

# Empresários investem na boa forma

— Saúde é um investimento que rende muitos dividendos, além de evitar despesas desnecessárias.

O comentário é do Vice-Presidente do Grupo Brascan, Einardo Bingemer, 43 anos, que pratica, pelo menos duas horas por dia, **cooper**, ciclismo e natação. Bingemer faz parte daquele grupo de executivos que, como Alberto Sicupira (Presidente das Lojas Americanas), Antônio Carlos Brandão (do Banco da Bahia), Irineu de Paulo Machado (do Banco Boavista) e Jorgi Giganti (Presidente da Coca-Cola do Brasil), é adepto do condicionamento físico.

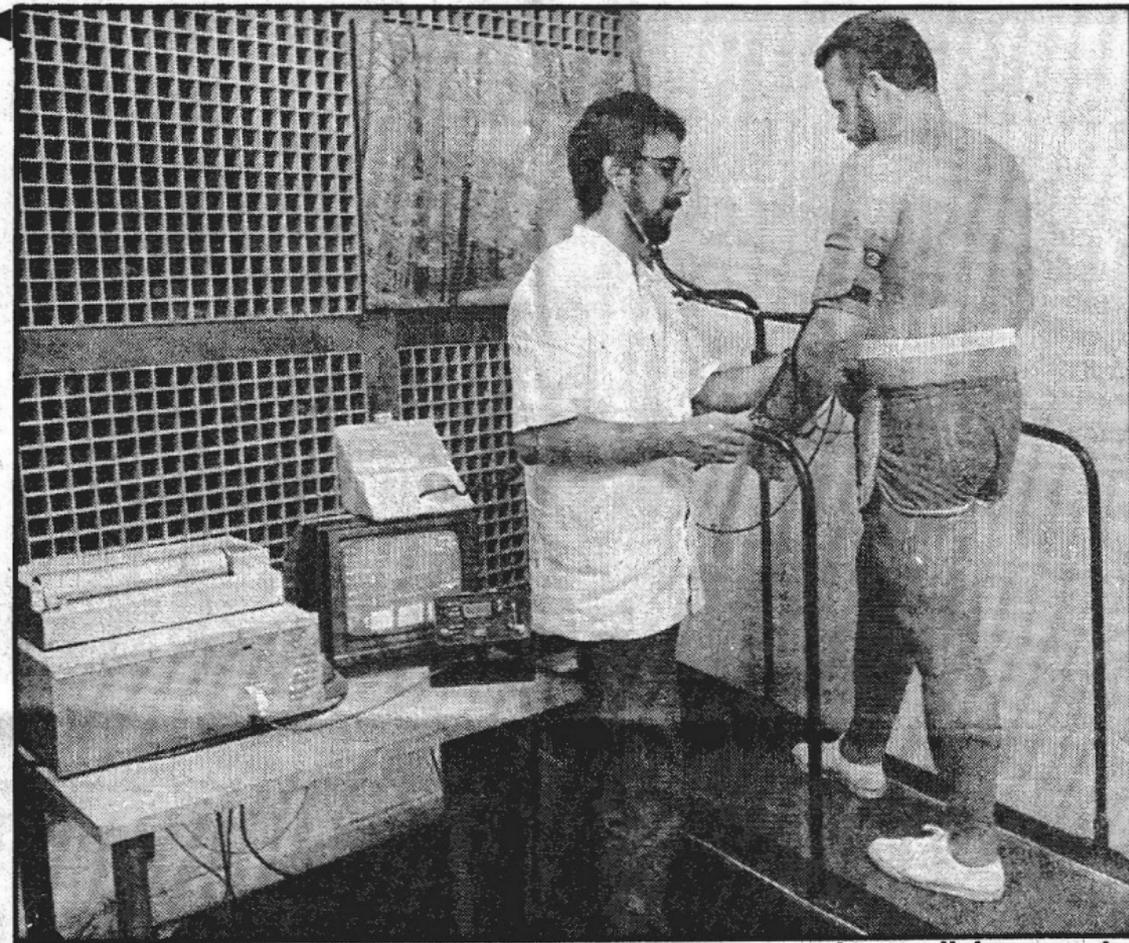
Ao contrário de muitos empresários que alegam falta de tempo para exercícios físicos, Bingemer — que participou de 20 provas de **triathlon** no País — considera o tempo uma questão de preferência.

Já o Diretor e co-proprietário da Granja Juriti, Otávio Dyckerhoff, 42 anos, conseguiu resolver um problema congênito de hipertrofia do cora-

ção com exercícios aeróbicos diários. Antes de dar um guinada de 180 graus em sua vida, Dyckerhoff, que na época trabalhava no mercado de capitais — ele era dono da corretora Gesisa S/A —, só conseguia dormir à base do calmante Morgadon.

Ao optar por abandonar o mercado de capitais, o cigarro, o calmante e a vida sedentária, este empresário começou andando três quilômetros em volta da Lagoa Rodrigo de Freitas. Em 1987, ele conseguiu completar, em 13 horas, a prova de **triathlon** no Hawaí — percorrendo 180 quilômetros de bicicleta, 42 quilômetros de maratona e quatro de natação.

O Diretor da Área Financeira da Montreal Engenharia, José Eduardo Quintela, por sua vez, é um novato no grupo de executivos adeptos de exercícios físicos. Apesar de ainda estar engatinhando nesta atividade, ele garante que está se sentindo mais bem disposto e que, desta vez, seu ligeiro excesso vai acabar.



Eduardo Quintela, da Montreal, inicia seu programa de condicionamento