

Giannis Antetokounmpo guiará a Grécia nos Jogos Olímpicos

Giannis Antetokounmpo fará **pixbet aposta** estreia nos Jogos Olímpicos, após marcar 23 pontos e ajudar a Grécia a derrotar a Croácia por 80-69 no domingo. O jogo foi um dos quatro finais do torneio de qualificação masculino de basquete que determinou as vagas restantes nos 12 times do torneio olímpico para os Jogos de Paris.

"Os melhores atletas do mundo competem nos Jogos Olímpicos", disse Antetokounmpo. "Nós não temos nada a perder... Eu realmente acredito que temos um time incrível e podemos fazer algo especial".

Casal orgulhoso abrindo caminho para o 'UFC do basquete' e parceiros do mesmo sexo no esporte

Georgios Papagiannis marcou 19 pontos para a Grécia, que também teve 14 pontos de Nick Calathes e conquistou uma vaga nos Jogos Olímpicos pela primeira vez desde 2008.

"É muito agradável se classificar porque é o primeiro passo", disse Papagiannis. "Nos Jogos Olímpicos, queremos fazer algo realmente bom lá".

A Grécia estará no Grupo A para os Jogos de Paris, com jogos na fase inicial contra a Austrália, o Canadá e a Espanha – que também se classificou no domingo ao derrotar as Bahamas.

Os Estados Unidos, além da França, Alemanha, Japão, Sérvia, Sudão do Sul, Canadá e Austrália já estavam classificados. A França se classificou como país anfitrião; as outras sete equipes na lista se classificaram com base **pixbet aposta** suas colocações na Copa do Mundo do ano passado.

Após a Copa do Mundo, 24 times restaram para competirem pelas quatro últimas vagas. Elas foram decididas nos classificatórios olímpicos que começaram na semana passada. O Brasil garantiu a primeira delas aos domingos, antes da Grécia e da Espanha seguirem. A última vaga na equipe de 12 times olímpicos será decidida mais tarde no domingo, quando a Lituânia visita Porto Rico.

No sábado, Antetokounmpo enfrentou outra estrela perene da NBA, Luka Doni, nas semifinais. Antetokounmpo e a Grécia derrotaram a Eslovênia de Doni por 96-68.

"Eles jogaram muito melhor do que nós. Eles foram muito mais agressivos", disse Doni. "Acho que eles têm um time incrível. Obviamente, eles têm Giannis. Mas outras peças também são muito importantes para eles, também. E eles são muito bem treinados... Eles nos superaram hoje".

HYROX: A Fitness Race Taking the World by Storm

É uma corrida que exige uma mistura hipnotizante de força e resistência; uma que desafia os mais aptos fisicamente ao limite do que eles acham possível.

E agora, depois de um início constante, a fenômeno do fitness HYROX finalmente achou seu ritmo.

HYROX é uma corrida de fitness funcional que envolve uma corrida de oito quilômetros (quase cinco milhas) intercalada com oito estações de treinamento. Cada estação exige que os

participantes se engagem **pixbet aposta** um exercício diferente – SkiErg, empurrar e puxar trenó, burpees com saltos largos, remar, carregar fazendeiros, lunges com saco de areia e a temida bola de parede.

Os competidores têm a capacidade de competir **pixbet aposta** times, duplas ou individualmente. Independentemente da idade ou habilidade, o formato da corrida permanece o mesmo – a única diferença é o peso diferente usado nas estações.

A primeira iteração do HYROX **pixbet aposta** 2024 teve 618 participantes, enquanto agora ele conta com mais de 210.000 **pixbet aposta** 30 cidades.

recentemente falou com duas mulheres à frente da carga do HYROX para descobrir o que é a vida no topo da última mania do fitness.

Meg Jacoby é a atual campeã mundial, derrotando o campo elite feminino no Campeonato Mundial **pixbet aposta** Nice, França, **pixbet aposta** junho.

A americana foi a primeira mulher a completar uma corrida do HYROX **pixbet aposta** menos de uma hora e recentemente viu seu recorde mundial solo ser batido por **pixbet aposta** compatriota Lauren Weeks.

Uma mãe e uma campeã

Após cruzar a linha de chegada, selando seu primeiro título mundial, Jacoby caiu no chão **pixbet aposta** uma medida igual de exaustão e euforia, onde foi recebida por **pixbet aposta** filha de nove anos.

"Minha filha sacrificou tão pouco, se não mais, do que eu, porque ela está sacrificando muito tempo longe de mim para que eu possa fazer o que preciso fazer e estar vivendo meu sonho como atleta", Jacoby diz à Esportes.

"Foi como se todo o esforço valesse a pena. Ter ela lá foi muito, muito especial. Ela assiste a tantas mulheres fortes, poderosas e incríveis quando assiste às minhas corridas – não apenas eu."

Jacoby ouviu falar sobre o HYROX apenas **pixbet aposta** 2024. Ela se inscreveu para a corrida de Nova York mais tarde no mesmo ano e começou a trabalhar com o treinador do HYROX Rich Ryan.

Apesar de admitir alguns erros durante **pixbet aposta** primeira corrida, Jacoby entregou um tempo impressionante **pixbet aposta** Nova York. Quatro semanas depois, **pixbet aposta** apenas **pixbet aposta** segunda corrida, a americana quebrou o recorde feminino profissional então **pixbet aposta** vigor **pixbet aposta** Chicago.

"Nesse ponto, eu sabia que deveria ir completamente. Foi muito louco ter esse tipo de sucesso tão rápido, mas parecia ser o esporte certo para mim", Jacoby diz à **pixbet aposta**.

Apesar de ter descoberto o HYROX quase por acaso, Jacoby havia se preparado secretamente para o esporte há anos.

Sua competitividade era evidente desde cedo, com os esportes desempenhando um papel maior **pixbet aposta pixbet aposta** criação – o irmão de Jacoby também é um bodybuilder profissional.

Durante a faculdade, ela era uma corredora de meio fundo impressionante e competiu **pixbet aposta** desafios de longa distância desde então. Quando muitas das corridas de rua foram suspensas durante os bloqueios do Covid, Jacoby então se voltou para o levantamento de peso.

Antes de descobrir o HYROX, quando as pessoas perguntavam a Jacoby o que ela estava treinando no gym, **pixbet aposta** resposta era veemente: "Quero ser difícil de matar".

Jacoby agora abandonou seu emprego diário para se concentrar totalmente **pixbet aposta** ser uma atleta profissional.

Ela corre até sete vezes por semana e combina sessões de resistência com horas no gym.

Jacoby diz que treina por duas ou três sessões por dia, mas é consciente de que isso pode soar "intimidadora" para outras pessoas.

"Você pode ter muito sucesso nisto sem ter que fazer esse tipo de volume", ela diz.

"Isso é apenas onde estou e o que sei que funciona para mim e o que meu corpo precisa."

Jacoby sabe da importância da dieta e da recuperação. Ela visa dormir pelo menos oito horas todas as noites e alimenta seu corpo com uma dieta rica **pixbet aposta** carboidratos e proteínas.

"Minha dieta é muito chata", ela ri. "É muito de frango e arroz. É um pouco monótono, mas é a vida de um atleta. É repetitivo."

Apesar de estar **pixbet aposta** forma de gladiador, mesmo Jacoby luta para descrever o que uma corrida do HYROX se sente.

"Acredito que nós todos, a este nível, somos um pouco loucos", ela diz, explicando por que escolheu um esporte tão exaustivo. "Nós temos muito prazer para dor e sofrimento."

"Estou sempre descobrindo mais e mais sobre mim mesma como pessoa, empurrando-me para meus limites e basicamente vendo o que eu sou feito."

Jacoby diz que o sentido de comunidade é outra razão pela qual ela se dedica à vida do HYROX e diz que encontra inspiração **pixbet aposta** todos os cantos do esporte – notadamente algumas das outras mãos que equilibram o treinamento com a criação de uma família.

Ela também é ciente de outro atleta, de Londres, que está brilhando no outro extremo da escala – com um apelido badass a jogo.

Celia Duff, que tem 70 anos, acabou de ser coroada campeã mundial na categoria 70-74 – um prêmio para acompanhar o título mundial de 65-69 que ela ganhou no ano passado.

Ela também já foi detentora do recorde mundial duas vezes, mas é rápida **pixbet aposta** apontar que ambos os seus recordes foram subsequentemente batidos.

"Eu tenho um quintal, tenho frangos, tenho um cachorro. Ajudo com os netos, quando é necessário, e os recolho da escola e assim por diante. Estou muito ocupada fazendo pouco", Duff diz à Esportes, minimizando drasticamente suas impressionantes conquistas **pixbet aposta** um palco internacional.

Assim como Jacoby, Duff encontrou o esporte do HYROX mais ou menos por acaso. A filha de Duff foi uma das primeiras a adotar a mania e um dia perguntou à mãe se ela queria ir a um evento **pixbet aposta** outubro de 2024.

Duff sempre se manteve **pixbet aposta** forma – ela foi uma boa remadora **pixbet aposta pixbet aposta** juventude e intensificou **pixbet aposta** rotina de fitness durante os bloqueios do Covid. Mas após concordar **pixbet aposta** competir **pixbet aposta pixbet aposta** primeira corrida do HYROX, Duff começou a ler sobre a corrida e rapidamente percebeu que estava **pixbet aposta** dia ruim.

Incrível, no entanto, ela quebrou o recorde mundial de **pixbet aposta** categoria de 65-69, **pixbet aposta** um tempo que a qualificou para o Campeonato Mundial de 2024 **pixbet aposta** Manchester, Inglaterra – uma corrida que também venceu.

Duff diz que há apenas um "pequeno" número de pessoas da **pixbet aposta** idade competindo no HYROX – provavelmente não muito surpreendente, dada a tensão física que impõe ao corpo.

Mas para Duff, uma médica aposentada de saúde pública, o esporte dá-lhe foco e o treinamento a ajudar a ficar jovem.

A avó corre três vezes por semana, misturando o ritmo e a distância de cada sessão. Ela também trabalha com um treinador para o treinamento de força e passa tempo praticando os movimentos exatos que é necessário fazer nas estações do HYROX. Descansar, no entanto, é tão importante quanto o treinamento, e Duff toma pelo menos um dia de descanso por semana para permitir que seu corpo se recupere.

"É muito importante manter-se móvel e forte à medida que envelhece, porque, se você não fizer isso, a taxa **pixbet aposta** que você se deteriora aumenta", ela diz, explicando o "porquê" por trás de **pixbet aposta** participação.

"Quero ser forte e fisicamente apto. Isso é a chave do HYROX."

Apelidada de "Badass Gran", Duff não está muito confortável com ser chamada de "inspiração"

para outras pessoas, mas uma breve olhada nos comentários postados **pixbet aposta pixbet aposta** conta do Instagram mostra exatamente como ela está motivando outras pessoas a ficarem **pixbet aposta** forma.

"Eu sou genuinamente humilde e grata", ela diz. "Se eu puder encorajar pessoas mais velhas ou qualquer um, de fato, apenas a levantarem e tentarem, então ótimo."

Apesar de **pixbet aposta** curta mas impressionante carreira como atleta do HYROX, Duff diz que seria "loucura" continuar competindo devido ao trabalho "corpo-quebrando" envolvido.

No entanto, ela planeja competir com a filha **pixbet aposta** um evento duplo mais tarde este ano e quer continuar envolvida com o esporte.

Duff e Jacoby são provas de que algo está funcionando para o HYROX.

A empresa foi criada **pixbet aposta** 2024 pelo organizador de eventos Christian Toetzke e o medalhista de hockey olímpico Moritz Fürste três vezes.

Fürste diz que a concepção levou um tempo para as pessoas entenderem e o negócio foi severamente prejudicado pelo Covid, o que forçou a cancelamento de corridas **pixbet aposta** todo o mundo.

Agora, no entanto, o HYROX está crescendo exponencialmente e está correndo para se manter **pixbet aposta** dia com a demanda crescente. Alguns atletas aposentados também testaram suas habilidades contra o desafio, incluindo o ex-linebacker da NFL Curt Maggitt e a ex-estrela do futebol John Terry.

"Demorou um pouco para se quebrar de uma certa forma, para realmente entrar **pixbet aposta** um grupo mais amplo de pessoas, vendo o que é e se afastando da sombra", diz o co-fundador Fürste à **pixbet aposta**.

Com **pixbet aposta** crescente popularidade, o HYROX agora está procurando profissionalizar ainda mais o esporte, que tem aspirações olímpicas.

Este ano, medidas antidoping foram introduzidas nas regras únicas e duplas, o que significa que os atletas do HYROX são agora mantidos nos padrões da Agência Mundial Antidoping (WADA).

"Ainda não estamos lá, mas se um dia o HYROX fosse um esporte olímpico, isso seria o objetivo e o logro final e apenas uma coisa muito, muito legal", adiciona Fürste.

Antes de sequer considerar o status olímpico, Fürste diz que um órgão governamental e federações nacionais precisariam ser criados – coisas que levam tempo para serem configuradas. Mas certamente há apetite dos atletas e Jacoby espera representar um dia seu país.

"Você não me verá indo embora até lá", diz Jacoby quando perguntada sobre a progressão do esporte **pixbet aposta** direção ao status olímpico.

"Ser um atleta olímpico é o nível mais alto que você poderia alcançar."

Informações do documento:

Autor: nsscr.ca

Assunto: pixbet aposta

Palavras-chave: **pixbet aposta - nsscr.ca**

Data de lançamento de: 2024-08-25