

Afinal, vale tudo para ter um corpo perfeito?

Dietas extremas, atividades físicas exaustivas ou uso de substâncias ilícitas. Será que só assim conseguimos alcançar um corpo em forma?

Ter um corpo mais estético, um baixo percentual de gordura e, conseqüentemente, músculos mais definidos, costuma ser a meta de todos aqueles que apostam em dietas e suam a camisa na academia. Na pressa em ver algum resultado, há quem desvie o caminho rumo às drogas como hormônios sintéticos e esteroides anabolizantes. Mas acredite: é possível ter um corpo de fisiculturista de maneira natural. Tarcisio Gripp é a prova disso. Engenheiro e mestre formado pelo ITA (Instituto Tecnológico de Aeronáutica), ele se tornou atleta premiado. Foi Vice Overall no Vale do Paraíba, esteve no Top 3 paulista e chegou a competir no Mr. Olympia no Brasil. Dedicado e cuidadoso com a alimentação, o atleta contou com a ajuda de Carol Alves e Alex Soares, instrutores de hábitos nutricionais saudáveis. O casal fez parte da equipe responsável por orientá-lo no período pré-competições.

“Antes de começar a gostar de praticar esportes, eu era ‘gordinho’ e me sentia extremamente mal com o meu

corpo. Foi aí que comecei a treinar, e passei a me espelhar nos atletas que mais entendiam sobre como construir um corpo estético, os fisiculturistas. Mas decidi evitar qualquer produto que não fosse saudável. Minha meta era alcançar um corpo esculpido, mas de forma natural. Então conheci Carol e Alex, que já desenvolviam um trabalho bacana, próximo do que eu estava buscando”, afirmou ele, que passou a seguir os passos de um programa especial. “Basicamente, o trabalho de um instrutor de bem-estar é ensinar as pessoas a se alimentarem de maneira correta e a cuidarem do próprio corpo”, afirmou Carol, educadora por formação e profissional da área há oito anos. Ela continua: “Conheci tudo isso através do Alex. Desde então mantenho o mesmo peso, sou mais saudável, tenho mais energia e disposição e afirmo que nossa equipe já ajudou mais de 850 pessoas a chegarem no seu peso ideal”.

BELO CORPO.

A amizade do trio e o aperfeiçoamento dos passos do programa deu origem ao

FitAcademyPro, programa de transformação corporal fundamentado em cinco pilares: modelo de alimentação, grupo de suporte, incentivo à prática de atividade física, acompanhamento ativo pelos instrutores e suplementação premium importada. São mais de 30 instrutores de bem-estar espalhados pelos cinco cantos do país e especializados nos cinco pilares para se ter um corpo em forma.

“Costumo dizer que me tornei produto do produto”, afirmou Tarcisio. “Muitas empresas da área da suplementação esportiva para atletas tem como rosto principal pessoas que não usaram apenas aquilo que está sendo ofertado. Mas eu posso provar que o nosso método funciona e ter um corpo esculpido é possível”, cravou o atleta que hoje também é instrutor no FitAcademyPro e tem como meta ajudar outras pessoas a atingirem uma vida mais saudável.

Ficou curioso? Conheça o programa no site www.fitacademypro.com e nos perfis do Instagram @tarcisiofit e @carolealexfit. A sede fica na av. Lisboa, 290, Jardim Augusta, em São José dos Campos. Tel.: (12) 98288-1889