

quero ser cambista de apostas esportivas 20

Esportes de marca: o que são, exemplos e objetivos

Os esportes de marca são aqueles nos quais o objetivo dos atletas é ultrapassar um limite estabelecido, portanto, são relacionados a marcas de tempo, distância, peso, altura ou de outros parâmetros.

Em geral, são esportes individuais, mas também podem ser coletivos, como o caso do atletismo de revezamento.

Possuem popularidade global e são frequentemente praticados em competições internacionais, tais como, por exemplo, os Jogos Olímpicos e os Pan-Americanos.

Por aprimorarem a aptidão cardiorrespiratória, a força muscular e a flexibilidade, esses esportes proporcionam significativos benefícios físicos e mentais. Além disso, contribuem para o desenvolvimento da disciplina e determinação, uma vez que demandam dedicação e esforço para superar limites.

Encontram-se distribuídos em diversas categorias esportivas, como atletismo, esportes aquáticos, ciclismo, ginástica, levantamento de peso, tiro esportivo, entre outros. Eles incluem, a seguir, os principais esportes dessa categoria:

1. Natación: um esporte aquático que consiste em nadar em um meio líquido (piscina, lago, rio) uma das modalidades esportivas mais antigas do mundo, muito popular, sendo praticada por atletas de todo o mundo. É um esporte olímpico desde a primeira edição dos Jogos Olímpicos da Era Moderna, em Atenas 1896. As provas de natación podem ser realizadas individualmente ou em revezamento. As provas de natación são divididas em quatro estilos: crawl, costas, peito e borboleta.
- Nado crawl: é o estilo mais rápido e consiste em alternar movimentos de braços e pernas.
- É o estilo mais rápido e consiste em alternar movimentos de braços e pe