

# CLUBE DE ARCO E FLECHA NO LAGO OESTE ENTRA NA MIRA DE INTERESSADOS EM CONHECER UM NOVO ESPORTE E BOTAR A CONCENTRAÇÃO À PROVA

O tiro com arco é uma  
imensidão. Com o tempo,  
a pessoa se identifica  
com um tipo de  
equipamento"

Reinaldo Cândido Pinheiro,  
instrutor

Por ser um esporte  
individual, ele acalma.  
Gosto do fato de  
depender apenas da  
minha habilidade"

Arthur Aires,  
estudante e atleta

Arthur Reis, aluno do  
espaço, representou o  
Distrito Federal nos Jogos  
da Juventude



Fotos: Marcelo Ferreira/CS/OA Press

Suzana Souza  
e Reinaldo  
Pinheiro, donos  
de clube de arco  
e flecha no Lago  
Oeste



» MANUELA SÁ\*

Pouco difundido no Brasil, o arco e flecha tem ganhado espaço no Distrito Federal, onde a prática atrai pessoas interessadas em uma atividade que exige concentração e controle emocional. No Lago Oeste, o clube Artemis Arco e Flecha oferece acesso ao esporte, possibilitando o primeiro contato com a modalidade sem a exigência de experiência prévia ou de equipamentos próprios.

O espaço, que leva o nome da deusa grega associada ao arco e flecha por representar a caça e a vida selvagem, oferece treinos para iniciantes e atletas experientes, além de realizar eventos como aniversários. O lugar é comandado por Suzana de Moura Souza, 58 anos, e Reinaldo Cândido Pinheiro, 63, casal que decidiu compartilhar com os outros o interesse pelo esporte.

O envolvimento de Pinheiro com o arco e flecha começou de forma despretensiosa após a compra aleatória de um arco. Movido pela curiosidade, ele decidiu fazer uma aula experimental há cinco anos e, desde então, passou a se dedicar à prática. Com o tempo, começou a competir e concluiu dois cursos de instrutor. Ao lado da esposa, que também se interessou pela modalidade, decidiu abrir o próprio clube em janeiro de 2024, aproveitando a chácara espaçosa onde moram.

Atualmente instrutor de nível dois, Pinheiro observa o crescimento da comunidade ligada ao esporte no Distrito Federal. "Quando comecei a praticar e a competir, havia um grupo de 15 pessoas na linha de tiro, como chamo atletas que competem. Hoje, é um grupo de cerca de 40 pessoas", observa.

Além de se dedicar a administrar e dar aulas na Artemis, Pinheiro está cursando educação física para se tornar técnico. Ele compete nas modalidades indoor, disputada em ambientes fechados com distância fixa de 18 metros e outdoor, disputada em campos abertos e planos. A distância, nessa segunda, pode ser tanto de 50 quanto de 70 metros.

As categorias do arco e flecha também variam de acordo com o tipo de equipamento utilizado, podendo ser o arco recurvo, usado em competições olímpicas, e o arco composto. Pinheiro fala sobre uma novidade nas Olimpíadas de Los Angeles em 2028: pela primeira vez haverá competição com arco composto. Segundo o instrutor, a escolha do arco é pessoal e não está ligada ao nível de habilidade. "O tiro com arco é uma imensidão. Com o tempo, a pessoa se identifica com um tipo de equipamento. É como namorar, vai do gosto", compara.

Suzana, por exemplo, prefere o arco recurvo. Ela conta que se aproximou da modalidade por causa do marido, mas ficou na atividade pela vontade de se superar cada vez mais. "Nunca me interessei por nenhum esporte, mas depois que comecei no arco e flecha passei a gostar da sensação de me desafiar", afirma. "Eu não era competitiva, mas agora estou gostando da adrenalina."

Para ela, o Artemis tem um caráter introdutório: "Muita gente vem por curiosidade, conhece um pouco e acaba ficando." O espaço conta com infraestrutura para as modalidades indoor e outdoor, além de equipamento tanto de arco recurvo quanto composto. À medida que o esporte se populariza na região, Suzana e Pinheiro notam o aumento no número de visitantes e alunos.

## Nova geração

Apesar da experiência, Suzana aponta a concentração como um dos principais desafios. "Sou dispersa e, às vezes, não consigo me concentrar", relata. A dificuldade é compartilhada pelo estudante Arthur Aires, 16, que também destaca o foco como o maior obstáculo para acertar o alvo. "Durante competições, de vez em

quando, o público faz barulho e é difícil manter a atenção", fala.

Vizinho do casal, Aires começou a treinar com a inauguração do espaço. Ele, que sempre gostou de esportes como futebol e vôlei, identificou-se também com o arco e flecha. Nos últimos dois anos, representou o Distrito Federal nos Jogos da Juventude, competição nacional organizada pelo Comitê Olímpico do Brasil. O evento multiesportivo, que reúne atletas de até 17 anos, atrai pelo clima olímpico e é descrito por Aires como uma excelente oportunidade para crescer na modalidade.

Para o jovem, a tranquilidade necessária para se posicionar diante do alvo é um dos principais atrativos do arco e flecha. "Por ser um esporte individual, ele acalma. Gosto do fato de depender apenas da minha habilidade", diz.

Esse aspecto também atrai a psicóloga Vitória de Almeida, 29, que pratica o esporte há seis meses. "O que mais gosto é o momento de concentração. É quando paro, presto atenção e puxo o arco. São segundos de silêncio e tranquilidade em que tudo se resume ao alvo", avalia.

O interesse da psicóloga pela atividade remonta à infância, quando ela se encantava por narrativas que envolviam cavalos, arcos e flechas. "Sempre brinco, com um pinga de verdade, que o interesse pelo esporte começou aos 12 anos. Na época, tinha curiosidade pelo arco e flecha porque gostava de histórias medievais", lembra.

Por um período, Vitória se dedicou ao hipismo, mas ela desabafa que não gostava da experiência de competir nessa modalidade: "Não era uma atividade realizada por lazer como o arco e flecha é para mim hoje". Após virar mãe, ela decidiu fazer uma aula experimental. "Maternidade é uma descoberta, é quando a gente se redefine. Por sentir falta de fazer algo por mim, resolvi dar início a essa atividade", conta. Com a prática, Vitória foi melhorando e participou de duas competições.

Sabia mais informações sobre o espaço no perfil do Instagram @artemisarcoeflecha.

\*Estagiária sob supervisão de Patrick Selvatti

ADIVERSÃO É O

ALVO

