

O Distrito Federal está recheado de lugares esportivos. A **Revista** listou os novos espaços e as febres do momento na cidade

POR EDUARDO FERNANDES

Andar por Brasília é ver, em todos os espaços, alguém fazendo atividade física. Corrida de rua, futevôlei, beach tênis e outras inúmeras práticas. Enfim, o brasileiro tem aderido aos exercícios, especialmente aqueles que começam a fazer muito sucesso na capital do país. Esses, então, caem logo nas graças dos malhadores de plantão.

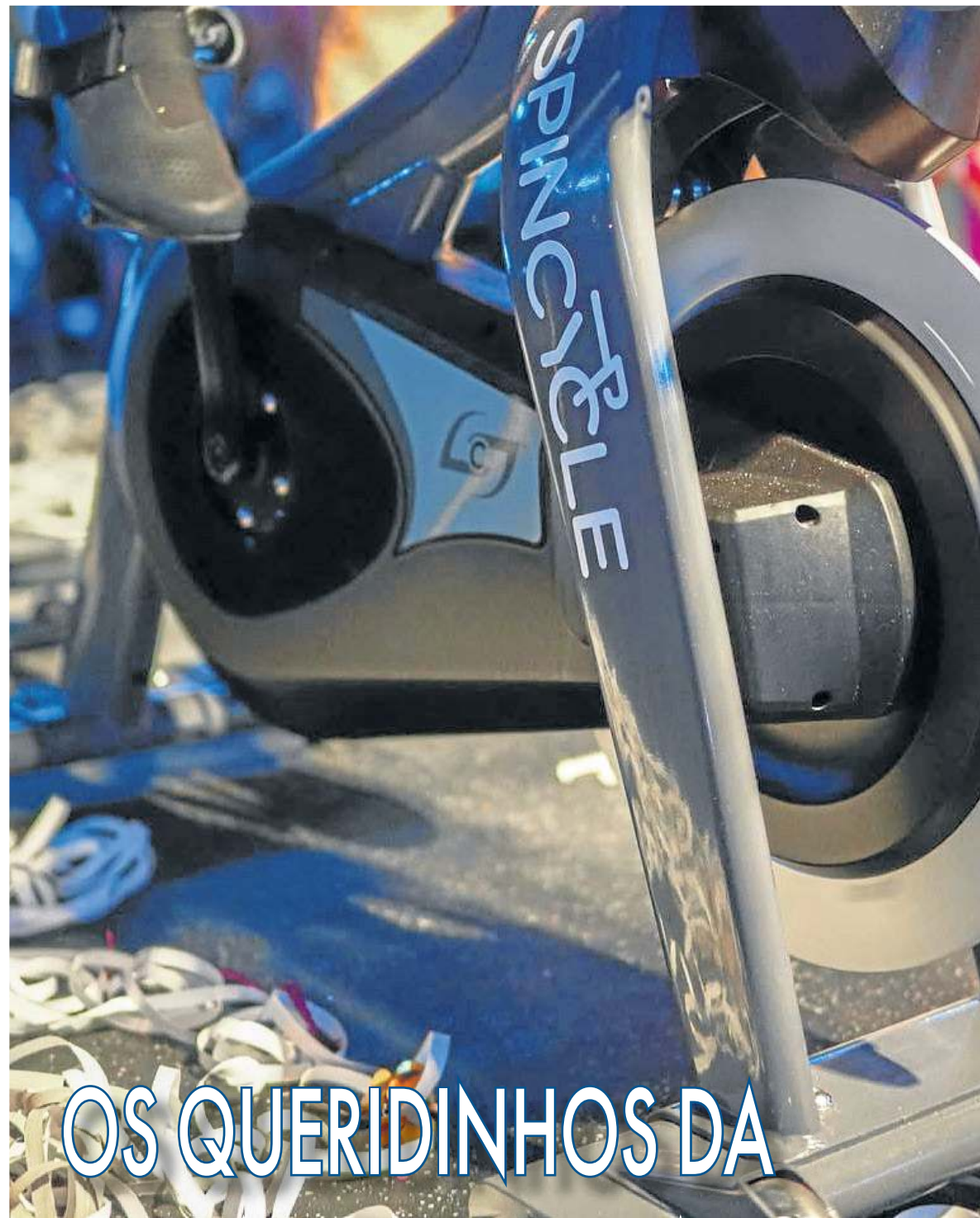
O Distrito Federal está entre as capitais que mais praticam atividade física, ocupando o terceiro lugar. Segundo o inquérito Vigitel, do Ministério da Saúde, 63,1% da população brasileira é adepta aos exercícios físicos, perdendo apenas para Vitória, com 64,5%, e Florianópolis, com 65,3% de pessoas ativas em práticas esportivas.

Isso, de certa forma, mostra que Brasília é um lugar recheado de indivíduos buscando novas formas de trazer qualidade de vida para suas rotinas diárias. Para ajudar nesse processo, encontram em diversos locais um modo de se conectar com hábitos saudáveis. Um desses espaços, que tem feito sucesso, é a GuestHouse (@guesthouse.bsb). Fundado em 2024, o ambiente surgiu como um clube de bem-estar, que promove saúde física, mental e emocional, por meio do esporte, do trabalho colaborativo e de vivências que transformam.

De acordo com Thiago Cirillo, diretor-executivo e fundador do local, a Guest traz, na própria essência, o intuito de conectar pessoas não somente com outros indivíduos, mas com elas mesmas. “Oferecemos uma estrutura completa que une trabalho, lazer e bem-estar. Temos bar, coworking, salas privativas, estúdio de tatuagem e piercing, terapias e massagens, além de quadras esportivas para futevôlei, beach tênis e tênis”, detalha.

A Guest realiza eventos que combinam esporte, música, gastronomia e cultura, levando os amantes da atividade física a emergir em um cenário que mistura hábitos saudáveis com um lifestyle recheado de inovações. Para Thiago, o grande diferencial está na proposta de ligar produtividade, bem-estar e experiências em um lugar que exala natureza.

“Somos um espaço que foge do convencional, onde todos se sentem verdadeiramente à vontade — seja para trabalhar, seja para praticar esporte ou



OS QUERIDINHOS DA CAPITAL