

A hiker with a large backpack stands on a rocky peak, looking out over a vast mountain range under a clear blue sky. The hiker is wearing a dark jacket, shorts, and hiking boots. The landscape features rugged mountains with patches of snow and a large body of water in the distance.

A paixão pela Aventura

Por: Théo Barreto

Editor, Elisson Barreto

Amar-se a si mesmo é o começo de uma aventura que dura a vida inteira. _Oscar Wilde

Instituto Paramitas, 2014

15p.

Colégio Estadual Ernesto Carneiro Ribeiro

Sumário

Capítulo I	O que é Aventura	3
Capítulo II	Adrenalina	5
Capítulo III	Lugares Radicais	7
Capítulo IV	Esportes Radicais	10
Capítulo V	Benefícios P/ Saúde	12
Capítulo VI	Fontes	14
Capítulo VII	Biografia	15



Aventura pode ser uma modalidade esportiva excitante, cheia de adrenalina.

Um passeio, um acampamento, uma viagem excursiva, paraquedismo, alpinismo, e esportes radicais.

aventura é uma atividade arriscada, perigosa e a realização de experiências arriscadas

Aventura é fazer algo..que voce mesmo duvida que voce fará..

Se envolver em coisas radicais ou diferentes.



Experiências aventurescas podem criar uma estimulação psicológica e fisiológica, o que pode ser interpretado como negativo por exemplo, medo ou positiva por exemplo, coragem.

Para algumas pessoas, uma grande aventura é a busca de si mesmo. São normalmente realizadas para fins de lazer ou de excitação, tais como explorar um espaço, corridas de aventura ou turismo de aventura.

A aventura pode gerar ganhos de conhecimento, como no caso dos inúmeros exploradores de Terra, e nos últimos tempos o homem viajou para o espaço e para a Lua. A aventura proporciona mudanças que podem ensinar.



Experiências aventurescas podem criar uma estimulação psicológica e fisiológica, o que pode ser interpretado como negativo por exemplo, medo ou positiva por exemplo, coragem.

Para algumas pessoas, uma grande aventura é a busca de si mesmo. São normalmente realizadas para fins de lazer ou de excitação, tais como explorar um espaço, corridas de aventura ou turismo de aventura.

A aventura pode gerar ganhos de conhecimento, como no caso dos inúmeros exploradores de Terra, e nos últimos tempos o homem viajou para o espaço e para a Lua. A aventura proporciona mudanças que podem ensinar.



Atletas de esportes radicais pára-
quedismo, surf, esqui, etc.

Gostam de sentir os efeitos da adrenalina
e da noradrenalina embora digam que é
"adrenalina pura!".

Em outras palavras, gostam porque
sabem que o medo pode ser controlado
em forma de alerta e euforia, pois têm
consciência do plano de ação e dos
movimentos que precisam realizar. Para
eles a adrenalina passa a ser um
estimulante natural e o corpo fica
potencializado para a ação.



Em terras brasileiras os viajantes aventureiros não têm o menor problema para encontrar cenários ideais para praticar os mais variados esportes radicais.

Matas preservadas que escondem inúmeras cachoeiras e rios, montanhas, extensos litorais, cavernas, cânions, penhascos. O Brasil é um verdadeiro paraíso para quem tem espírito aventureiro e vive em busca de novos desafios. Escolha o seu destino, o seu esporte e se jogue no turismo de aventura!



Chapada dos Veadeiros

O Parque Nacional da Chapada dos Veadeiros é mais um dos lugares brasileiros que oferecem belas paisagens e espaços para esportes radicais.

Foz do Iguaçu

Você deve conhecer Foz do Iguaçu pela impressionante imagem das suas cataratas, principalmente da Garganta do Diabo. Não é por acaso que o local é o 2º destino preferido dos estrangeiros que vêm ao Brasil.

Chapada dos Guimarães

Quem quiser curtir a Chapada dos Guimarães vai precisar de mais do que espírito aventureiro. É essencial ter preparo físico para curtir as atrações. A caminhada ao Morro de São Gerônimo tem nada mais nada menos que 12 km de extensão, geralmente percorrido sob um sol forte.



Paulo Afonso

A melhor cidade no Brasil para pular de bungee jump é Paulo Afonso, na Bahia. A cidade possui eventos anuais que incluem também rapel, MotoCross e canyonismo.

Paraquedismo – Boituva, SP

Se o seu desejo é voar, o interior de São Paulo é o local ideal. A 120 quilômetros da capital paulista, Boituva é bastante procurada por aqueles que não têm medo de saltar a 4 mil metros do chão e a 200 quilômetros por hora.

Tirolesa – Bonito, MS

Situado no interior do Mato Grosso do Sul, Bonito oferece muitas atividades radicais, mas o destaque mesmo fica por conta do famoso Abismo de Anhumas, uma enorme caverna com um lago submerso de 80 metros de profundidade onde a prática da tirolesa é bastante procurada.



Esportes Radicais

Bungee Jumping

Salto de estruturas muito altas com o corpo amarrado em uma corda elástica (bungee). Após alguns segundos em queda livre, o praticante é puxado de volta pela corda elástica ao atingir o ponto de máxima elasticidade, entrando em um movimento de vai e vem, até parar.

Montanhismo e rapel

Montanhismo é a prática de subir montanhas por meio de caminhada ou escalada. Já o rapel consiste em utilizar técnicas verticais para vencer obstáculos naturais como penhascos e paredões. É muito utilizado por diversas atividades como escaladas e corridas de aventura.

Paraquedismo e parapente

O paraquedismo é praticado por desportistas que saltam de aeronaves ou lugares fixos. Eles usam um pára-quedas para diminuir sua velocidade de queda, sendo possível realizar saltos de grandes altitudes sem sofrer danos corporais.

Parapente é uma espécie de planador, feito de tecido sintético resistente, em que se que aproveitam as condições meteorológicas para o voo. A decolagem pode ser feita de montanhas ou encostas elevadas.

Rafting

É a prática de descida em corredeiras em equipe utilizando botes infláveis e equipamentos de segurança. Antes de começar qualquer descida de rafting o condutor da atividade passa a todos os participantes detalhadas instruções de conduta relativas à segurança. O cumprimento das regras é fundamental para a segurança de todos.

Arvorismo

É a travessia entre plataformas montadas no alto das árvores, ultrapassando diferentes tipos de obstáculos como escadas, pontes suspensas, tirolesas e outras atividades que podem ser criadas. A atividade é muito utilizada para lazer e recreação, mas também para estudos de fauna e flora das camadas mais altas da floresta.



Benefícios P/ Saúde

Esses esportes além de aliviar o stress, proporciona o contato com a nossa maravilhosa natureza, reduz os níveis de doenças em nosso organismo, aumenta a longevidade do indivíduo, melhora a coordenação motora, aumenta a força de nossos músculos, melhora a nossa flexibilidade e autoconfiança, equilíbrio, mantém o nosso poder de concentração cada vez mais aguçado, Isso acontece quando andamos de montanha-russa, quando realizamos esportes radicais, quando a pessoa se sente ameaçada, quando nos deparamos com um animal selvagem e assim por diante. O organismo fica preparado para uma reação, como reagir agressivamente ou fugir, pois com o aumento da contração e da pulsação cardíaca, o nível de açúcar no sangue aumenta, o volume do fluxo de sangue que vai para os músculos voluntários nos braços e nas pernas se eleva e a gordura das células adiposas é queimada.



Praticar um esporte de aventura sozinho ou em equipe, encarando longas distâncias e diversos obstáculos, aumenta o condicionamento, tonifica os músculos e deixa aquela sensação gostosa de superação de limites.

Essas modalidades cheias de adrenalina, no entanto, podem acrescentar ou desenvolver outras habilidades extremamente úteis na vida de quem se propõe a enfrentá-las. Do desejo de partir para a aventura à realização dela, tudo pode trazer um ensinamento passível de ser usado em outras esferas da vida.

Fontes de Pesquisas

<https://www.google.com.br/search?q=aventura&biw=1280&bih=619&source=lnms&tbm=isch&sa>

<https://www.google.com.br/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved>

<https://www.google.com.br/search?q=aventura&biw=1280&bih=619&source=>

<https://www.google.com.br/search?q=aventura&biw=1280&bih=619&source=>

<https://www.google.com.br/search?q=aventura&biw=1280&bih=619&source=lnms&tbm=>

<https://www.google.com.br/search?q=aventura&biw=1280&bih=619&source=lnms&tbm=isch&sa=>

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Aventura>



Elisson Barreto

Nasceu na Bahia 14/04/1996, em Feira de Santana, onde vive até hoje, exercendo a profissão de facilitador na empresa Paramitas, o que não impede de se dedicar também a uma bem-sucedida carreira de escritor. Está cursando o 2º ano do ensino médio, pretende ingressar na universidade de Feira de Santana, Com objetivo em fazer Direitos. Seu 1º livro lançado, por meio do site Livros Digitais.