente um pouco sobre o formato atual do teu trabalho e se teve mudanças no teu repertório em virtude da parceria com a Amanda.

Johnny: Atualmente meu repertorio está maior, e com muita música diferente! Mas estamos dando maior prioridade para o duo no momento, pois tem agradado bastante ao público!

Johnnys Project eleito melhor acústico de 2022.

Dr. Roger Marcondes Carvalho

BACKSTAGE

Dr. Roger: Comentem um pouco sobre a carreira individual de cada um.

Amanda: Amanda Bachmann musicista, multi-instrumentista autodidata há 15 anos, comecei minha trajetória na música através do instrumento teclado e também realizando apresentações em grupos de corais. Minha paixão se dá por instrumentos de cordas, tendo aperfeiçoado minhas habilidades principalmente em violão e ukulele. Possuo um estilo musical bem amplo, desde MPB, Bossa Nova e perpassando através do Pop, Rock ao Indie. Comecei o acústico solo no final de 2019, e tenho a música como a forma mais pura para expressar aquilo que há de mais belo na essência do ser humano.

Johnny: Johnny Reichardt Kupicki, musico/produtor musical, comecei a tocar guitarra em meados de 2004, toquei muito em igrejas, por alguns anos. As primeiras Bandas fora de igreja foram em meados de 2008. Fiz algumas aulas de piano e bateria na Escola Valdeci Maia, na qual participei de algumas audições, porém tocando guitarra. Como vocalista comecei firmemente em 2015. E com acústico solo desde 2019. Estilo musical com várias vertentes do rock e pop rock, principalmente internacional.

Dr. Roger: Por falar em repertório vocês fazem vídeos com covers que se destacam não só pela qualidade musical, mas também pelo cenário. Como definem os locais e as músicas?

Amanda: Geralmente selecionamos alguns lugares com belas paisagens aqui da região do Planalto Norte mesmo, mas as vezes aproveitamos que temos agenda no litoral ou serra abaixo e emendamos o toque com a gravação, sempre aproveitando a beleza do local! E as músicas são selecionadas de acordo com o cenário, o que pode combinar mais, as vezes a letra ou até mesmo o ritmo.

Dr. Roger: Amanda, você é um dos expoentes no que se refere a acústico. Pensa em integrar alguma banda? Já teve essa experiência?

Amanda: Já fiz parte de bandas, quando era adolescente, onde tocava bateria e em outras como vocalista, mas há tempos que não sei o que é estar em uma banda, e posso confessar que tocar de forma acústica acostuma também, por ter uma pegada boa de se tocar, mas quem sabe se surgir uma oportunidade, com certeza ficarei feliz em ingressar em uma banda novamente ou até quem sabe, pode surgir uma "BlackRiver Band" por aí (risos). Será?!

Dr. Roger: Vemos mulheres no vocal, mas poucas, ou nenhuma em instrumentos como bateria, baixo, etc. O que falta para ter mais presença feminina também no corpo de apoio (banda)?

Amanda: Infelizmente ainda temos muito preconceito quando o assunto é o papel da mulher na sociedade, mas lutamos há anos para transformar isso e ainda bem que tem surtido efeito! Eu como mulher posso afirmar a luta diária que é ser do gênero feminino, ainda mais na profissão a qual escolhi. Claro que temos mulheres maravilhosas na música, mas ainda assim percebo serem em menor escala em relação aos homens. Mas isso já tem mudado muito, eu por exemplo estou com um projeto, aliás dentro da BlackRiver, onde possivelmente me aperfeiçoarei no instrumento contrabaixo, como mencionado na própria pergunta, não é muito comum vermos mulheres baixistas, mas estamos aí para quebrar cada vez mais os padrões sociais e mostrar nosso potencial!

> **"Infelizmente ainda temos muito preconceito quando o assunto é o papel da mulher na sociedade, mas lutamos há anos para transformar isso e ainda bem que tem surtido efeito!"**

BACKSTAGE

Dr. Roger: Parceiros nos palcos e na vida. Como é trabalhar com a pessoa com quem se relaciona afetivamente? A cobrança é maior ou tem mais compreensão?

Amanda: A cobrança se torna um pouco maior sim, mas nos damos muito bem tanto nos palcos como na vida, tendo sempre muita comunicação, o que facilita o convívio! Mas temos também a parte boa de viajar juntos para os diferentes locais em que tocamos, sempre compartilhando novas experiências e claro, espalhando música por aí!

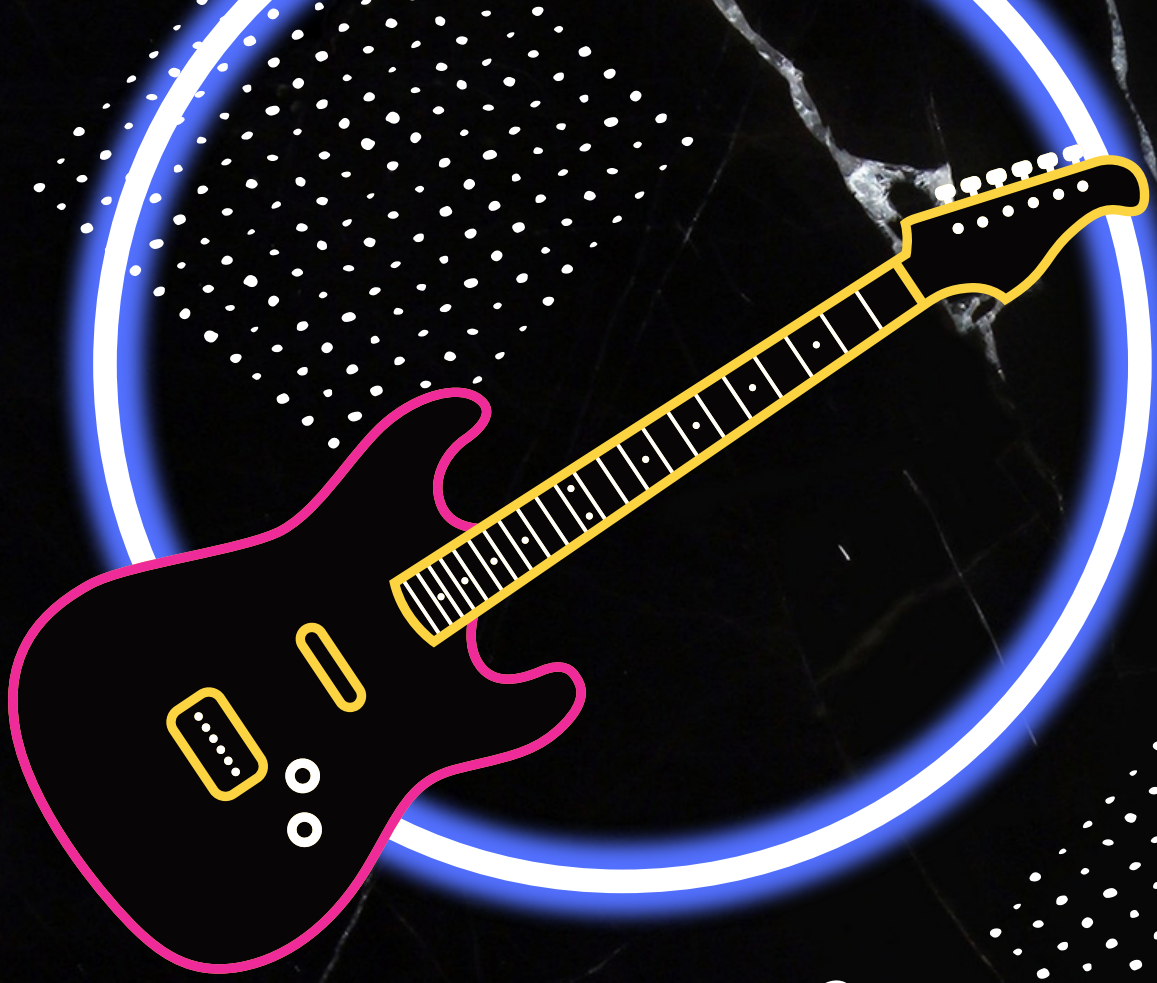
“Eu como mulher posso afirmar a luta diária que é ser do gênero feminino, ainda mais na profissão a qual escolhi. Claro que temos mulheres maravilhosas na música, mas ainda assim percebo serem em menor escala em relação aos homens.”

SEJA VOCÊ TAMBÉM UM

APOIADOR

da web rádio É do Balacobaco

ANUNCIE AQUI!



É DO BALACOBACO:

ROCK

EM TODAS AS SUAS VERTENTES!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

@everaldolobo

CRÔNICAS LUPINAS

ROCK E ARTE

SE TUDO O QUE É BOM JÁ PASSOU, JÁ ERA PRA TI, IRMÃO!

Não é difícil imaginar, caro leitor, que você já tenha passado pela experiência de ter que ouvir aquele discurso do seu tio engraçadão sobre como as coisas no tempo dele eram muito melhores. Tivemos inclusive, há pouco tempo e na seara política, que conviver com supostas verdades absolutas sobre o Brasil, educação e cultura simplesmente porque o achismo daquele seu parente falastrão prevalecia sobre o bom senso. Até aqui, nenhuma novidade. Porém, que tal se analisarmos este fenômeno pelo prisma artístico/cultural?

Claro que do alto dos meus cinquenta e um anos me sinto um tanto anacrônico. A ausência do disco físico, a música dividida em nichos de seguidores fanáticos e a efemeridade dos sucessos midiáticos me provocam a ser deveras nostálgico. Sinto falta, por exemplo, de filmes cujos roteiros não dependam tanto de efeitos especiais e de canções mais fluídas e menos cronometradas para satisfazerem a histeria da rotina moderna, seja em engarrafamentos ou em Play lists do SPOTFY. Chego a duvidar seriamente que existirá uma nova ECHOES (PINK FLOYD), com seus lisérgicos vinte e três minutos. No entanto, não me permito cristalizar minhas referências a ponto de fingir que não existe mais talento que valha a pena neste vasto e ameaçado mundo. É óbvio que seria uma tremenda burrice.

Emicida com seu renovado rap, jovens cineastas que saíram do YOUTUBE para realizar a sensação do terror do ano, FALE COMIGO, Luisa Sonza (Calma leitores, não me xinguem á distância) que compôs um autêntico e belo exemplar de canção BOSSA NOVA chamada CHICO, a eletrizante série CANGAÇO NOVO (ALY MURITIBA, um de seus diretores, é paranaense). Tá certo, o surgimento da baixista sexy do MANESKYN, VIC DE ANGELIS, não é o suficiente para atestar que o ROCK está recuperando sua força. No entanto, se nós, veteranos, nos dispusermos a ter mente aberta com os novos talentos emergentes nas garagens em cada canto de nossas cidades (A minha Curitiba já foi chamada de Seattle brasileira. Com uma denominação dessas está proibida em não revelar novas

IMFS A sua escola de música!
FisioRine
Academia Estação Saúde
Colégio Caminho do Saber
Mundo & Rock
Wolff Express
Bello Complexo do Rock
Escritório Contábil Ruthes
ALPINE

@everaldolobo

CRÔNICAS LUPINAS

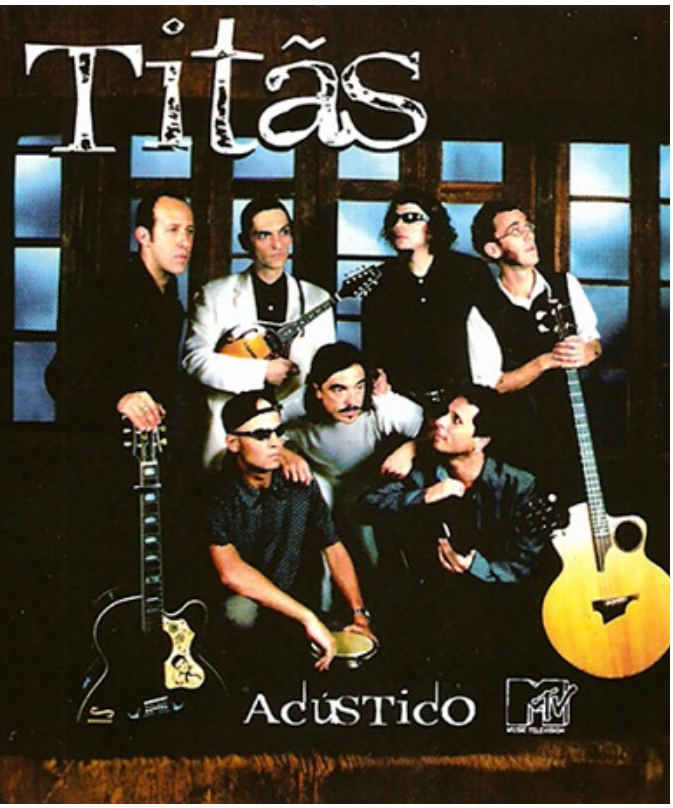
ROCK E ARTE

bandas constantemente.) é certo que nossa surpresa em apreciar algo inovador se dará. E olha que já me sentia um tanto veterano quando o sublime OK Computer, do RADIOHEAD, surgiu revolucionando o ROCK.

Resumindo, não sejamos BABACAS presunçosos crendo que tudo o que LED ZEPPELIN, U2, MARTIN SCORSESE e CLINT EASTWOOD é arte definitiva e pronta. E saber que este artigo surgiu após uma conversa por telefone onde um parente querido versava sobre como a língua portuguesa, o cinema e a música nacional estavam lentamente definhando (Quanta ingenuidade, consanguíneo querido). É natural, enfim, que nós, veteranos, busquemos nos confins da mente zonas de conforto estético. No entanto, Deus me livre (O Senhor Todo Poderoso talvez precise ser revisitado também) de ser um velho reclamão ouvindo ECHO AND THE BUNYMEN como se fosse MOZART definitivo e o resto lixo descartável. O resto, como não diria Shakespeare, NÂO É E NUNCA SERÁ SILÊNCIO!

Vic de Angelis em apresentação da banda italiana Maneskin.

AWAY NO PC
Sapus
FORMA NUTRI SUPLEMENTOS
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub



Capa do Disco “Titãs - Aústico MTV” de 1997

O público brasileiro viu surgir durante os anos 90 uma franquia bem sucedida, o "Acústico MTV"!

A versão brasileira foi inspirada no "MTV Unplugged", programa norte-americano criado, em 1989, pela Music Television, emissora que surgiu com a ideia de ser um canal especializado em música (completamente diferente de seus últimos anos que investiu em realitys e programas de gosto duvidoso).

O "Acústico MTV" também nasceu inicialmente como programa de televisão e, na sequência, virou um selo musical. Sua proposta era lançar os sucessos dos principais artistas com uma nova roupagem, usando apenas instrumentos acústicos. Porém, esta regra raramente foi respeitada já que muitas bandas mesclavam instrumentos elétricos para dar um “charme” ao som.

O prestígio do programa foi imenso, tanto que o selo "Acústico MTV" era também sinônimo de grande número de CDs vendidos. De 1990 a 2011, foram lançados 34 programas e 34 CDs.

Um dos maiores sucessos do "Acústico MTV" ocorreu em 1997. Naquele ano, chegava ao mercado o "Acústico MTV dos Titãs", considerado até hoje como uma das principais produções do rock brasileiro de todos os tempos. O álbum vendeu mais de 1,7 milhão de cópias (algo que só seria superado pelo Acústico MTV do Kid Abelha em 2002), entre elas uma que comprei em minha viagem de 8° série e que ostentava perante meus colegas ao ouvi-lo em um “Discman” com tecnologia “anti pulo” pra evitar que o CD falhasse.

Com o status de um dos grupos mais importante do rock brasileiro, os Titãs tinham em sua formação inicial nove membros, uma quantidade bem acima do convencional. Destes, seis eram vocalistas (Arnaldo Antunes, Branco Mello, Ciro Pessoa, Sérgio Britto, Nando Reis e Paulo Miklos). Obviamente, eles se revezavam no vocal principal e no vocal de apoio. Além de cantarem, Sérgio Britto, Nando Reis e Paulo Miklos se revezavam nos teclados e no baixo. Os outros três integrantes eram André Jung (bateria), Marcelo Fromer (guitarra rítmica) e Tony Belloto (solo).

O grupo também era formado por compositores extremamente talentosos. Praticamente, todo mundo na banda contribuía com novas produções de letras e de canções. Sem falar que cada integrante tinha um estilo diferenciado, ou seja, não é à toa que o repertório de músicas memoráveis dos Titãs seja tão elevado e eclético.

SÓ ME RESTA O ROCK!

O auge dos Titãs aconteceu no ano de 1997, com o lançamento do seu "Acústico MTV". Gravado em março daquele ano no Teatro João Caetano, um dos mais tradicionais do Rio de Janeiro, o programa de televisão e o CD contaram com várias participações especiais. Arnaldo Antunes, ex-integrante da banda, cantou "O Pulso". O argentino Fito Páez, Marisa Monte, o jamaicano Jimmy Cliff e Marina Lima também participaram, respectivamente, nas faixas "Go Back", "Flores", "Querem Meu Sangue" e "Cabeça Dinossauro".

É difícil apontar qual é a melhor das 21 músicas ("Homem Primata" aparece duas vezes no álbum, uma como mera vinheta e outra em sua versão completa) que compõe do CD.

Destas, quatro eram canções inéditas do grupo ("Cegos do Castelo", "Nem Cinco Minutos Guardados", "A Melhor Forma" e "Não Vou Lutar"). As demais eram sucessos de álbuns antigos da banda.

Primeira formação do Titãs: no alto (a partir da esquerda): Sergio Britto, Branco Mello, Ciro Pessoa, Marcelo Fromer e Tony Bellotto. Abaixo (também a partir da esquerda): André Jung, Arnaldo Antunes, Paulo Miklos e Nando Reis.
Foto: retirada do Facebook de Paulo Miklos.

Campanha publicitária veiculada nos principais meios de comunicação para o lançamento do revolucionário Discman. Algo futurista para a época! Se você não tem pelo menos 35 anos não vai se lembrar do impacto que este aparelho trouxe a forma de como ouvíamos música.

Dr. Roger Marcondes Carvalho

COUNTRY AND FOLK!

Johnny Cash "The Man in Black"

Johnny Cash, conhecido como "The Man in Black", foi um dos músicos mais icônicos da história da música e uma figura lendária na música country americana. Sua carreira abrangeu décadas e seu legado perdura até hoje, graças ao seu estilo distinto, composições poderosas e performances inesquecíveis.

Um dos aspectos curiosos sobre sua música foi o uso criativo da nota de dólar para abafar as cordas de seu violão.

A técnica consiste em colocar uma nota de dólar entre as cordas da guitarra, perto da pestana, para criar um som abafado e percussivo quando o violão é tocado. Isso adiciona uma textura única e distinta, atribuindo qualidade rítmica e percussiva que é instantaneamente reconhecível.

O uso da nota de dólar para abafar as cordas não era apenas um truque de palco, mas também uma parte essencial do som de Johnny Cash.

Violão Martin usado por Johnny Cash exposto no Johnny Cash Museum.

Esta curiosidade é contada no berço do Rock n' Roll e local das primeiras gravações de Johnny, Sun Records em Memphis – Tennessee. Neste lugar ícones, além de Cash, como B.B. King, Howlin' Wolf, Ike Turner, Elvis, Carl Perkins, Jerry Lee Lewis, Roy Orbison gravaram grandes sucessos.

A técnica percussiva é muito perceptível nas gravações que Cash fez nos estúdios Sun Records, principalmente nos seus singles produzidos com The Tennessee Two, cito abaixo:

- Hey, Poter! / Cry! Cry! Cry! (1955)
- So Doggone Lonesome / Folson Prision Blues (1955)
- Get Rhythm / I Walk The Line. (1956)
- There you Go / Train of Love (1956)

É possível ver Cash utilizando a técnica ao vivo, por exemplo, no show ocorrido em Montreux no ano de 1994, quando executou a música I Walk The Line. (A canção é facilmente encontrada no youtube).

No ano de 1990, durante a apresentação do grupo The Highwaymen, o qual era composto por Johnny Cash, Waylon Jennings, Willie Nelson e Kris Kristofferson, quando na execução da canção Highwayman, é possível ver que Cash não executa acordes em seu violão, apenas abafa as cordas com a mão esquerda e continua percutindo o violão com sua mão esquerda. (A canção é facilmente encontrada no youtube).

Johnny Cash se tornou um dos músicos mais respeitados e amados da história da música, seu legado perdura e exerce influência na música country até os dias de hoje, por conta disso minha recomendação musical para que o leitor ouça ao single Get Rhythm / I Walk The Line (1956) de Johnny Cash and The Tennessee Two.

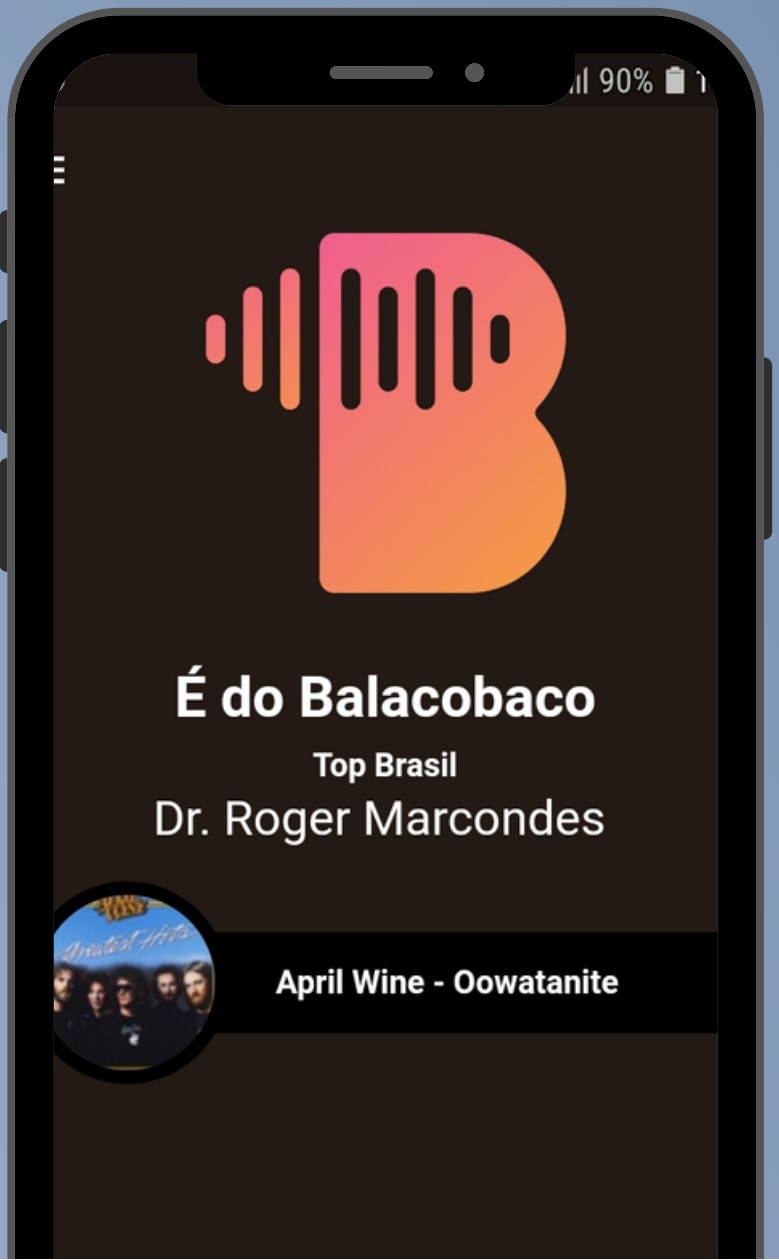
BAIXE NOSSO APP

Quer ouvir nossa web rádio em qualquer lugar do mundo?

Baixe nosso aplicativo e tenha acesso exclusivo a notícias, entretenimento, esportes e muito rock and roll!

O app é gratuito e está disponível para android e IOS.

HTTPS://PLAY.GOOGLE.COM/STORE/APPS/DETAILS?ID=BR.COM.RADIOSAPP5.DOBALACOBACO



Christian Hacke

O ROCK E A PSICODELIA

@chriis_hacke

Na coluna passada falamos sobre a psicodelia e os artistas brasileiros, citando, inclusive, a obra-prima Acabou Chorare, dos Novos Baianos. O disco, lançado pela gravadora Som Livre em 1972, trazia 10 faixas no segundo trabalho do grupo. Músicas como 'Preta Pretinha' e 'Mistério do Planeta' foram os grandes destaques deste trabalho.

E o nome dado ao álbum vem de um fato curioso envolvendo o cantor e violinista João Gilberto, o pai da Bossa Nova. Certa vez, no México, sua filha Bebel teria caído e João, misturando um português com espanhol, soltou um 'acabou chorare' pra filha.

Mas qual a relação do pai da Bossa Nova com os Novos Baianos? Gilberto foi decisivo para o grupo no início dos anos 1970, pois os Novos Baianos tinham grande influência do rock e João sugeriu uma 'abrasileirada' nas canções.

O dedo de João Gilberto em Acabou Chorare é bem perceptível na fusão de gêneros como o rock e o samba. Cavaquinho, bandolim, violão de sete cordas e instrumentos de choro são facilmente identificados em algumas canções do álbum, como em 'Swing de Campo Grande'. Instrumentos de percussão como maracá, chocalho e pandeiro são ainda mais visíveis na canção 'A Menina Dança', que, somada ao talento vocal de Baby, formam uma incrível mistura.

Dias após seu lançamento, o disco venderia cerca de 150 mil cópias, um número muito expressivo para a época. 'A Menina Dança', inclusive, se tornaria trilha sonora da novela Joia Rara, em 2013.

O grupo, criado em 1969 em Salvador, tinha em sua formação original Baby Consuelo (ou Baby do Brasil) no vocal e percussão, Paulinho Boca de Cantor no vocal e pandeiro, Moraes Moreira no vocal e violão, Pepeu Gomes na guitarra, Jorginho Gomes na bateria e bandolim, Bola e Baixinho na percussão, Dadi Carvalho no baixo e o letrista Luiz Galvão.

Na próxima edição deste periódico trarei relatos de como o grupo viveu entre os anos de 1971 e 1975 em um sítio em Jacarepaguá (RJ), como numa espécie de retiro cultural/social.

Faixas do álbum Acabou Chorare:

1- Brasil Pandeiro
2 - Preta Pretinha
3 - Tinindo Trincando
4 - Swing de Campo Grande
5 - Acabou Chorare
6 - Mistério do Planeta
7 - A Menina Dança
8 - Besta é Tu
9 - Um Bilhete para Didi
10 - Preta Pretinha

Capa do disco Acabou Chorare de 1972.

@felipeszabunia
@imfszabuniaoficial

O que fazer quando o desânimo de estudar música vem?

O desânimo quando bate acaba com tudo aquilo que foi construído durante anos.

Um bom exemplo disso é quando estudamos um determinado instrumento musical durante anos ou estudamos teoria alguns meses e do nada vem aquele desânimo. Toda sua estrutura fica abalada, tudo aquilo que você aprendeu com muita dificuldade se perde e todo seu esforço para aprender algo, foi em vão. Então resolvi fazer este artigo para ajudar quem se encontra desanimado dos seus estudos, tanto na parte musical quanto em qualquer outro estudo.

Por que se você deixar o desânimo tomar conta, você acaba desistindo dos seus objetivos. Irei dar algumas dicas, que podem lhe ajudar a não deixar que isso venha acontecer com você.

HORA CERTA PARA ESTUDAR

Ter um horário certo para o seu estudo é primordial, por que isso vai fazer com que você crie a sua rotina de estudo. Creio que isso é fundamental, tanto para iniciantes quanto para quem já é experiente no assunto, os iniciantes irão aprender coisas novas e os experientes irão aperfeiçoar o que já sabem.

BUSCAR COISAS NOVAS PARA ESTUDAR

Uma boa estratégia para não desanimar dos seus estudos é buscar coisa novas para estudar, as vezes desanimamos de estudar por que estudamos a mesma coisa por muito ttempo. Um bom exemplo disso é você estudar uma música e ficar estudando essa música a vida toda e não pegar outras músicas para estudar. Na minha opinião, isso enjoa e torna seu estudo chato e desestimulante. Nessa hora que começa vim o desânimo, tai a dica! Procure músicas novas para estudar, que tenha um grau de dificuldade maior do que a anterior. Isso irá te estimular e dará motivação para estudar, deixando o desânimo completamente de lado. Recuperando o ânimo

A coisa mais difícil para quem esta desanimado é recuperar o ânimo, você fica desmotivado e sem perspectiva para fazer as coisas. Tudo passa a dar errado, você não consegue estudar direito quando esta desanimado. Então quero dar uma dica que eu uso quando estou desanimado para estudar, que pode te ajudar ou não, por que cada pessoa tem um jeito e uma reação.O que eu faço é muito simples, paro de estudar e vou fazer outra coisa que me agrada como por exemplo: jogar vídeo game, praticar um esporte,ir a praia e outras coisa a mais... Não adianta ficar insistindo no estudo nesse momento por que na minha opinião, não conseguimos estudar direito assim. Separe outra outra hora para estudar e se distraia, vá passear, faça qualquer coisa, menos estudar nesse momento. Só volte a estudar quando se sentir bem relaxado e bem humorado, por que dessa forma você estará mais animado e com disposição para poder estudar. Se vocês seguirem a risca as dicas que deixei aqui neste artigo, com certeza na hora que bater aquele desânimo, vocês vão saber o que fazer e afastá-lo para bem longe e assim dar continuidade ao seu desenvolvimento musical. Boa sorte e lembrem-se: Nada de desânimo!

O underground é isso aí!

Violent Curse

Violent Curse formada por Neto (baixo), Peter (vocal e guitarra) e Tampo (Bateria).

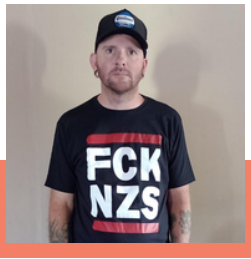
Como já de costume, nessa coluna vamos trazer mais uma banda importante para o cenário do metal e da musica autoral da região, dessa vez vamos conversar com a banda Violent Curse, que em sua formação conta com um misto de integrantes de Rio Negrinho e São Bento dos Sul.

A banda teve inicio em suas atividades no ano de 2011, quando os amigos Lucas Cruz (Tampo) na bateria e Guilherme Rothbarth (Neto) no baixo, se juntaram para tocar covers dos clássicos do thrash metal, tendo como principais influências Slayer, Sodom, kreator, etc., assim como as bandas nacionais Anthares, Vulcano e é lógico o Sepultura e Sarcófago. Depois de algumas mudanças na formação e com a entrada do Peter Fragoso (guitarra e voz) a banda mudou seu direcionamento e passou focar seu trabalho na musica autoral.

Com a nova formação consolidada, a banda começa a trabalhar em suas composições, fazendo um Speed Metal rápido, profano, agressivo e visceral e para traduzir toda essa agressividade as letras trazem temas como suicídio, problemas psicológico e as enfermidades da sociedade, muitos desses problemas trazidos pelo fanatismo religioso e a exploração da fé, pois durante o decorrer da histórias o cristianismo vem dizimando culturas e espalhando violência e alienação.

EP "Total Extermínio" de 2016.

Em todos esses anos dedicados ao Metal à banda lançou um CD demo no ano de 2014, que contem as músicas Suicídio Violento, D.S.T. e Extinção, a produção foi feita com o mestre da podreira, Fabio Goressen da lendária banda Flesh Grinder, com essa demo já mostraram para o que vieram, pois com esse trabalho ganharam destaque no underground regional. Já no ano de 2016 lançam seu segundo trabalho intitulado "Total Extermínio", contendo oito faixas com o melhor do Speed Metal, com muita velocidade e blasfêmia, esse



@fabiotschoekebnp3

O underground é isso aí!

Peter e Neto performando em apresentação da Violent Curse .

material foi gravado, mixado e masterizados no estúdio Piá do Corte em São Bento do Sul, tendo a produção a cargo dos veteranos Marcinho (Márcio Nossol) e Juliano Froehner. O seu ultimo lançamento foi no ano de 2018 com o single "Violador", esse material foi todo gravado nos estúdios Marmota Record's sobre a produção de Daniel Stiegler. Todos esses materiais podem ser encontrados no YouTube.

Mesmo com todas as dificuldades a banda se mantem na ativa, fortalecendo cada vez mais o underground regional, levando o legado do metal catarinense por onde passam, fazendo da arte o único caminho possível.

Vida longa a todos aqueles que dedicam sua vida, com amor, aquilo que fazem sem esperar nada em troca, vida longa ao underground!

Redes sociais da Violent Curse:

Instagram
https://instagram.com/violentcurse?igshid=MzRlODBiNWFlZA==

YouTube
https://youtube.com/channel/UCwNY4tgs7Hjl49wR422R2Og?si=l5Ybwuf_UThHJgo9

@fabiotschoekebnp3

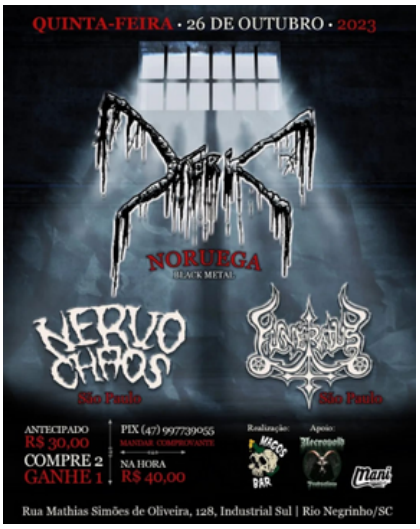
Violent Curse no palco do Beco o Complexo do Rock em SBS.

Dia 07.10 Motorbastards ressurge no **@becoocomplexodorock** em São Bento do Sul! Ao longo dos anos a Motorbastards expressou em seus shows todo o peso e originalidade do Motörhead inclusive com o figurino quase sempre idêntico aos dos músicos da banda original. Tudo para proporcionar aos fãs do Motörhead a mesma experiência de estar num show completo deles. A abertura fica por conta da @gardenia.rust! Ingressos antecipados ao custo de R$20,00, já disponíveis no Beco ou on line.

AGENDA CULTURAL

Também no dia 07/10 rola a 2º Quiera do Neco & Cia Moto Clube. O evento será na sede do 100 Limite em Rio Negrinho (Rua Erna Ema Hantschel, nº 231, Bairro Cruzeiro), com início a partir das 11h30m. Entre as atrações estão o acústico de Nicolas Peyerl e o show da banda Retrô Rock!

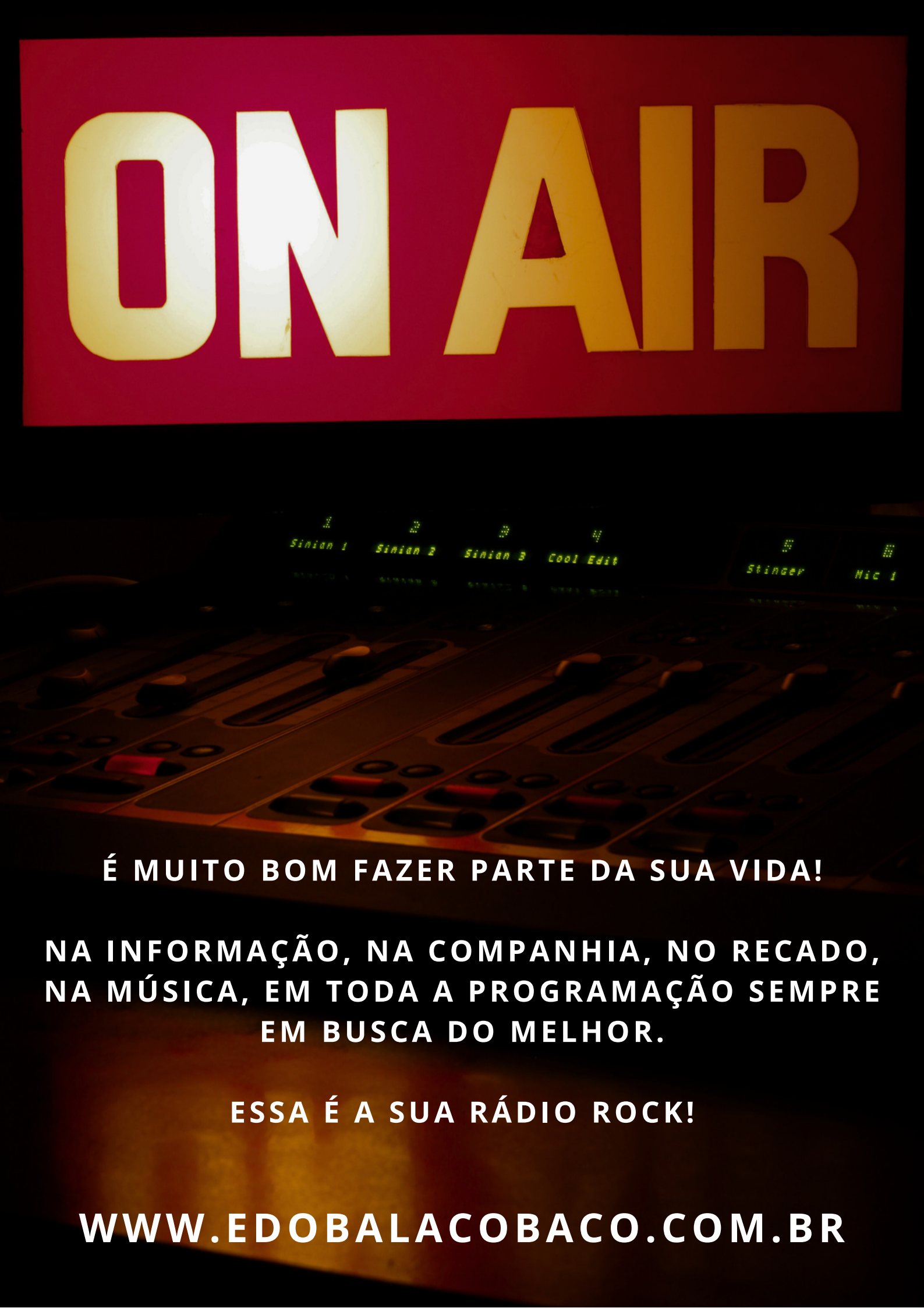
Já no dia 26/10 o magos vai tremer com as bandas @nervochaos, @funeratus_metal e @mork.official da Noruega em um evento que tem tudo para movimentar Rio Negrinho e região.



Ainda no sábado do dia 07/10 o Quiosque Petiscaria promove a sua "Noite das Bruxas" com show das bandas Beetle Juice e Dama de Paus. A iniciativa busca resgatar um dos eventos mais tradicionais de Rio Negrinho.

A nível nacional destacamos as apresentações de Marky Ramone no dia 11/10 em Curitiba, a turnê sul americana do Evanescence no dia 19/10 também em Curitiba, e a passagem de Roger Waters por Brasília em 24 de outubro. Por fim ainda em Curitiba se apresentam Primal Fear no dia 26/10 e Machine Head em 27/10.

IMFS
FisioRine
Academia Estação Saúde
Colégio Caminho do Saber
Mundo do Rock
Wolff Express
Beco do Rock
Escritório Contábil Ruthes
ALPINE



É MUITO BOM FAZER PARTE DA SUA VIDA!

NA INFORMAÇÃO, NA COMPANHIA, NO RECADO, NA MÚSICA, EM TODA A PROGRAMAÇÃO SEMPRE EM BUSCA DO MELHOR.

ESSA É A SUA RÁDIO ROCK!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

BAR DO GALO

AOS DOMINGOS

Frango Assado

RECHEADO
COM FAROFA

SERVIMOS TAMBÉM
PORÇÃO DE MAIONESE

FAÇA SUA ENCOMENDA

98400-0640

LANCHES

pedidos10

DE TERÇA A DOMINGO A PARTIR DAS 17h

ACOMPANHE NOSSAS REDES SOCIAIS
E CONFIRA NOSSAS PROMOÇÕES

@bardogalorionegrinho

QUIRERA COM DEFUMADOS
TAINHA RECHEADA
SOPA DE BUCHO
E MUITO MAIS!

Rua Adolfo Olsen, 582, Cruzeiro, Rio Negrinho.SC

STYLE
!
Canon
CANON LENS 38mm 1:2.8
AUTO FOCUS
VARIEDADES!

Radio Waves

O rádio é brasileiro?

Quanta confusão se faz com o dia do rádio e o dia do radialista!

Ambos têm pelo menos duas datas. O radialista tem o dia 21 de setembro e 7 de novembro (data realmente oficial). Já o dia Rádio, no Brasil se aceita como 25 de setembro. Mas o dia mundial do rádio é 13 de fevereiro, conforme a Unesco. Que confuso né?

O certo seria que pelo menos o dia do rádio fosse na data exata da primeira transmissão, não é mesmo? Mas isso também é confuso. O italiano Marconi patenteou a invenção no início do século 20. No Brasil a primeira transmissão oficial de rádio aconteceu em 7 de setembro de 1922 (com equipamento improvisado, instalado no corcovado). A primeira emissora de rádio só começou a funcionar no ano seguinte.

Mauricio Baier

Radialista, youtuber e
aficionado por boa música!

Mas há muitas razões para acreditar que nem mesmo a transmissão de Marconi seja realmente a primeira transmissão de rádio no mundo. E o que é mais louco nisso tudo é que há evidências históricas de que o padre e inventor gaúcho Landell de Moura, tenha feito isso muito antes, aqui mesmo no Brasil!

Entre 1901 e 1904 ele foi aos Estados Unidos onde patenteou vários inventos, entre eles um transmissor de ondas eletromagnéticas ou transmissor fonético à distância. Registros históricos dão conta que essa patente era limitada e perdeu a validade. E, por conta disso, Marconi é quem levou a fama.

(Acompanhe meu podcast no Spotify: djmaunoar)

@djmaunoar

Além de sua participação na web rádio É do Balacobaco e do canal @radiowaves no YouTube, Mauricio apresenta semanalmente o "Programa X" nas manhãs de sábado da 90.3 FM em São Bento do Sul. Também é visto em várias emissoras com seu "Master DJ" programa dedicado a fazer radialismo à moda antiga, usando recursos digitais simula músicas rodando em vinil com mixagens manuais!

ROAD TRIP

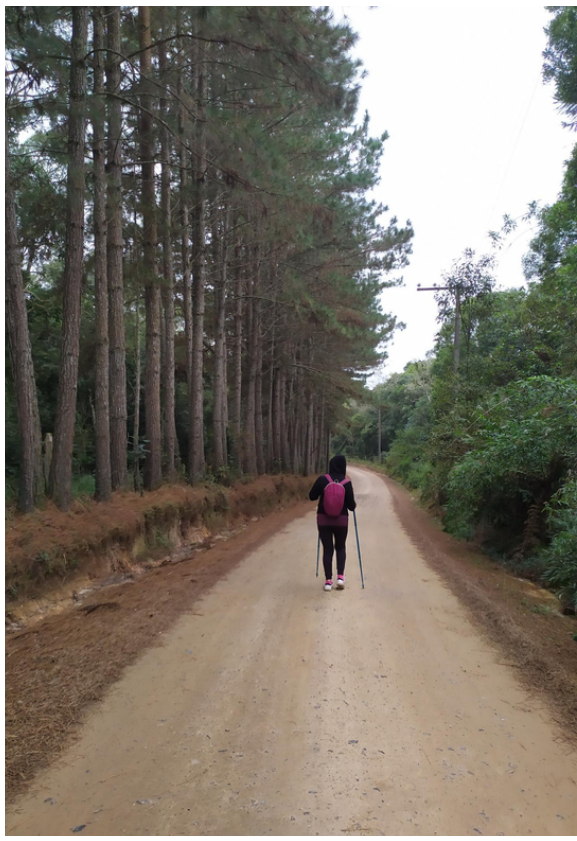
Nicolas Nering

Mês passado conhecemos um pouco sobre o Cicloturismo no Circuito das Araucárias. Agora vamos conhecer de outra forma! O Circuito das Araucárias pode ser feito caminhando também. E o melhor é que os caminhos são diferentes, passando por locais que as bikes acabam não passando.

Assim como o cicloturismo, o Circuito das Araucárias de Caminhantes inicia oficialmente em São Bento do Sul, mas pode ser iniciado em qualquer uma das etapas. São 15 percursos que variam entre 15 km e 34 km de caminhada, nos mais diferentes níveis. Durante os percursos é possível visualizar paisagens inesquecíveis, como grutas, cachoeiras, riachos, mata nativa entre outros.

O circuito tem percursos dos 04 municípios que compõem o Consórcio Quiriri (Rio Negrinho, São Bento do Sul, Corupá e Campo Alegre), com trajetos passando por locais marcantes, como o Mosteiro Trapista e a região do bairro São Pedro, em Rio Negrinho, onde a cidade teve seus primeiros relatos de colonização.

Outro trajeto marcando é o Percurso 4, que contempla boa parte da antiga Estrada Dona Francisca, que já foi a principal ligação das cidades com Joinville e com Mafra, na época imperial.



Localidade de Rio do Salto em Rio Negrinho

Uma informação importante para os aventureiros é que para conseguir fazer esse percurso com segurança é necessário adquirir o passaporte junto ao Circuito das Araucárias, e com isso, ter acesso a todos os mapas dos percursos. A sinalização ainda está sendo preparada, por isso é essencial adquirir o passaporte para caminhar em segurança.

Mais informações vocês podem encontrar no site: https://www.circuitodasaraucarias.com.br/produtos/ver/113/sobre-o-circuito-das-araucarias-caminhantes

Essa caminhada É do Balacobaco!

Até a próxima pessoal!

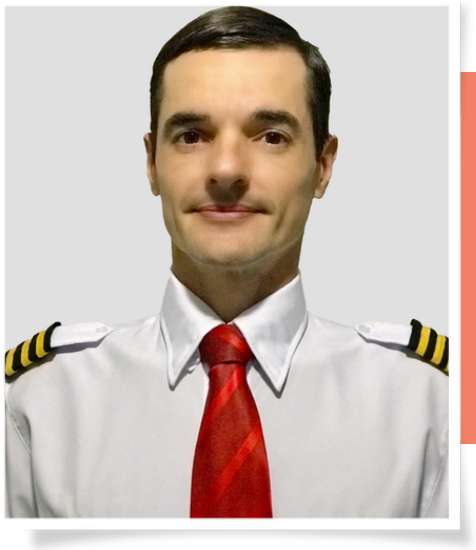
@nicolasnering

@conectasolucoesemturismo

AWAY NO PC
Sapus
FORMANUTRI
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub

LET'S FLY!

Entre um Voo e Outro



Tulio Rodrigues

Como se tornar um piloto de avião?

Para se tornar piloto de avião é necessário ter 18 anos, segundo grau completo, realizar exame médico aeronáutico, prova teórica e etapa prática.

Com esses passos, você pode se tornar um piloto aerodesportivo ou um piloto privado, conforme o treinamento recebido em aeroclubes ou escolas credenciadas.

Caso deseja atuar de forma remunerada, como um piloto comercial, deve-se concluir primeiro a licença de piloto privado e completar outra etapa de teoria, exame médico aeronáutico específico para função e prática de voo.

A partir de licenciado como piloto comercial, também pode-se buscar carreira como piloto agrícola e instrutor de voo, por exemplo. Cada habilitação tem suas particularidades e mínimos exigidos, passando novamente pela etapa teórica e prática de voo específico para função.

Para manter os pilotos atualizados e com alto nível de segurança nos voos, a renovação dessas habilitações ocorrem de tempo em tempo, conforme a formação. No meu caso são 3 renovações todos os anos e 2 bianual, pelo menos.

Para melhor gerenciamento dos vencimentos, é liberado a todos a consulta das licenças e habilitações no site da Agência Nacional de Aviação Civil.

Já optando pela carreira militar, é preciso prestar concurso para a Academia da Força Aérea.

"Pedras no caminho? Eu guardo todas. Um dia vou construir um castelo."

Nemo Nox

IMFS A sua escola de música!
FisioRine
Academia Estação Saúde
Colégio Caminho do Saber
Mundo & Rock
Wolff Express
Beco do Rock
Escritório Contábil Ruthes
Alpine

COLUNA DO 100 LIMITE

Neco Raschke

Vamos continuar nossa história...

O Pimpo e alguns amigos andavam de moto e tinham até um nome para o grupo: Lobos da Serra.

Fizemos contatos e convidamos motociclistas para uma reunião na Pizzaria Mirage do amigo Cláudio (ainda ao lado da Máquinas Lampe).

Nos reunimos em 97 Motociclistas numa segunda- feira a noite, todos curiosos para saber qual era a ideia. Eram motociclistas de grupos diferentes, sem conhecer um ao outro e com o objetivo de juntar o útil ao agradável.

O primeiro passo era escolher o nome. Até pensamos em manter "Lobos da Serra Moto Clube" mas havíamos pesquisado e descobrimos que já existiam registrados dois Moto clubes com esta nomenclatura.

Então partimos desse primeiro encontro da Mirage, com a missão de cada um pensar em um nome e um desenho para a escudeira. Era a primeira semente do nosso clube que estava sendo plantada!

Nosso objetivo era curtir a motocicleta, viagens, reuniões, passeios em grupo com um suculento churrasco e uma cerveja gelada.

Assim saímos decididos a encontrar um nome para nosso Moto Clube ainda em formação.

Em breve continuamos nossa história...

Abraços e pensamentos loucos!

@100limitemotoclube

Joinville, julho de 2004.

Você sabia

que a maioria das pessoas ouve

web rádio diariamente?

Seja você também um apoiador da web rádio É do Balacobaco!

Entre as principais vantagens destacamos:

Grande visibilidade devido ao amplo alcance;

Requer um investimento acessível e de grande retorno; e

Comerciais chamam a atenção do ouvinte e despertam o interesse em consumir o produto ou serviço divulgado.

Invista você também na @radioedobalacobaco, a rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!

WWW.EDOBALACOBACO.COM

Destaque publicitário

Neuro Estimulação Elétrica Transcutânea (TENS) é um tratamento utilizado na eletroterapia para o alívio de dores e recuperação muscular. Nesse sentido, o aparelho de TENS para fisioterapia é indicado para diversos problemas de saúde, como artrite, dor ciática, tendinite, entre outros.

Agende já o seu horário!

Rock & Brasa

Queridinho das famílias de norte a sul do país, o pão de alho é um clássico bem acessível e muito saboroso!

Com alguns pequenos truques você irá fazer pão de alho de novos jeitos para dar aquela renovada no seu churrasco!

O pão de alho é extremamente versátil, já que pode ser servido como aperitivo antes do churrasco ou acompanhando as carnes.

Além disso, ele é fácil de preparar. Normalmente, basta cortar os pães, adicionar uma mistura de manteiga, alho e ervas sobre as fatias e assar. Só não pode se distrair para não queimar!

Sem falar que dá até para fazer pão de alho na airfryer, no forno e até no microondas.

Vamos a uma receita irresistível:

Pão de alho recheado de coração de frango

Essa receita realça ainda mais o sabor do churrasco. Você vai precisar de:

• 5 baguetes;
• 800 g de coração temperado;
• 100 g de margarina;
• 50 ml de azeite;
• 3 dentes de alho;
• Salsinha picada;
• 800 g de queijo prato

Como fazer a receita
• Primeiro, coloque o coração de frango temperado em uma tigela;
• em seguida, espete os corações em um espeto;
• e leve para a churrasqueira no braseiro médio – cerca de 40 cm da brasa –, deixando assar por 10 min de cada lado.

O molho
Enquanto isso, você pode fazer o molho. Basta pegar a margarina levemente derretida e misturar com um fio de azeite, salsinha picada e alho picado. Passe tudo no pão.

Finalize
·Retire os corações da churrasqueira e coloque o pão para dourar;
·depois, derreta o queijo que será colocado em cima dos corações no pão;
·para fazer esse creme, pegue queijo (da sua preferência), corte em cubinhos e leve para uma panela em cima da churrasqueira;
·enquanto o queijo derrete, tire os corações do espeto e coloque em cima do pão.

Agora é só jogar o queijo derretido em cima dos corações, fechar o pão e saborear essa delícia!

@rafael.et

Rafael Etelvino

Rango and roll!

PALETA DE CORDEIRO AO MOLHO DE AMORAS

Está receita é executada de uma maneira rápida que torna mais prático para fins comerciais, onde requer rapidez no preparo (como por exemplo no restaurante italiano onde trabalhei).

Faça uma mistura de alho triturado, sal e pimenta do reino, esfregue uma boa quantidade nas paletas,depois prepare uma marinada usando vinho tinto, louro, cenoura, cebola e salsão. Deixe a paleta sob imersão na mesma de um dia para outro e a coloque para cozinhar nessa marinada até a carne amolecer, cuidado para não cozinhar demais ao ponto de desmanchar.

Retire a paleta, passe o caldo do cozimento por uma peneira, em uma panela refogue cebola e alho coloque o caldo, pode utilizar um pouco de *demi glace* (o qual falei na edição passada), veja se há necessidade de corrigir o sal e a acidez, acrescente as amoras cozinhe um pouco, pode dar espessura usando amido de milho. Na brasa coloque a paleta pra dar uma leve tostada, sirva com o molho por cima. Pode acompanhar massa ou legumes.

Fica bom, eu garanto!

SABOR EM CADA GOLE: A ARTE DOS COQUETÉIS!

Alex Rodrigues

Na primeira edição da nossa revista, compartilhei com vocês como iniciei minha carreira como bartender no Café no Bule Pub & Grill, ao lado do proprietário, Ricardo Schier, carinhosamente conhecido como Zimba, e meu primeiro mentor, André Vas, também conhecido como Coxinha.

Desde então, mergulhamos em um emocionante mundo de coquetelaria, criando e reinterpretando clássicos com um toque de originalidade. Isso resultou na criação de uma nova identidade para o nosso estabelecimento, onde nossos drinks não são apenas bebidas, mas experiências únicas.

Nossa jornada nos levou a homenagear os pontos turísticos de nossa amada Rio Negrinho, como o Maria Fumaça, a Praça do Avião e a Fazenda Evaristo. Além disso, também nos aventuramos a fazer releituras de grandes clássicos da coquetelaria, como o Negroni e o Moscow Mule, sempre com a missão de elevar a qualidade e o reconhecimento de nossa casa.

Com o desejo constante de evoluir e superar nossos próprios limites, decidimos que era hora de reformular completamente nossa segunda carta de coquetéis. Confiamos essa missão ao mestre Tom Oliveira, que trouxe uma abordagem única, inspirada no cinema internacional e nos famosos Pubs europeus da "velha escola". Essa reformulação manteve os nomes de nossos drinks em homenagem à cidade, mas introduziu pequenas mudanças em suas receitas, mantendo a essência que tornou essas bebidas tão especiais.

Nosso objetivo sempre foi alcançar o mais alto nível de qualidade e reconhecimento, e essa dedicação nos levou a nos inscrever no evento Prazeres da Mesa - Melhor Taça. Este evento reúne bares e restaurantes de todo o Brasil para avaliar e reconhecer as melhores cartas de bebidas e bares do país. As finais ocorreram em São Paulo, no dia 05/09, com nossa representação, Zimba, presente.

Com nossa carta de drinks e um imenso orgulho, o Café no Bule Pub & Grill foi coroado campeão, sendo reconhecido como a melhor carta de drinks do Brasil! Essa conquista é um tributo à dedicação de nossa equipe, consultores e, mais importante, aos nossos clientes que desfrutam da mais alta coquetelaria do Brasil.

Nossos sinceros agradecimentos a todos que fizeram parte desta jornada, e continuamos comprometidos em oferecer experiências de coquetelaria excepcionais.

Obrigado!

Ricardo Schier (Zimba) durante a premiação “Prazeres da Mesa - Melhor Taça” em SP.

Rock Beer

O consumo das cervejas sem álcool vem crescendo nos últimos anos no Brasil, principalmente entre a geração mais jovem. Segundo dados da Euromonitor Internacional, as vendas de cervejas sem ou com baixo teor alcoólico devem passar dos 480 milhões de litros no país ainda neste ano, alta de 24% em relação a 2022.

Essa previsão revela que a categoria vem ganhando cada vez mais espaço entre os consumidores e relevância no mercado cervejeiro.
Apesar de haver cada vez mais o interesse, principalmente, das novas gerações por esses produtos sem álcool, as marcas ainda enfrentam alguns desafios para comunicá-los a parte dos consumidores.

A tecnologia por trás da produção de cervejas sem álcool permite, cada vez mais, que o sabor entre uma cerveja comum e uma sem adição de álcool seja parecido. Isso porque o processo de fabricação das cervejas é o mesmo, contudo ao final é adicionada uma nova etapa para a retirada do álcool do líquido. Segundo os especialistas, a inovação por trás da técnica permite que o consumidor tenha acesso a um produto muito melhor que há alguns anos.

Além de romper o desafio de adesão de público, outro obstáculo que as marcas cervejeiras enfrentam ao comunicar seus produtos sem álcool aos consumidores é a inserção do produto em ocasiões em que as pessoas não estão acostumadas a ver, como no ambiente de trabalho, após uma atividade física e até mesmo dirigindo.

Explorar novos territórios com as cervejas sem álcool também é uma realidade dentro do plano de comunicação das marcas.

24 HORAS DE PURO ROCK

O QUE TOCA VOCÊ TOCA AQUI!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

Destaque publicitário

Que tal realizar o seu sonho de tocar um instrumento musical?

A @imfszabuniaoficial tem o curso personalizado para você!

Não importa sua idade, o que importa é a sua vontade em realizar o sonho de tocar um instrumento ou cantar.

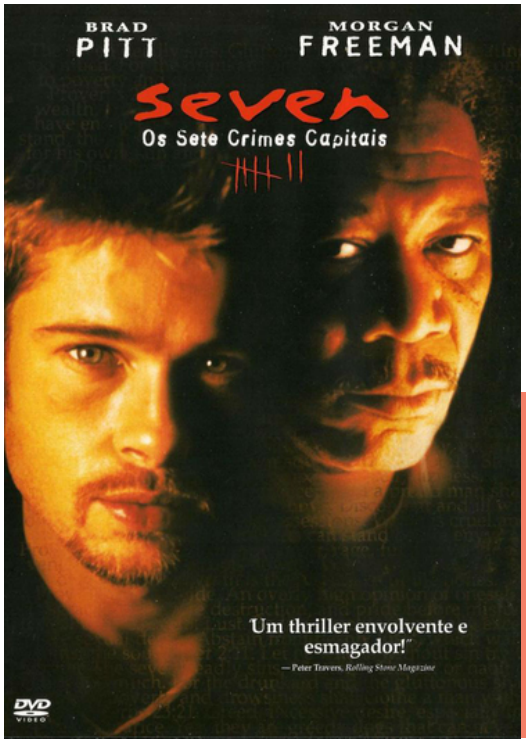
Marque já sua aula experimental gratuita através do whats app (47) 9.9230-1063.

FORA DE SÉRIE!

Os documentários ou filmes baseados em ‘true crimes” representam grande fatia do acesso das plataformas de streaming atuais. Contudo, os anos 90 foram repletos de filmes policiais muito bem dirigidos, com roteiros e atores consagrados no auge de suas carreiras.

Um dos filmes que mais me marcou foi “Seven”, lançado em 1995, a história parte de vários convencionalismos dos filmes de suspense e traz ao centro da trama dois detetives que perseguem um serial killer (interpretado por Kevin Spacey) extremamente perigoso. Morgan Freeman da vida ao Detetive William Somerset, um veterano da polícia local a quem é atribuído a parceria do jovem Detetive David Mills (interpretado por ninguém menos que Brad Pitt). Depois de cruzarem com uma horrenda cena em que um homem foi forçado a comer até seu estômago explodir, a dupla se vê envolvida no encalço de um assassino em série que pretende deixar sua marca no mundo ao coletar vítimas que façam referência com os sete pecados capitais retratados na mitologia católica.

Apesar das críticas positivas à época do lançamento, muitos acabaram evitando o filme. Muito pelo enredo construído por David Fincher que apresentava certo horror retratado nas cenas de cada um dos assassinatos e em como a história se desenrola para entregar um final nada peculiar. Mas, quase 30 anos depois, é notável a crescente importância do longa, o qual se configurou em um dos melhores filmes lançados por Fincher e que, mesmo com o reconhecimento, merecia ainda mais nossa atenção.



Mesmo se valendo de fórmulas vistas constantemente no gênero, *Seven* consegue se transformar em algo original e que nos tira o fôlego desde o primeiro até o último minuto.

@awaynopc

Como Jogar Baldur's Gate 3 Com Seu Amigo

Baldur's Gate é um game RPG com multiplayer online onde os dois players devem ter o game para poder jogar junto, mas ja imaginou poder jogar o modo coop com apenas uma cópia do game?

Nesta edição você vai aprender como fazer isso de uma forma fácil e segura com ajuda do Parsec.

Primeiramente vamos conhecer esta ferramenta um pouco mais:

O Parsec é uma plataforma de software que permite a transmissão e o compartilhamento de jogos e aplicativos em tempo real pela Internet. Ele é especialmente popular entre os jogadores que desejam jogar jogos de computador com amigos ou outras pessoas em diferentes locais geográficos. O Parsec funciona transmitindo a tela e o áudio do jogo do computador do host para o dispositivo do jogador remoto e, ao mesmo tempo, captura os comandos do jogador remoto e os envia de volta ao computador do host. Isso permite que as pessoas joguem jogos multiplayer como se estivessem na mesma sala, mesmo que estejam fisicamente distantes.

Além dos jogos, o Parsec também é usado em outras aplicações que requerem compartilhamento de tela e colaboração em tempo real, como programação em par, tutoria online e muito mais.

Vamos ao passo a passo de como você poderá jogar Coop Com apenas uma cópia do Game.

1. Uma cópia do game Baldur's Gate;

2. Baixar o Software Parsec neste link;

3. Criar uma conta com um E-mail neste link;

4. Adicione seu amigo de Gameplay no Parsec no menu esquerdo no painel;

5. Você deve logar no PC que tenha a cópia do jogo (para isso precisa pedir permissão);

6. Atenção, para reconhecer o Joystick necessita clicar na tela e clicar com alguns botões para o computador Host reconhecer ele;

7. Após abrir o Game, selecione um Novo Jogo e Escolha a Dificuldade;

8. Na tela de criação de personagens o segundo controle deve pressionar Start para abrir a tela coop; e

9. Após a criar seus personagens, basta apenas se divertir e aproveitar a gameplay.

SEGURANÇA DA INTERNET: COMO PROTEGER SEUS DADOS ON-LINE!

Se você está se perguntando como garantir proteção na Internet e como proteger seus dados on-line, confira estas dicas úteis de segurança na Internet:

Ative a autenticação multifatorial sempre que puder

Autenticação multifatorial (MFA) é um método de autenticação que pede aos usuários que forneçam dois ou mais métodos de verificação para acessar uma conta on-line. Por exemplo, em vez de simplesmente perguntar um nome de usuário e senha, a autenticação multifatorial solicita informações adicionais, como:

• Uma senha única extra que os servidores de autenticação do site enviam ao telefone ou endereço de e-mail do usuário.

• Respostas a perguntas de segurança pessoais.

• Uma impressão digital ou outra informação biométrica, como reconhecimento facial ou de voz.

Use um firewall

Um firewall funciona como uma barreira entre seu computador e outra rede, como a Internet. Os firewalls bloqueiam tráfego indesejado e também podem ajudar a impedir que software e malicioso infecte o seu computador. Normalmente, o seu sistema operacional sistema de segurança vêm com um firewall pré-instalado. Para maximizar a segurança na Internet, é uma boa ideia certificar-se de que esses recursos estejam ativados, com suas configurações definidas para executar atualizações automaticamente.

Crie senhas fortes e use um gerenciador de senhas seguro

Uma senha forte ajudará você a manter a segurança na Internet. Uma boa senha é:

• Longa – composta de até 12 ou mais caracteres.

• Uma combinação de caracteres – ou seja, letras minúsculas e maiúsculas, além de símbolos e números.

• Evita o óbvio – como usar números em sequência (“1234”) ou informações pessoais que alguém que conhece você possa adivinhar, como sua data de nascimento ou o nome do seu animal de estimação.

• Evite caminhos no teclado que sejam fáceis de memorizar.

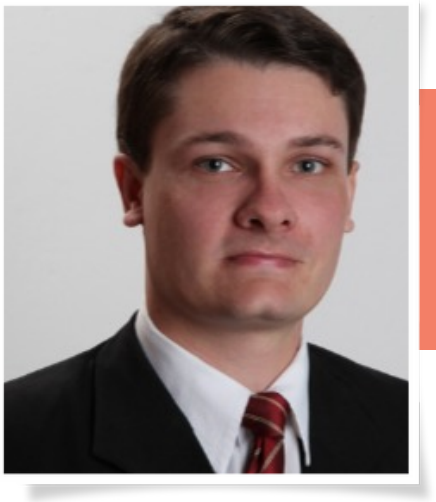
AWAY NO PC
Sapus
FORMANUTRI
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub

Destaque publicitário

Garanta um 2024 repleto de educação, aprendizado e muito amor para seus filhos!

Caminho do Saber: educação com afetividade!

PUNCH!



20 ANOS DO ESTATUTO DA PESSOA IDOSA

Em outubro de 2023 o Estatuto da Pessoa Idosa (Lei nº 10.741, de 01.10.2003) completa 20 anos! O idoso em países mais desenvolvidos é visto com outros olhos, recebe todos os seus direitos e dispõe de apoio para aproveitá-lo inclusive profissionalmente.

Infelizmente no Brasil ainda é forte a tendência cultural de isolar o idoso, não sendo rara a ideia de considerá-lo inútil. Essa excessiva valorização da juventude contribui para agravar o conceito de Terceira Idade em nosso meio, sem contar que a Saúde Pública, a Previdência Social e outros serviços essenciais não estão estruturados para cuidá-los de maneira eficiente.

A sociedade brasileira ainda não se adaptou às grandes mudanças ocorridas no que tange a valorização pessoal e social da pessoa de maior idade. Vale lembrar que o envelhecimento da população mundial (fruto da queda no número de nascimentos) a tempos vem sendo destacado, contudo o idoso ainda está longe de se sentir integrado a tais mudanças.

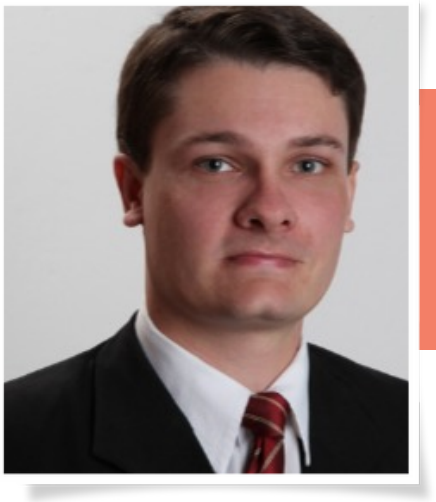
O Estatuto do Idoso veio para dar segurança às pessoas maiores de 60 anos, seus artigos revelam um cuidado que visa resgatar o direito à cidadania destes brasileiros. Porém, muitos idosos ainda dependem de uma mísera aposentadoria para sobreviver, deparando-se também com a falta de moradia, com as dificuldades de transporte e principalmente de atendimento médico.

Entre os pontos essenciais trazidos pelo referido estatuto destacam-se os seguintes:

1. O atendimento preferencial imediato e individualizado junto aos órgãos públicos e empresas privadas (bancos, correios, supermercados, etc.);
2. A garantia de acesso à rede de serviços de saúde e de assistência social, bem como o fornecimento gratuito de medicamentos (especialmente os de uso continuado);
3. O direito à pensão alimentícia;
4. A concessão de estímulos à contratação de idosos pelas empresas privadas;

AWAY NO PC
Sapus
FORMANUTRI SUPLEMENTOS
CONFECÇÕES ALBATROZ
BAR DO GALO 98400.0640
PRADO ARTES GRÁFICAS
PROTEGIDO GARRAS DA NOITE (47) 99120-4476
TÔ NO TRABALHO GastroPub

PUNCH!



5. O transporte coletivo gratuito aos maiores de sessenta e cinco anos;
6. A prioridade no trâmite de processos judiciais e administrativos;
7. A impossibilidade dos planos de saúde cobrar valores mais elevados dos idosos;
8. Nenhum idoso poderá ser objeto de negligência, discriminação, violência e crueldade;;
9. A preferência na formulação de políticas sociais, tendo privilégio na destinação de recursos públicos; e
10. A manutenção do idoso com a sua própria família.

Como se percebe, o estatuto garante muitos benefícios importantes reforçando que a família, a comunidade e o Poder Público têm o dever de garantir ao idoso, com absoluta prioridade, os direitos assegurados a toda pessoa humana.

É fato que os idosos foram presenteados com um estatuto só para eles, o que proporciona aos "velhinhos" um tratamento totalmente diferenciado e repleto de facilidades. Contudo, ainda há muito a ser aprimorado e colocado em prática. Comecemos, quem sabe, resgatando alguns ensinamentos de nossos pais, os quais ainda na infância nos pediam para respeitar os mais velhos.

Estamos tratando aqui de uma obrigação que é conjunta, não bastando que cobremos dos outros a consideração que merecem os idosos, quando a mesma atitude não parte de nós.

Que todos os vovôs e vovós possam desfrutar de uma vida digna tendo a consciência de que fizeram e continuam fazendo muito por nossa comunidade!

Dr. Roger Marcondes Carvalho - OAB/SC 28.305

> ***"A sociedade brasileira ainda não se adaptou às grandes mudanças ocorridas no que tange a valorização pessoal e social da pessoa de maior idade. Vale lembrar que o envelhecimento da população mundial (fruto da queda no número de nascimentos) a tempos vem sendo destacado, contudo o idoso ainda está longe de se sentir integrado a tais mudanças."***

TROCANDO IDEIAS COM DR. VICENTE CAROPRESO

@drvicentecaropreso

FRATURA DE QUADRIL

A Universidade Harvard fez um estudo em 19 países e concluiu que, até 2050, os casos de fratura do quadril devem crescer 4 vezes no Brasil.

Entre as causas, estão o envelhecimento acelerado da população e a falta de tratamento adequado contra a osteoporose; principalmente entre os homens. As mulheres costumam fazer exames de densitometria óssea solicitados pelos ginecologistas, mas não existe essa rotina para o homem, que, além disso, tem resistência a ir ao médico.

A maioria das fraturas ocorre dos 65 aos 99 anos e são 3 vezes mais comuns em mulheres, pela perda maior na densidade dos ossos e enfraquecimentos dos músculos.

A osteoporose está relacionada ao envelhecimento, à menopausa, à baixa absorção e processamento de vitamina D e ao sedentarismo. Outros fatores das quedas são a falta de equilíbrio por efeitos de medicações, dificuldades de visão e menor agilidade. Por isso, deve-se propiciar um ambiente livre de obstáculos como tapetes, brinquedos de crianças e móveis, que possam facilitar um tombo.

As mulheres são propensas à osteoporose porque depois da menopausa há queda na produção de hormônios que protegem o esqueleto - 30% delas apresentam osteoporose a partir dos 50 anos, contra 10% dos homens.

Entretanto, as taxas de mortalidade por fratura de quadril são proporcionalmente maiores nos homens do que nas mulheres que sofrem esse tipo de trauma.

Para evitar a osteoporose deve-se consumir alimentos ricos em cálcio – como os laticínios; tomar sol diariamente para a produção da vitamina D - necessária para a absorção desse cálcio pelos ossos; fazer exercícios físicos regulares para fortalecer músculos e ossos; e incluir a densitometria óssea no check-up anual.

Aproximadamente metade dos pacientes idosos com fratura do quadril não consegue iver independentemente após esses acidentes, apesar disso, a maioria dos idosos retorna ao nível de atividade ou vive prazerosamente após o tratamento adequado aliado a hábitos mais saudáveis, como a prática de exercícios físicos regulares

IMFS A sua escola de música
FisioRine consultoria de fisioterapia
Academia Estação Saúde
Colégio Caminho do Saber
Mundo Rock
Wolff Express
Bello do Rock
Escritório Contábil Ruthes
Alpine

A CARTA

Djonisio Castilho

Ninguém pode dizer, com certeza, onde estará daqui a dez ou vinte anos. Você não sabe se estará livre ou preso, se será honrado ou desprezado, se terá muitos ou poucos amigos, se será amado ou rejeitado. A incerteza é um território desconhecido e inexplorado que muitas vezes alimenta o medo e rouba a alegria. Embora o futuro não seja claro como a luz do sol, você pode enfrentá-lo com esperança.

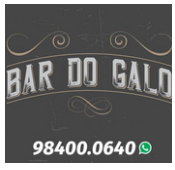
Há uma expressão antiga que diz: "Enquanto há vida, há esperança. "Mas será que a esperança pode mudar nossa vida realmente? Pode remover nossas tristezas e nosso fatalismo? Nutrir a esperança em meio ao caos faz realmente a diferença? Uma história nos ajudará a responder essas perguntas.

“Um soldado foi capturado como prisioneiro de guerra. Seus inimigos transportaram-no de trem para longe de sua terra natal. Sentiu-se afastado de seu país, privado de sua família, isolado de qualquer coisa que lhe fosse familiar. Sua solidão crescia enquanto continuava sem notícias do lar. Não conseguia saber se sua família continuava viva ou como estava seu país. Perdeu qualquer razão para continuar a viver. Mas, inesperadamente, recebeu uma carta. Estava cheia de borrões e manchas, rasgada nas beiradas por causa do tempo que demorou a chegar. A carta dizia: "Estamos esperando você voltar para casa. Tudo está bem aqui. Não se preocupe.""

Instantaneamente tudo lhe pareceu diferente. Suas circunstâncias não mudaram. Continuou executando o mesmo trabalho árduo e vivendo da mesma mísera ração, mas agora ele sabia que alguém estava esperando por sua libertação e retorno ao lar. Embora tudo ao seu redor continuasse o mesmo, a esperança mudou sua vida!

E não é assim que a esperança chega até nós? Ela vem em um carta, e-mail, telefonema, em uma notícia e em tantos outros formatos. Em geral ela não muda nossa circunstância exterior imediatamente. Seguimos tocando a vida em frente com as mesmas dificuldades, mas quando a esperança se revela, ela muda nosso interior. Ela nos dá força para viver!

Texto adaptado de: NOUWEN, Henry. Transforma Meu Pranto em Dança: Cinco Passos para Sobreviver à Dor e Redescobrir a Felicidade. Rio de Janeiro: Thomas Nelson, 2007. p.66.



A Comissão do Esporte (CEsp) do Senado Federal aprovou o Projeto de Lei (PL) que quer permitir que os valores gastos com mensalidades de academias sejam descontados do Imposto de Renda (IR).

O projeto do senador Veneziano Vital do Rêgo (MDB-PB) estabelece o desconto da base de cálculo do Imposto de Renda Pessoa Física (IRPF) das despesas com academias e estabelecimentos assemelhados, além de instrutores de educação física. O texto prevê limite para as deduções de R$ 3.561,50 anuais.

Segundo o projeto, esta dedução poderia ser incluída em casos de pagamentos efetuados pelo contribuinte relativos à atividade física própria e de seus dependentes, desde que comprovados com nota fiscal.

O autor ainda defende que o desconto é válido por melhorar a qualidade de vida dos brasileiros e também ajudar na redução de outros gastos "o incentivo à prática de atividade física reduzirá, ao longo do tempo, o volume de despesas com médicos, clínicas e hospitais, o que significará a diminuição do volume de gastos dessa natureza apresentados pelo contribuinte para dedução do IRPF".

@contabilidaderuthes

MUNDO PET

Dr. Guilherme Augusto Tureck

Luto animal: o que fazer quando o cachorro morre e como superar essa grande perda.

É difícil chegar em casa e não encontrar mais o seu amigo de quatro patas pulando de alegria por te ver ou se aconchegando ao seu lado enquanto você está apenas assistindo televisão. Só quem passa pela perda de um cãozinho sabe como pode ser difícil lidar com a saudade. Superar o luto animal e entender o que fazer quando o cachorro morre não é uma tarefa simples, mas algumas dicas podem te ajudar nesse momento de dor.

Por mais difícil que seja, se permita viver o luto pelo animal de estimação.

Aceitar o luto animal é o primeiro passo que o tutor deve ter para superar a perda. Muitas pessoas preferem esconder seus sentimentos pois, dessa forma, é mais fácil fingir que nada aconteceu. Porém, esse não é o melhor caminho. Esconder o luto pode até ajudar no primeiro momento, mas a verdade é que não tem como fugir dele. O melhor que o tutor pode fazer quando o cachorro morre é lidar com o luto animal. Gato, cão ou qualquer outro pet vai fazer falta no dia a dia e esse período é essencial para se adaptar à nova realidade.

Passar pela experiência do luto ajuda o tutor a compreender melhor seus sentimentos e, assim, aprender a conviver com eles. Portanto, por mais que seja doloroso, lidar com o luto animal é importante para a sua saúde mental.

Como lidar com as saudades do meu cachorro que morreu? Busque sempre a companhia de quem você ama.

Como superar o luto de um animal? Uma dica essencial nesse momento é se apoiar nas pessoas que você ama. Não tenha medo de pedir ajuda para a sua família e amigos próximos. As palavras de apoio podem te ajudar a conseguir um conforto nesse momento tão difícil. Algumas pessoas preferem se isolar por um tempo e não há problema algum em ficar um tempo sozinho para assimilar seus sentimentos e compreender como conviver com a perda. Porém, não afaste as pessoas que você ama e busque nelas um tipo de alívio.

Durante o luto animal, não tenha medo de falar sobre o cachorro que se foi.

Uma dica muito importante no processo de como lidar com as saudades do cachorro que morreu é falar sobre ele. Por mais que você sinta vontade de chorar sempre que se lembra do seu amigo, é bom colocar para fora os seus sentimentos e todas as lembranças que você tem com ele. Desabafar é uma boa maneira de aliviar um pouco o peso que existe dentro de você. Colocar as memórias em palavras te faz lembrar como seu cachorrinho foi feliz, amado e teve uma vida maravilhosa ao seu lado. Buscar pessoas que também já vivenciaram o luto por um animal é mais uma dica para

MUNDO PET

Dr. Guilherme Augusto Tureck

lidar melhor com esse momento. Quem já passou pela perda de um pet entende bem o que você está sentindo e pode te ajudar a lidar melhor com esse processo.

Adotar outro cachorro pode ser uma boa ideia após o período de luto animal.

Nos primeiros meses após a partida do cachorro, algumas pessoas acham que jamais serão capazes de ter um outro animal pois tem medo de passar por toda a perda novamente. Outros indivíduos, por sua vez, decidem adotar outro cachorro rapidamente pois é uma forma de suprimir oo vazio. A verdade, porém, é que nenhuma decisão deve ser tomada quando ainda se está vivendo o luto por animal de estimação. A presença de um cachorro em casa traz muitos benefícios no dia a dia, então não tome decisões precipitadas sobre jamais adotar um pet novamente. Por outro lado, é fundamental viver o luto e entender que cães não são substituíveis. Não adianta adotar um cachorro para se sentir melhor pela perda do outro. O recomendado é esperar até que você já tenha superado a perda do animal e esteja lidando melhor com a saudade. Nesse momento, vale a pena considerar a adoção de cachorro novamente.

Crianças também sentem o luto animal.

Criança e cachorro em uma mesma casa criam uma forte conexão. Os dois passam o dia brincando e se divertindo juntos. Além disso, o cão ensina ao pequeno muitas coisas como responsabilidade e cuidados com os outros. Sem dúvidas, crescer com um cãozinho traz muitos aprendizados e momentos felizes na vida de uma criança.

É por isso que a perda do animal também afeta a sua vida. O luto animal mexe com a criança que, no começo, não entende muito bem o que está acontecendo e para onde seu cãozinho foi. Por isso, por mais que lidar com o seu próprio luto por um animal de estimação já seja um processo difícil, saiba que a criança está passando pela mesma coisa e também precisa de apoio nesse momento.

Como explicar para uma criança que o cachorro morreu?

Não é nada fácil contar para uma criança que seu cãozinho morreu. Por isso, muitas pessoas omitem essa informação e adotam expressões como “foi para um lugar especial” na tentativa de explicar ao pequeno que o pet não está mais em casa. Porém esse não é o melhor caminho. O ideal é aproveitar esse momento para explicar para a criança o conceito de morte. Entender isso desde cedo pode até mesmo ajudá-la a lidar melhor com perdas no futuro. É claro que você não precisa entrar nos detalhes mais intensos, mas explique que é uma fase da vida e que, por mais que o cãozinho vá fazer falta, são as memórias bonitas que ficam para sempre.

O cachorro sente saudade de outro cachorro que morreu assim como nós,

O seu cachorro sente saudades do seu amigo tanto quanto você e, portanto, precisa da sua ajuda para lidar com o vazio. Para isso, é importante se

MUNDO PET

Dr. Guilherme Augusto Tureck

mostrar presente. O cãozinho está acostumado em sempre ter uma companhia, então fique mais tempo com ele e dê muito carinho. Apesar de ser difícil durante o luto por um animal, procure manter a rotina do cão que ficou. Mudanças estressam os cães, então tente passear com o cachorro no horário que ele está acostumado, continue realizando as atividades que ele precisa fazer e mantenha as refeições no mesmo horário.

Aliás, a alimentação do cachorro merece uma atenção especial. É comum que o cãozinho triste perca o apetite e coma menos, o que é muito ruim para a sua saúde. Caso perceba que o luto animal está bem intenso e ele não apresenta melhoras com o tempo, peça ajuda de um veterinário.cachorro merece uma atenção especial. É comum que o cãozinho triste perca o apetite e coma menos, o que é muito ruim para a sua saúde. Caso perceba que o luto animal está bem intenso e ele não apresenta melhoras com o tempo, peça ajuda de um veterinário.

O que fazer quando o cachorro morre? Saiba o que fazer com o corpo do animal.

Em meio ao luto por um animal de estimação, é bem difícil pensar em qualquer coisa a não ser a saudade que você sente do cão. Porém, é importante cuidar de alguns detalhes para fechar esse ciclo e garantir uma morte digna ao seu pet. Muitas pessoas têm dúvidas sobre qual deve ser o destino do corpo do cachorro que morreu. Ele deve ser enterrado? Isso pode ser feito em casa? O cão pode ser cremado. Se você quer saber o que fazer quando o cachorro morre, confira duas opções:

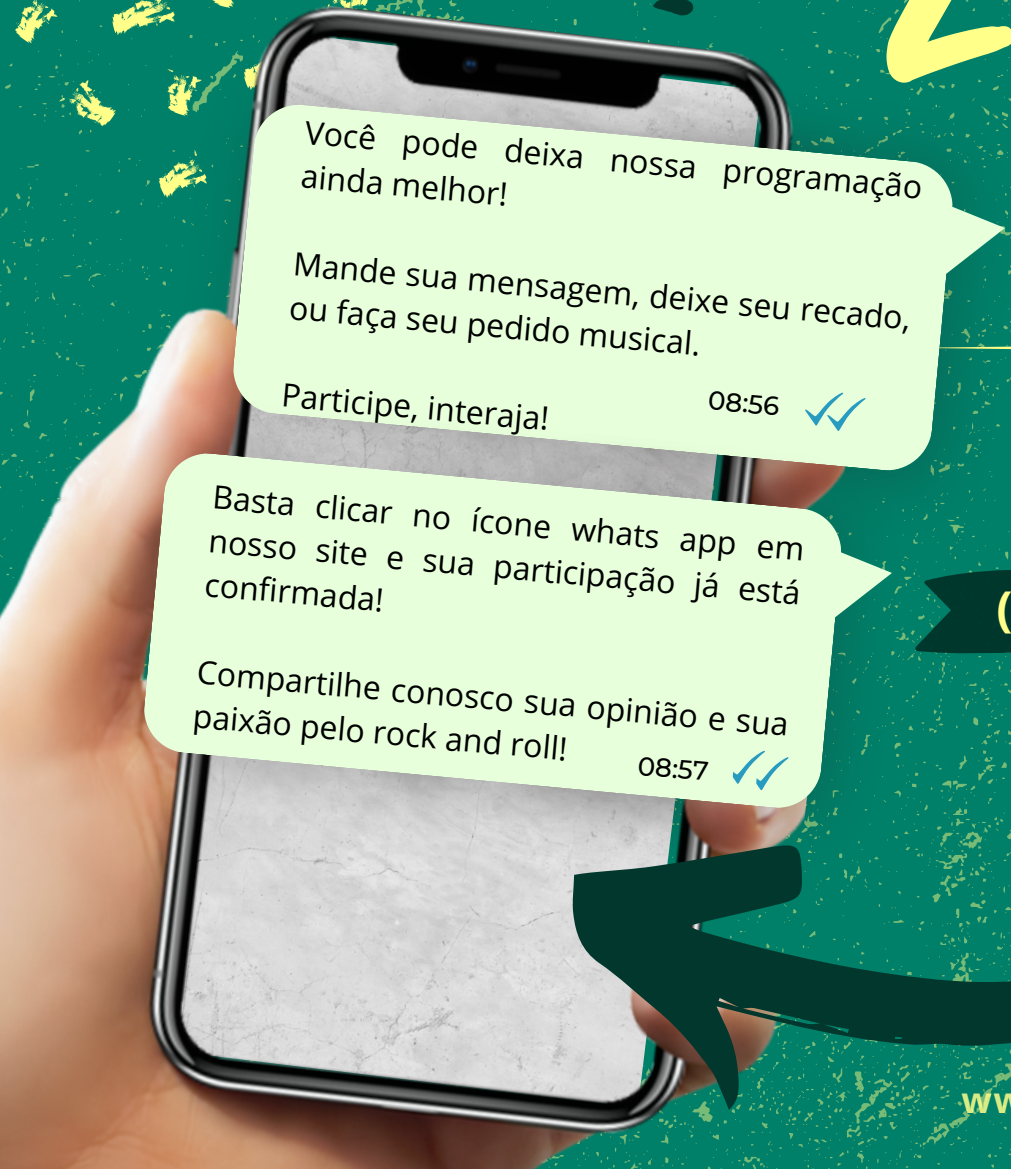
1) ***Crematório pet:*** são locais especializados em realizar a cremação de animais de estimação de forma cuidadosa e respeitosa. Não se pode, por exemplo, jogar as cinzas de um animal em rios e solos, pois é crime ambiental. Então, o crematório pet é a melhor opção, pois tudo será feito da forma correta. As cinzas podem ser destinadas ao tutor e existe ainda a possibilidade de se realizar um velório, o que pode ajudar bastante no processo de luto por animal de estimação.

2) ***Cemitério pet:*** o animal de estimação também pode ser enterrado em um cemitério especial para pets. Esses locais têm autorização da prefeitura para realizar o enterro de forma segura, tanto para o meio ambiente quanto para a população local, já que enterrar animais em decomposição de forma errada pode ser um perigo para a saúde pública. Por isso mesmo, enterrar cães no quintal de casa não é uma boa ideia.

Você pode sempre pedir para algum parente ou amigo de confiança te ajudar na busca por crematório ou cemitério pet. Assim, o peso não fica apenas em você. Nos primeiros meses, pode parecer que você nunca vai superar a perda mas saiba que nenhum luto é eterno. Fique com as boas memórias do seu cachorrinho e lembre-se que o amor de vocês é único e sempre continuará existindo.

@radioedobalacobaco

CHAMA NO ZAP!



(47) 99240-3668

www.edobalacobaco.com.br

Destaque publicitário

Lojas Sapus, tudo o que você precisa tem aqui!

Presentes e artigos para festas, itens especializados em camping e pesca, completo setor de utilidades e eletrônicos!

São quatro lojas para melhor lhe atender!

Sapus Fest e Sapus Filial na rua Jorge Lacerda no Bairro Cruzeiro, uma no Mak Center e a recém inaugurada na frente do Centro Comercial Orion.

ESPORTES E BEM ESTAR

RESENHA DA NEWS

O mês de setembro tem entre suas comemorações o “Dia do Radialista“, sendo assim, mesmo após as considerações feitas pelo mestre Mauricio Baier em seu artigo “O rádio é brasileiro?“ que integra esta edição (página 47), não podemos deixar de lembrar os profissionais que conduzem e criam toda a emoção das transmissões esportivas.

Entre aqueles que mais se destacam sem dúvidas o nome de Erico Nagorski é unanimidade. Portanto, a resenha de outubro de 2023 é com uma das figuras mais conhecidas em nosso meio esportivo: Erico Nagorski!

Adejair Bastos conversa mensalmente com as principais personalidades esportivas da região!

Erico é um dos grandes nomes da Vitrine FM (97,3 FM)

Deja: Erico, você se encontra em um momento profissional especial. Sendo considerado como um dos principais nomes da imprensa em nossa região. Quem acompanha seu trabalho, muitas vezes não sabe, mas você também foi um desportista de nossa cidade. Conte-nos um pouco sobre como foi esse período de sua vida, e a início desse gosto pelo esporte.

Erico: Sempre estive perto do esporte, fui goleiro do time do extinto Santa Cruz na década de 90, gosto de pedalar, correr, me movimentar. Na época, eu era aspirante ainda. Meu pai foi ciclista, jogador de futebol e apaixonado pelo esporte. E veio dele, toda a inspiração de conhecer o esporte, independente da modalidade. Qualquer canal de TV que estivesse transmitindo esporte ganhava nossa audiência. E sempre trouxe comigo que ouvir é mais aprendizado do que falar. E não é que deu certo!

Deja: E como foi seu início na imprensa, e consequentemente na crônica esportiva onde sua voz é a que leva a emoção do esporte para nossa cidade, região, com coberturas de eventos a nível nacional e internacional?

Erico com Luís Roberto (principal narrador esportivo da Rede Globo) na seletiva dos Jogos PAN de 2007 no RJ.

Erico: Comecei como sonoplasta no rádio AM da época. Queria montar, desmontar, criar. Isso foi me instigando a buscar melhorar a parte técnica, o que era fundamental para viabilizar as futuras transmissões externas e principalmente esportivas da rádio em que trabalhava. Conquistei alguns momentos que foram épicos para meu início de carreira, como por exemplo, a Oficina de Narradores do Sistema Globo de Rádio, TV Globo, SportTV e rádio CBN em 2005. Passei em um concurso nacional, ficando entre os dez selecionados para aprender com os profissionais de lá, por dez dias. Eu chegava às 6h e saía após as 19 horas, tinha minha fome de saber como faziam, como se preparavam, quem os ensinou, como chegaram lá. A partir

dessa experiência começaram a aparecer os trabalhos de narrador das mais diversas modalidades, justamente porque eu entendi que ser narrador de esportes exige cobrir várias modalidades. Corridas de Mountain Bike (World Cup 2006), Mundial Master em três anos consecutivos, os campeonatos pan-americanos, campeonatos brasileiros de Down Hill, Triátlon e claro o futebol transmitido pelo rádio, muitas delas contratam para aquele serviço específico. Nesta onda, consegui inserir a Rádio Rio Negrinho em duas finais de Liga Nacional, que teve em quadra o craque Falcão e Cia, entre outros tantos eventos em que fui convocado, aqui e fora do estado. Sempre acompanhado de meus amigos que também são ótimos profissionais e levantam a bola pra eu fazer valer o desfecho de sucesso. Estive por vezes na Volta Internacional de Gravataí de MTB, Tour de ciclismo e agora estou me preparando para a prova da União Ciclística internacional – UCI GranFondoBrasil.

Erico é narrador de eventos esportivos desde 2005.

Deja: Dentre todos os seus trabalhos e transmissões, considerando que todos tem sua importância, há certamente aqueles os quais te trouxeram mais realização profissional, cite alguns:

Erico: Acho que todas as transmissões têm sua importância e particularidades. Mas existem aqueles eventos de maior expressividade, ou que recebe olhares de maior público, como a World Cup MTB 2006; Seletiva de triátlon do pan-americano Rio2007; Mundial de másters 2011,2012 e 2013; Finais da Liga Nacional de Futsal. E certamente a convivência que tive com os profissionais da Rede Globo rádio e TV. Essa foi uma escola decisiva para o caminho a ser escolhidas em minha carreira, o aprendizado de comportamento e estratégias, técnicas e a convivência com os diversos tipos de públicos e modalidades esportivas, enfrentamento de situações inusitadas. Inclusive para dar noção do plano que eu seguiria para ser cronista esportivo, jornalista, apresentador e comunicador de rádio.

Deja: De todos os jogos, corridas, lutas, enfim todos os esportes que trouxeram conquistas ao Brasil. Qual conquista você gostaria de ter tido a oportunidade de ter narrado?

Erico: As Olimpíadas de 2016 no Rio de Janeiro. Esse foi um momento único para o Brasil. Diante de um grande feito no quintal de casa, acredito que seria brilhante viver essa atmosfera gloriosa do esporte mundial. Mas ainda dá tempo. Atualmente, as plataformas de coberturas jornalistas esportivas estão bem mais perto do que em 2016, e com o tempo, a oportunidade chegará.

Erico é o narrador oficial do Campeonato Brasileiro de Rally de Velocidade desde sua 1° edição.

Deja: Com todo seu histórico profissional, de relevante reconhecimento e admiração do público, qual é a sua referência na profissão, em quem o Erico se inspira na crônica esportiva?

RESENHA DA NEWS

Erico: Inspiro-me em todos os profissionais que respeitam os seus colegas. Aprendi com um senhor, lá bem no início de minha vida, que meus colegas; são colegas; e não concorrentes. Se ele crescer, eu cresço também, mas se ele cair, eu caio também. Então é melhor se ajudar, do que empurrar. Tem espaço pra todo mundo que sonha e corre atrás, dia após dia, sem esmorecer. Assim as pessoas servem de inspiração, pois são esses que vão te dizer o que tem de novo, o que já é passado e você sentirá a hora e o que poderá criar para seguir na carreira. Isso tudo. Levando em consideração que chegar é uma coisa, mas permanecer é bem mais difícil. Muita persistência, bondade e fé te levarão ao auge.

Erico e José Valdecir recebendo do comentarista Ismael Cristof o prêmio "Destaque Esportivo de 2022". A dupla conduziu por longos anos as transmissões esportivas da Rádio Rio Negrinho (1570 AM, agora 97,9 FM).

Deja: Para fechar nossa resenha, repasso os votos de admiração e carinho de toda a equipe do Grupo de Comunicação Marcondes Carvalho (em especial de nosso diretor Dr. Roger) e aproveito para perguntar como é o Erico longe dos microfones? Consegue conciliar a rotina de viagens e eventos com a figura paterna e os compromissos familiares?

Erico: Sim. O propósito de tudo isso, de toda a vida, é ter essas pessoas sempre comigo. Minha família é o que me move e vivo intensamente cada dia esse presente que Deus me deu. Crianças crescem, a vida passa e tudo deve ser aproveitado da melhor forma possível, como diz no livro de Marcos Piangers Papai é Pop. Além dos eventos, tenho um afazer diário, mas a família sempre compartilha do que faço, assim como eu também sou recíproco a atenção que me dão. E o melhor, tudo isso acontece de forma natural.

> ***"Inspiro-me em todos os profissionais que respeitam os seus colegas. Aprendi com um senhor, lá bem no início de minha vida, que meus colegas; são colegas; e não concorrentes. Se ele crescer, eu cresço também, mas se ele cair, eu caio também. Então é melhor se ajudar, do que empurrar. Tem espaço pra todo mundo que sonha e corre atrás, dia após dia, sem esmorecer."***

@dejajun

LANCE LIVRE GANHA JOGO

Por Marcelo Piovanotti e Aldo Mund, Clube do Basquete Podcast.

Na intensidade do jogo de basquete, onde jogadores exibem dribles ousados e cestas sensacionais, há um elemento que muitas vezes passa despercebido até para o torcedor mais apaixonado: o lance livre. Um singelo arremesso, mas que é crucial para o sucesso em uma partida. O famoso ditado "Lance livre ganha jogo" não é apenas um clichê; é uma realidade incontestável nas quadras ao redor do mundo.

Em tese, o lance livre é o arremesso mais descomplicado no basquete, uma vez que ocorre sem contestação, proporcionando ao atleta uma oportunidade única para se concentrar, respirar e buscar o melhor equilíbrio corporal para a execução precisa da mecânica de arremesso. É o momento do jogo em que o atleta tem tempo para se preparar para converter a cesta, sem interferências do adversário. É uma oportunidade singular para marcar pontos preciosos que podem ser decisivos em uma partida. Em nenhuma outra situação da partida, o atleta tem tamanha liberdade para realizar um arremesso. Nesse sentido, se configura enquanto o arremesso que teria a maior chance de acerto em toda uma partida de basquete.

Portanto, a importância do lance livre não deve ser subestimada. Ele não é apenas uma formalidade do jogo de basquete, mas sim um elemento fundamental na definição da vitória. Em um jogo tão dinâmico, onde cada ponto é crucial, a habilidade de converter lances livres pode ser a diferença entre o triunfo e a derrota.

Para dominar a arte do lance livre, os atletas precisam mergulhar em uma rotina de treinamentos que vai além da programação estabelecida pela comissão técnica de suas equipes. O treino de lances livres exige esforço individual e disciplina, pois cada jogador deve aprimorar sua técnica de forma independente, encontrando o ritmo e a confiança necessários para o arremesso.

Na próxima vez que você observar um jogador na linha de lance livre, lembre-se: o lance livre não é apenas um arremesso fácil; é uma das ferramentas que os jogadores inteligentes utilizam para construir a vitória.

Fique atento as transmissões e conteúdos exclusivos do Clube do Basquete Podcast:!

https://www.youtube.com/@clubedobasquetepodcast3877

É DO BALACOBACO

Referência em transmissão esportiva!

Coberturas exclusivas com pré e pós jogos e é claro, com o melhor custo benefício do mercado!

Não passe vontade, transmita também o seu evento!

KICK-OFF

TEMPORADA 2023

Apresentação:
Everton Gnewuch e
Rodrigo Mota

TODA QUARTA

20 HORAS

www.edobalacobaco.com.br

Kick-off

Já se passaram duas emocionantes semanas da temporada 23/24 da NFL, e os fãs do futebol americano já foram presenteados com uma série de surpresas, reviravoltas e momentos marcantes. Entre as histórias mais impactantes até o momento, destacam-se a defesa intransponível do Dallas Cowboys, a lesão de Aaron Rodgers e o retorno triunfante de Matthew Stafford.

O Dallas Cowboys tem sido o destaque até agora, graças à sua defesa sólida e eficaz. A equipe demonstrou uma atuação impressionante em campo, deixando adversários com dificuldades para marcar pontos. Com uma defesa tão dominante, os Cowboys estão se destacando como um forte candidato nesta temporada.

Cowboys se destacam no início da temporada!

Uma das notícias mais chocantes da temporada foi a lesão de Aaron Rodgers, astro do New York Jets. O quarterback talentoso sofreu uma lesão no tendão de Aquiles e não conseguiu completar um quarto inteiro de futebol americano até agora. Há esperanças de que Rodgers possa retornar a tempo dos playoffs, mas isso dependerá do desempenho dos Jets durante a temporada regular.

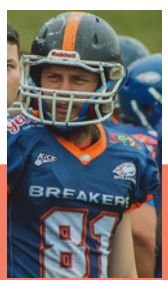
Momento da lesão de Rodgers.

Do lado oposto do espectro de lesões, temos o retorno triunfante de Matthew Stafford. O quarterback, que enfrentou lesões no ano anterior, está agora completamente recuperado e demonstrando grande entrosamento com o novato Puca Nakua. O wide receiver já está fazendo história, estabelecendo um novo recorde de recepções para um novato nas duas primeiras semanas da temporada.

Enquanto algumas equipes brilham, outras ainda estão em busca de seu melhor desempenho. Os New York Giants, por exemplo, enfrentaram dificuldades e levaram seis quartos para marcar seus primeiros pontos na temporada. Por outro lado, os Cincinnati Bengals também tiveram um início difícil, quase necessitando de seis quartos para registrar seu primeiro touchdown. Embora essa situação não fosse esperada, é importante lembrar que estamos apenas no início da temporada, e muitas reviravoltas ainda podem acontecer.

Acompanhe as análises do Kick-Off na rádio É do Balacobaco toda quarta às 20h ou no youtube:

https://www.youtube.com/@TheKickOffShow-ij6uy



@gnewuch

Everton Gnewuch

GIRO ESPORTIVO

Era uma vez no Esporte de Rio Negrinho

Nessa edição, vamos relembrar a história de um time de garotos que representou Rio Negrinho nas edições do Moleque bom de Bola de 1996. A equipe sob o comando do Professor Everaldo Gaúcho, e do seu inseparável auxiliar professor Laênio, esteve representando Rio Negrinho sendo nesse período: Campeã microrregional do moleque bom de bola 1996, ainda disputou a fase regional onde obteve a 5ª colocação e garantiu vaga para a fase estadual que foi disputada em Canoinhas. Sua campanha no estadual foi histórica, derrotando equipes de base de grandes clubes do estado, Criciúma (1ªfase), Chapecoense (8ª de Finais), Joinville (4ª de finais) e terminando com a honrosa 3ª colocação. Essa mesma geração ainda conseguiu conquistar: Bicampeonato microrregional dos joguinhos abertos de Santa Catarina 1997/1998, o regional dos joguinhos abertos de Santa Catarina de 1998, o Integração da Liga São Bentense de Futebol 1998, e disputou ao IV campeonato Brasileiro 1998 (Foz do Iguaçu).

Foto após a partida entre Rio Negrinho e Blumenau pelo Regional do Moleque Bom de Bola de 1996.

BRASILEIRÃO 23

E o Botafogo hein? Nadava de braçada, lembrando o auge de Phelps contra seus adversários, agora vê sua diferença cair para 6 pontos em relação ao Bragantino. Faltando 14 rodadas para o fim do campeonato, a disputa que outra hora estava decretada pelos "especialistas" como finalizada, agora ganha ares de que teremos emoções até início de dezembro. Bom para quem gosta do futebol competitivo.

Copa Norte Futebol

O Grêmio Esportivo Vila Nova, segue representando Rio Negrinho na competição. Dono da 2ª melhor campanha na fase classificatória, o time do técnico Almir "Rato" disputa no dia 01/10 e no dia 08/10 a fase de quartas de finais, tendo como adversário o time do Aliança Futebol Clube da cidade de Mafra-SC. Por ter melhor campanha o Vila decide em casa o confronto, que promete ser acirrado. Boa sorte ao Vila, que é a cidade de Rio Negrinho na competição que movimenta o planalto norte de Santa Catarina.

Jogo que confirmou a 2ª melhor campanha do campeonato (Vila Nova 01 x 00 Corinthians – Bela Vista do Toldo)

Libertadores 23

O Brasil segue dominante no futebol sulamericano, e conta com seus 3 representantes para mais uma vez emplacar final brasileira no Maracanã. Palmeiras x Boca Juniors e Internacional x Fluminense jogam as semifinais para decidir quem continua a caminhada até a grande final. Meu destaque vai para a equipe do Internacional, pouco falada, com troca de comando, campanha irregular no brasileirão, mas que na libertadores faz uma campanha gigante, eliminando o River Plate e criando casca para o duelo contra o Flu, se tivesse que apontar uma final arriscaria Internacional x Boca Juniors!

Acelerando Emoções!

Aos apaixonados por velocidade, minhas saudações!

Nesse novo contato, vamos falar um pouco sobre as categorias e os tipos de carros que participam das arrancadas em pista de terra.

Os regulamentos clássicos das arrancadas dividem os carros conforme sua potência, limitada ou livre, alimentação, aspirado ou turbo e por eixo de tração, podendo ser dianteiros, traseiros ou 4x4. Outra categoria que está crescendo muito é a de pilotos femininas, carinhosamente apelidadas de Penélope, em alusão ao famoso desenho animado.

Um formato muito popular, que teve origem nos Estados Unidos e ganhou muita visibilidade com os programas exibidos pelo canal Discovery Turbo é as arrancadas em formato de lista, estilo Corridas Proibidas. Nesse formato não importa o tipo de carro ou sua motorização. Apenas uma lista com os nomes dos competidores é definida e as disputas ocorrem na forma de desafio, onde um competidor desafia o outro que está numa posição logo acima da sua. Quem ganhar a puxada sobe na lista, até chegar na primeira posição, sendo cconsagrado o Rei.

Cassiano Simões - Rei do Planalto

Na nossa região surgiu a Lista Reis do Planalto (@alistareisdoplanalto) que teve sua primeira rodada recentemente, no Autódromo de Mafra. A lista contou com 10 carros, sendo que ocorreram 2 rodadas. Na primeira, foi feito sorteio para compor a lista inicial, onde após, os números ímpares desafiaram os números pares. Na segunda rodada, os números pares desafiaram os ímpares. Ao final das passadas, a lista de setembro de 2023 ficou assim:

1º Cassiano Simões - Gol Quadrado Turbo - Rei do Planalto

2º Alex Felipe da Silveira (Lekee)
Parati Quadrada Turbo

3º Fernando Fuchs
Fusca Turbo

4ª Alberton Rodrigues (Tute)
Gaiola Turbo

5º Jean Carlo Nogueira
Gol G2 Turbo

Stanley Olcy Soares

@area47garage
@stanleyosoares

Acelerando Emoções!

6º Cristiano Padilha
Parati G2 Turbo

7º Rafael Schmidmeier
Voyage Turbo

8º Ronaldy Mayer
Passat Turbo

9º Jefferson Bauer
Buggy Turbo

10º Whewliton (Leiteiro)
Suprema 6CC

Confira as fotos dos carros da Lista sob as lentes do grande fotógrafo e amigo Franco Doebber (https://www.facebook.com/francodoebberfotoauto).

Como vocês podem ver, a lista conta com 10 posições. Agora, os próximos carros que quiserem entrar na lista, terão que passar por uma seletiva, chamada de Shark Tank, ou o tanque dos tubarões. Isso quer dizer que os novos pilotos terão que duelar entre si, para só então desafiarem o 10 º colocada da Lista, para só então, tentarem subir ao topo, em busca da tão cobiçada coroa!

A arrancada na terra é uma modalidade automobilística que oferece uma experiência única e emocionante para pilotos e fãs de corrida. Com veículos potentes, pista desafiadora e uma comunidade apaixonada, a arrancada na terra continua a crescer em popularidade na nossa região. Se você está em busca de adrenalina e emoção no mundo das corridas, não deixe de conferir uma competição de arrancada na terra - você certamente ficará entusiasmado com a ação impressionante que essa modalidade oferece.

A próxima rodada da Lista ocorre nos dias 28 e 29 de Outubro no Autódromo de Mafra junto com a 2ª Etapa do Campeonato Catarinense de Arrancada. Marque na agenda! Não Perca!

Eu sou Stanley Olcy Soares, acelerando emoções!

Apoio: Area 47 Garage – Assista os projetos mais loucos da região em: https://www.youtube.com/@Area47Garage

Destaque publicitário

Wolff EXPRESS

Wolff Express transporte rápido e eficiente!

Informações através do whats app (47) 9 9115-1470.

Wolff Express a sua transportadora de confiança a mais de duas décadas!

RALLY RIO NEGRINHO SUPERA EXPECTATIVAS

O final do Rally Rio Negrinho, promovido pelo Jeep Clube Rio Negrinho, juntamente com mais de 200 voluntários, foi muito comemorado por todos, após a Premiação dos Competidores, realizada no domingo a tarde, Dia 24, com muita música, alegria e também alívio e descontração, depois de semanas de muito trabalho para que o evento fosse o que foi... Sucesso Total, muito elogiado pelas Equipes, Competidores, Apoiadores e Patrocinadores do evento.

As provas que iniciaram com a Prova Especial Street Stage, um espetáculo que aconteceu no Dia 22, sexta feira a noite, no centro da cidade foram acompanhadas por grande público, se posicionando ao longo das grades de proteção que delimitaram o circuito, no entorno da antiga chaminé da Móveis Cimo e da Prefeitura Municipal no Centro Cívico, como também nas provas de Sábado Dia 23 e Domingo 24, realizadas por estradas do interior da cidade,

com o público se posicionando ao longo dos trechos das provas, sobre barrancos, em locais com visibilidade e segurança, inclusive fazendo seu churrasquinho a beira das estradas, reunindo familiares e amigos com muita diversão e curtindo a passagem dos carros em alta velocidade proporcionando muita emoção, num dia de grande calor, anormal pra época que exigiu muito dos carros, dos pilotos e navegadores, fazendo com que suassem duplamente, em função da alta temperatura dentro dos carros e na busca do melhor desempenho pela melhor classificação, buscando a soma de pontos nas Provas Especiais visando a vitória no Rally Rio Negrinho, 5ª Etapa do Campeonato Brasileiro de Rallly de Velocidade.

Todas as provas ocorreram sem problemas, com muitos elogios dos competidores, equipes, apoiadores, patrocinadores e do público, em função da organização que fez a

IMFS
FisioRine
ESTAÇÃO SAÚDE
COLÉGIO CAMINHO
MUNDO ROCK
Wolff EXPRESS
BECO DO ROCK
Escritório Contábil Ruthes
ALPINE

etapa de Rio Negrinho, ser considerada novamente a melhor das 7 etapas do campeonato, com as equipes e competidores confirmando a satisfação que tem em participar do Rally Rio Negrinho, onde são sempre muito bem recebidos, com uma prova muito bem organizada, com a toda estrutura do Parque de Apoio, que esse ano foi montada no Pavilhão de Eventos e seu estacionamento, onde teve muita gente circulando, inclusive crianças das Escolas Municipais, que em grupos vieram visitar as equipes, ver o trabalho dos mecânicos na preparação e manutenção dos carros e conversar com os pilotos e navegadores e com as crianças Vencedoras do Concurso Meu Carrinho de Rally, dando uma volta nos carros de competição com seus pilotos, em outro momento único pela carinha de felicidade e emoção delas dentro dos carros.

Esse ano o Rally teve a participação de uma Dupla do Uruguai, que acabou vencendo na Categoria Rally 2 com o Piloto Federico Ensslin, Campeão Sulamericano, comentando que foi o melhor rally que ele participou, impressionado com tudo que viu em Rio Negrinho em relação a organização, a recepção e os trechos muito seletivos das provas e outros detalhes que assim acabam levando o nome da cidade e do estado além fronteiras, o que pode fortalecer ainda mais o Rally Rio Negrinho.
Três Duplas de Rio Negrinho participaram das provas, com os Irmãos Guto e IKe Klaumann ficando com o 2º Lugar na Categoria Rally 4, os Irmãos Michel e Matheus Langa em 4º Lugar na Categoria Rally 5 e a Dupla Rodrigo Rodrigues (Digo) e Giulian Telma (Goi) em 7º na mesma categoria.

Os vencedores foram: Categoria Rally 2 (Carros 4x4) foram Federico Ensslin / Martin Villete – Uruguai
Caregoria Rally 4 - Luis Eduardo Stedille / Kz Morales - RS
Categoria Rally 5 – Luciano Américo / Maicol Souza - Goiânia

O Jeep Clube Rio Negrinho e os mais de 200 Voluntários agradecem Apoiadores e Patrocinadores e a todos que trabalharam e colaboraram para que o evento fosse o sucesso que foi.

Em Alta Velocidade em prol mais uma vez do Nosso Hospital.

Ezequiel Piccinini
Diretoria de Comunicação e Assessoria de Imprensa
Jeep Clube Rio Negrinho

Fotos de Edson Castro e Ezequiel Piccinini.

A EQUIPE ESPORTIVA MAIS TRADICIONAL DE RIO NEGRINHO E REGIÃO ESTÁ AQUI!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

TUDO COMEÇA
COM UMA ESCOLHA.
QUAL A SUA?

@estacaosaudern

TRIATHLON FUTURO

Eurico Mendes

Comparando o Brasil com países já desenvolvidos no Triathlon, podemos aprender que em todos os esportes para se terem futuro, é primordial investir nas bases, ou seja, as crianças são o futuro do esporte. Escolinhas de Triathlon são relativamente novos no Brasil, mas tem-se grandes nomes a níveis mundiais e com resultados expressivos na elite mundial (1º lugar inclusive), e Olímpicos atuais que surgiram nestas bases. Santa Catarina contém um dos celeiros do Triathlon Brasileiro contendo várias escolinhas, como a Escolinha Triathlon Adtrisc-São José e Escolinha de Triahtlon formando campeões de Joinville, todas desenvolvendo trabalhos excelentes contando sempre com o apoio de alguns empresários e Lei de incentivo ao esporte. No Brasil as escolinhas se concentram no Sul (Santa Catarina e Paraná), no Nordeste (Bahia, Sergipe, Ceará), Sudeste (Espirito Santo, São Paulo) e Centro-Oeste (Distrito Federal).

Largada Triatlo e Duathlon Infantil 2022 - Jaraguá do Sul

Em relação as competições, vale ressaltar que as distâncias são proporcionalmente menores em relação a idade do praticante e normalmente é mais um evento comemorativo (servindo como caças talentos) e na maioria das vezes premiando todos os competidores.
Seguem exemplos de distâncias compreendidas:

5 a 7 anos = 50 metros natação + 500 a 700 metros bike + 200 metros corrida

7 a 9 anos = 100 metros natação + 700 metros a 1,5 km bike + 400 metros corrida

9 a 11 anos = 200 metros natação + 1,5 a 3 Km bike + 1 Km corrida

11 a 13 anos = 300 metros natação + 3 e 5 Km bike + 1,5 Km corrida

13 a 15 anos = 400 metros natação + 5 a 7 Km bike + 2 Km corrida

A partir dos 15 anos já se tem um desempenho de Juventude, ou seja, distâncias quase que adulto (apesar de que nesta idade é que contém os melhores e num ritmo mais forte até que vários adultos)

15 a 18 anos = 500 metros natação + 10Km bike + 3 Km corrida

TRIATHLON FUTURO

Eurico Mendes

Distâncias com aparência de grandes dificuldades para os não praticantes, a ressalva é que temos inúmeras crianças que vieram da natação e que nadam tranquilamente 750M em ritmo forte já com 7 anos, outras já vieram da corrida e correm com facilidade 3Km em alto ritmo, outras já são provenientes do ciclismo e é perfeitamente normal pedalarem 10Km ou mais Km tranquilamente.

Largada Campeonato Brasileiro Triathlon infantil – Natação Mar

Porém em competições é estabelecido distâncias em que todas as crianças, que assim o treinem, consigam completar com certa facilidade e consigam completar em alto ritmo já com certo esforço.

Tem-se também variantes do Triathlon Infantil, como o Duathlon Infantil, que compõem duas modalidades, correr e pedalar e o Aquathlon que compõem se de nadar e correr.

Vale ressaltar que em hipótese alguma (na minha opinião) a criança tem que ser cobrada por desempenho e sim incentivada a prática do esporte como qualidade de vida, normalmente algumas crianças sem cobrar já se identificam e decidem praticar como esporte, que pode ser de alto rendimento no futuro ou como qualidade de vida, incentivando como uma influência positiva nos trabalhos, escolas e desafios futuros.

Dia 10 setembro ocorreu a competição infantil de Duathlon em Santa Catarina em conjunto com a etapa Catarinense adulto onde a título de curiosidade sobre resultados de tempos segue site :

https://www.fetrisc.org.br/resultados

Adtrisc São José - Largada Triathlon Juvenil

@estacaosaudern

Movimento Rosa e Azul: 1° Corrida e caminhada pela saúde!

No dia 29 de outubro acontece a primeira Corrida e Caminhada da RFCC de Rio Negrinho, o intuito é incentivar a atividade física e alertar a comunidade quanto a importância da prevenção do câncer.

O evento acontecerá no Mak Center, com largada prevista para as 08 horas, tendo como distâncias a serem percorridas 5km para a corrida e 3km para a caminhada.

O valor arrecadado com as inscrições será destinado para o término da nova sede da RFCC.

Informações e inscrições podem ser obtidas pelo Whats App (47) 3644-0479.

Destaque publicitário

PRADO
ARTES GRÁFICAS

Impressão de blocos, cartões de visita, folders, panfletos, sacolas, embalagens para delivery, caixas personalizadas e impressos em geral!

Whats App (47) 9 9131-1138.

A EXPERIÊNCIA DO SEU PRODUTO COMEÇA PELA EMBALAGEM!

ALÉM DOS LIMITES!

Leandro Souza

Entre os dias 09/10/2023 e 15/10/2023 cinco atletas da região estarão defendendo nosso país no Campeonato Mundial de Powerlifting que será realizado na cidade de Kiskunfélegyháza na Hungria. Ao todo serão 22 atletas brasileiros na competição em diferentes categorias.

Os atletas do Planalto Norte competirão nas seguintes datas:

Leandro atleta de São Bento do Sul competirá no dia 09/10/2023 no Powerlifting Equipado M1 -100 kg.

Carlos atleta de São Bento do Sul competirá no dia 10/10/2023 no Powerlifting Raw M4 -90 kg.

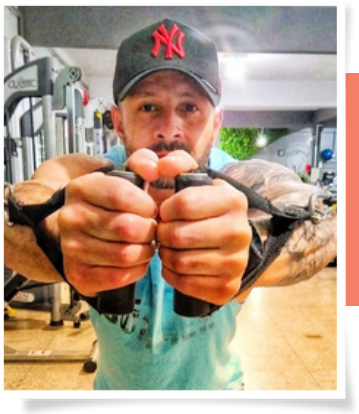
Francisco Teles atleta de São Bento do sul competirá no dia 13/10/2023 no Supino Equipado M4 -110 KG.

Francisco Riberiro ex morador de São Bento do Sul, atualmente morando em Piçarras competirá no dia 13/10/2023 no Agachamento Equipado M1 -100 KG

Jill atleta de São bento do Sul competirá no dia 15/10 no Supino Raw M1 -120 kg.

A competição terá transmissão ao vivo pelo Youtube e o link estará no meu Instagram nos dias de competição. Tamo Junto!

COLÁGENO



Eliezer Soares

A prática de exercícios físicos é um dos hábitos mais saudáveis para quem está buscando uma vida melhor, e se esse exercício for praticado em uma academia, sob supervisão e orientação profissional, é ainda melhor.

Normalmente, a busca por práticas mais saudáveis vem motivada pela perda de peso, melhora na capacidade respiratória e pelo ganho de massa muscular. Para muitos iniciantes, a ideia de ganhar músculos está sempre atrelada ao uso de suplementos, mas eles são apenas um terço do trabalho. Uma rotina de alimentação balanceada e exercícios regulares também precisam entrar no pacote.

Para te ajudar nesse início de crescimento muscular e maior disposição par atividades físicas, apresento um dos suplementos indispensáveis para iniciantes que desejam ganhar massa e se manter mais saudável no dia a dia. O colágeno!

O colágeno é um dos melhores suplementos para os iniciantes. Por ser um produto com fórmula diferente do Whey Protein, que é produzido a partir do soro do leite bovino, esse suplemento não causa nenhum tipo efeito alérgico para pessoas intolerantes à lactose. Além do foco em ganho de massa, também é possível melhorar a saúde de cabelos, unhas e pele com ação do colágeno somada ao ácido hialurônico.

Outro diferencial considerável é seu valor de compra, mais barato que outros suplementos e ainda garante resultados físicos positivos como o ganho de massa muscular e perda de gordura corporal. Essas duas vantagens são indispensáveis para quem está começando no universo fitness e não quer gastar muito com produtos diferentes!
Seu sabor também é mais atrativo. Talvez você possa pensar que esse seja um motivo bobo, mas, em geral, muitas pessoas acabam rejeitando diversos suplementos, até mesmo profissionais da área, porque não acham o sabor interessante. O colágeno costuma não ter gosto e é facilmente misturado a sucos e receitas.

Algumas das vantagens que o suplemento fornece ao corpo são:

- Ganho de massa muscular em homens e mulheres ativos e iniciantes na musculação;
- Diminuição da gordura corporal, quando equilibrado com os exercícios;
- Aumento de força e energia extra;
- Menor propensão à alergia e boa aceitação do organismo.

Eliezer é personal trainer e proprietário da Formanutri Suplementos.

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

Fique ligado na programação diária da web rádio É do Balacobaco!

São 24 horas com o melhor do rock and roll!

Destaque publicitário

Completa linha de roupas e acessórios do infantil ao adulto!

Localizada na BR 280 (Bairro Vila Nova), n° 1032, no Prédio do Turco.

Vendedor autorizado da Trimania Cap!