



André Trevisan e Wendel Vieira se divertem na Estação Osasco: "É possível criar músicas e *samples*, com saltos e sapateados nos degraus"

Instalação inusitada na CPTM

Até o dia 24 de fevereiro, o Sesc-SP e a Companhia Paulista de Trens Metropolitanos (CPTM) promovem atividades esportivas, de lazer e culturais gratuitas nas estações Osasco (linhas 8-Diamante e 9-Esmeralda), Palmeiras-Barra Funda e Brás (linhas 10-Turquesa, 11-Coral e 12-Safira).

Projeto Verão do Sesc oferece atividades lúdicas e gratuitas em três estações até 24 de fevereiro; objetivo é promover qualidade de vida aos usuários

O Projeto Sesc Verão tem por proposta incentivar, de modo lúdico, a prática de exercícios físicos e ampliar a qualidade de vida dos usuários do transporte metropolitano. Não há limite de idade para participar e também não é preciso levar equipamentos ou vestir roupas ou calçados especiais.

Nas três estações da CPTM, todas as atividades são supervisionadas por monitores do Sesc. A parceria entre as instituições promove oficinas de basquete, ginástica multifuncional, minigolfe, tênis e dança de salão, entre outras atividades. A relação completa de eventos está disponível *on-line* no site do Sesc, www.sescsp.org.br.



A pequena Giulia não deu sossego para a mãe até conhecer a instalação da CPTM

Escada piano – Em Osasco, o usuário é estimulado a fugir do conforto da escada rolante e a transitar pelos degraus da fixa, tradicionalmente muito menos utilizada. Na instalação especial, quem sobe rumo às catracas ou desce no sentido do centro da cidade pisa em um "teclado piano", com sensores colocados em 18 dos 42 degraus que "tocam" com a passagem das pessoas sobre placas especiais colocadas no chão.

Como em um piano verdadeiro, os sons seguem a escala musical e vão dos agudos a graves, incluindo notas e sustenidos. A interatividade do público com

o mecanismo acaba por criar, de forma inusitada, sequências sonoras cômicas e espontâneas. Em cada degrau, um eletrodo colocado sobre duas placas de plástico sobrepostas capta os passos dos transeuntes. Quando duas ou mais "teclas" são acionadas simultaneamente, sons diferentes são produzidos, até mesmo quando acionadas no mesmo degrau.

A instalação e seu *software* de controle foram criados sob medida pela empresa paulistana Zoomb. O projeto tem inspiração sueca e segue modelo de estação do metrô de Estocolmo. O apelo ao entretenimento e à prática esportiva de modo

lúdico são sucessos na internet, em vídeos postados no *YouTube*. Muitas destas intervenções urbanas são divulgadas pelo site estrangeiro *The Fun Theory*, www.thefuntheory.com/piano-staircase.

"Mais importante que a instalação é o conceito do Projeto Verão, de mostrar que o exercício físico está disponível em qualquer lugar e horário na rotina das pessoas. É só usar a imaginação", destacou Marcelo Paulino, monitor do Sesc-Osasco responsável no local.

Carro em casa – Na quarta-feira (8), a publicitária Leia Camponucci deixou o carro na garagem e foi trabalhar de trem. Moradora de Osasco, optou pelo transporte público metropolitano após um telefonema na véspera, do irmão violinista, para Giulia, sua filha, comentando sobre a instalação inusitada na estação da CPTM. Tirando fotos do local, conta que sua herdeira não sossegou até conhecer a "espetacular" escadaria piano.

Avaliação parecida teve a dupla osasquense André Trevisan e Wendel Vieira. Os estudantes de 20 anos aprovaram a ideia de queimar calorias brincando. Fãs de *rap*, conheceram a instalação na estreia, dia 7, e repetiram, dançando, o caminho musical no dia seguinte. Segundo eles, é possível criar músicas e *samples* no local, com saltos e sapateados nos degraus.

Rogério Mascia Silveira
Da Agência Imprensa Oficial

Ginástica multifuncional

Na estação Palmeiras-Barra Funda há um programa completo de exercícios de ginástica multifuncional, com tatames e equipamentos. Tudo é usado de acordo com o interesse de cada passageiro. São oferecidas atividades de lazer, coordenação motora, equilíbrio e condicionamento físico, entre outras.

Na instalação, além das práticas esportivas, são também disputados jogos de pingue-pongue, futebol de botão e minigolfe. Uma vez por semana, são realizados testes de saúde, com medição de Índice de Massa Corporal (IMC), avaliação postural e teste da pisada, entre outros.

Lúcia de Oliveira, auxiliar de serviços gerais, e o estudante Igor Oliveira, seu filho (foto ao lado), retornavam de consultas em consultório de dentista, na estação Deodoro do Metrô, quando viram a instalação do Sesc. Surpreendido, o menino saiu correndo e fez o circuito físico completo, começando



na bicicleta ergométrica, passando por exercícios com bolas e tiras para flexão de braços e pernas, sob a supervisão da monitora Érika Coelho. Moradores de Carapicuíba aprovaram a iniciativa. Para eles, o projeto deveria virar "atração permanente" na estação.

Os maquinistas da CPTM Rodrigo Azevedo e Sergio de Jesus (abaixo) aproveitaram

a folga no serviço para disputar partida de futebol de botão. O jogo terminou com goleada do primeiro sobre o colega, que marcou revanche para a próxima semana. Com o mesmo espírito casual, a aposentada e terapeuta de Reiki, Maria José Braga Costela, de 67 anos disse que ama praticar exercícios porque se sente mais disposta.

