

CENTRO DE TREINAMENTO DE MMA

Entre as modalidades esportivas, existe uma atividade da qual são utilizados inúmeros golpes e técnicas de diversas modalidades marciais. Entre elas, são utilizados os golpes de punho do Boxe, as cotoveladas, caneladas e joelhadas do Muay-Thai, as projeções praticadas no Judô, quedas e luta agarrada desenvolvida na Luta Olímpica e o domínio da luta de solo praticada no Jiu-Jitsu. Esta combinação de estilos de luta dá-se o nome de MMA, do inglês *Mixed Martial Arts*, tradução livre para português como Artes Marciais Mistas. Esse termo originado da língua inglesa é popularmente traduzido como "Vale-Tudo", remontando, principalmente à década de 1950, em que eram comuns e populares no Brasil as competições entre técnicas de lutas diversas, e valia literalmente tudo para impor uma derrota ao seu oponente. Atualmente o MMA segue regras e um rígido acompanhamento médico, deixando para trás o conceito de "Vale-Tudo".

O MMA tem obtido grande crescimento mundial e vem galgando uma popularidade inédita. No contexto atual, a prática tem movimentado parcelas de uma indústria esportiva e de entretenimento, que envolve indumentária, suplementação alimentar, equipamentos esportivos, entre outros produtos, com um consumo crescente. O universo das Artes Marciais Mistas é um filão de novas práticas, hábitos e costumes, principalmente para uma parcela masculina, que envolve em sua maioria jovens, o que pode representar uma possibilidade de profissionalização e ascensão social.

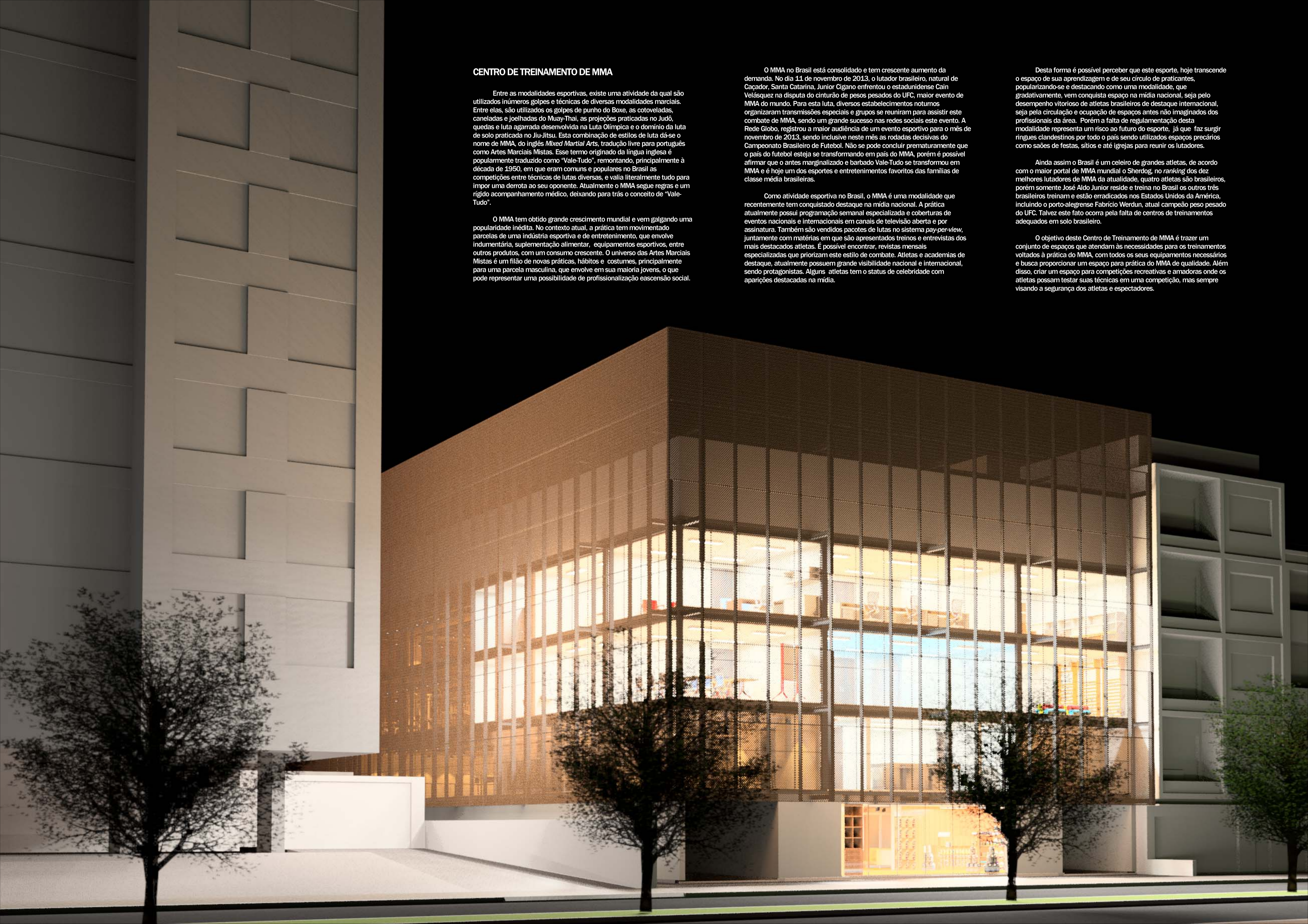
O MMA no Brasil está consolidado e tem crescente aumento da demanda. No dia 11 de novembro de 2013, o lutador brasileiro, natural de Caçador, Santa Catarina, Junior Cigano enfrentou o estadunidense Cain Velásquez na disputa do cinturão de pesos pesados do UFC, maior evento de MMA do mundo. Para esta luta, diversos estabelecimentos noturnos organizaram transmissões especiais e grupos se reuniram para assistir este combate de MMA, sendo um grande sucesso nas redes sociais este evento. A Rede Globo, registrou a maior audiência de um evento esportivo para o mês de novembro de 2013, sendo inclusive neste mês as rodadas decisivas do Campeonato Brasileiro de Futebol. Não se pode concluir prematuramente que o país do futebol esteja se transformando em país do MMA, porém é possível afirmar que o antes marginalizado e barbado Vale-Tudo se transformou em MMA e é hoje um dos esportes e entretenimentos favoritos das famílias de classe média brasileiras.

Como atividade esportiva no Brasil, o MMA é uma modalidade que recentemente tem conquistado destaque na mídia nacional. A prática atualmente possui programação semanal especializada e coberturas de eventos nacionais e internacionais em canais de televisão aberta e por assinatura. Também são vendidos pacotes de lutas no sistema *pay-per-view*, juntamente com matérias em que são apresentados treinos e entrevistas dos mais destacados atletas. É possível encontrar, revistas mensais especializadas que priorizam este estilo de combate. Atletas e academias de destaque, atualmente possuem grande visibilidade nacional e internacional, sendo protagonistas. Alguns atletas tem o status de celebridade com aparições destacadas na mídia.

Desta forma é possível perceber que este esporte, hoje transcende o espaço de sua aprendizagem e de seu círculo de praticantes, popularizando-se e destacando como uma modalidade, que gradativamente, vem conquistando espaço na mídia nacional, seja pelo desempenho vitorioso de atletas brasileiros de destaque internacional, seja pela circulação e ocupação de espaços antes não imaginados dos profissionais da área. Porém a falta de regulamentação desta modalidade representa um risco ao futuro do esporte, já que faz surgir ringues clandestinos por todo o país sendo utilizados espaços precários como saões de festas, sítios e até igrejas para reunir os lutadores.

Ainda assim o Brasil é um celeiro de grandes atletas, de acordo com o maior portal de MMA mundial o *Sherdog*, no *ranking* dos dez melhores lutadores de MMA da atualidade, quatro atletas são brasileiros, porém somente José Aldo Junior reside e treina no Brasil os outros três brasileiros treinam e estão erradicados nos Estados Unidos da América, incluindo o porto-alegrense Fabrício Werdun, atual campeão peso pesado do UFC. Talvez este fato ocorra pela falta de centros de treinamentos adequados em solo brasileiro.

O objetivo deste Centro de Treinamento de MMA é trazer um conjunto de espaços que atendam às necessidades para os treinamentos voltados à prática do MMA, com todos os seus equipamentos necessários e busca proporcionar um espaço para prática do MMA de qualidade. Além disso, criar um espaço para competições recreativas e amadoras onde os atletas possam testar suas técnicas em uma competição, mas sempre visando a segurança dos atletas e espectadores.



ÁREA DE INTERVENÇÃO

O município escolhido para a implantação do Centro de Treinamento de MMA é Porto Alegre, capital do estado do Rio Grande do Sul, extremo sul do Brasil. A cidade possui uma localização privilegiada. Ponto estratégico dentro do Mercosul, sendo o centro geográfico das principais rotas do Cone Sul, equidistante tanto de Buenos Aires e de Montevideu, quanto de São Paulo e do Rio de Janeiro. Para quem chega em terras gaúchas, Porto Alegre é a porta de entrada para os principais atrativos turísticos da região. A capital dos gaúchos está interligada às rodovias federais BR-290, BR-116 e BR-448, permitindo a conexão com os demais estados brasileiros e também com o Uruguai e a Argentina.

A área de intervenção escolhida está localizada no bairro Santana. O bairro Santana é considerado um bairro residencial de classe média e heterogênea, que possui um comércio de pequeno porte, contando com bares e casas noturnas, sendo bem localizado devido a estar próximo de duas grandes vias, a avenida João Pessoa e a rua Ramiro Barcelos, importantes vias radiais da cidade de Porto Alegre. O bairro conta com população de 21.221 habitantes e 8.299 domicílios.

O lote escolhido para este projeto está localizado na avenida Venâncio Aires, estando próximo da avenida João Pessoa, uma das principais vias de Porto Alegre. As dimensões do lote podem ser verificadas na abaixo, resultando em 920,46 m² de área total. Quanto à geomorfologia do lote, se conclui que é um espaço plano, pois, em toda sua extensão, não existem curvas de nível.

Nas proximidades do lote se encontra o parque da Redenção, ponto turístico da cidade e que pode ser utilizado para exercícios ao ar livre pelos alunos da academia. Em um raio de 500 m existem 8 estacionamentos privados, que podem ser utilizados como apoio para as atividades de eventos no Centro de Treinamento de MMA. Além disto no entorno do lote possui grande fluxo de ônibus e lotações.

Na avenida Venâncio Aires as edificações em sua maioria se encontram no alinhamento frontal do lote, criando uma via convidativa aos pedestres. O terreno das edificações geralmente possuem comércio. O lote fica nas proximidades do bairro Cidade Baixa, conhecido por seu estilo boêmio e por ser frequentado em sua maioria por jovens, principal público para as atividades marciais propostas e oferecidas pelo Centro de Treinamento de MMA.



Mapa de contexto urbano
1:2000

CONCEITO

Como conceito do projeto se buscou nas origens do MMA. Este esporte é a união de diversas artes marciais tais como Boxe, Muay-Thai, Judô, Luta Olímpica e Jiu-Jitsu. Além disso o lutador de MMA deve possuir uma integração de valências físicas, como força, resistência, flexibilidade, técnica e concentração. O MMA é a integração destas modalidades, desta forma o conceito do projeto foi definido como integrar a áreas de treinamento e focar estas áreas ao coração do MMA, o octógono. Desta forma durante os treinamentos o frequentador do Centro de Treinamento de MMA, sempre estará focado no octógono e visando seus treinamentos a prática do MMA.

SIMETRIA

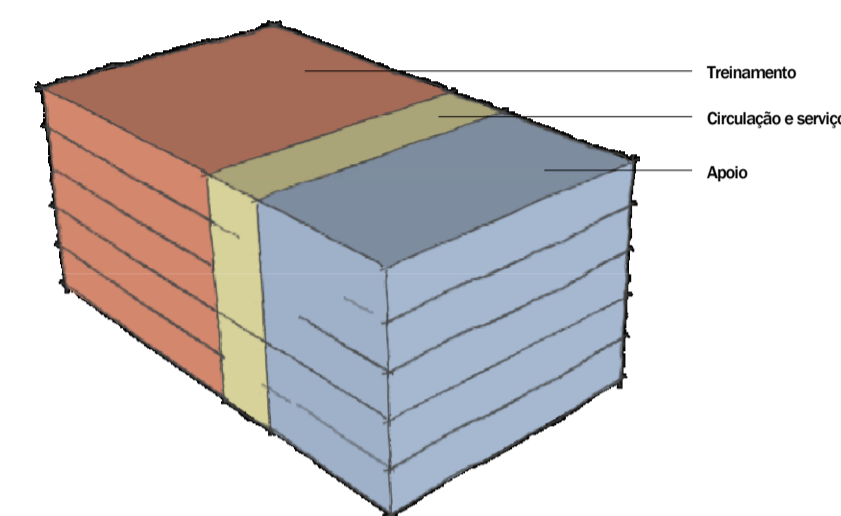
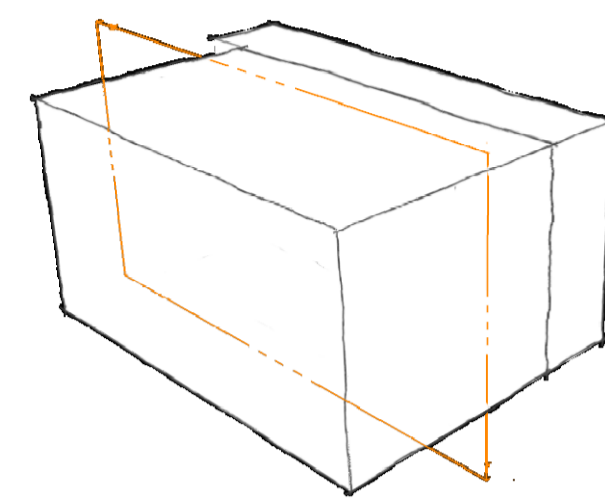
A simetria é encontrada na natureza, na proporção do corpo, pétalas de uma flor, conchas do mar, asas de uma borboleta. É fundamental para criarmos sentidos de proporção e pode ser observada por nós de forma espontânea e invisível. Segundo Vitruvius, a simetria consiste na união e conformidade das partes de um trabalho, em relação à sua totalidade, e na beleza de cada uma das partes que compõem o trabalho. A simetria deriva do conceito grego de analogia, que é a relação entre todas as partes de uma estrutura com a estrutura inteira. A simetria é necessária para a beleza de uma construção, ou para a beleza da figura humana. As formas simétricas sempre foram especiais. Consideradas um dos padrões de beleza na estética clássica, tem seu encanto em razão da repetição de padrões visuais. A simetria é um ponto de contato entre estética e matemática. Sua ocorrência na natureza motivou a inclusão da simetria entre os símbolos místicos, significando a unidade de toda a criação. Na arquitetura a simetria parte da sensação de estabilidade, de perenidade no tempo, que se tem diante de certos edifícios advém justamente do uso da simetria nas fachadas.

Por vezes a simetria pode é definida como "proporções perfeitas e harmoniosas" ou "uma estrutura que permite que um objeto seja dividido em partes de igual formato e tamanho". Quando pensamos em simetria, provavelmente, pensamos em algum tipo de combinação de todas ou algumas dessas palavras.

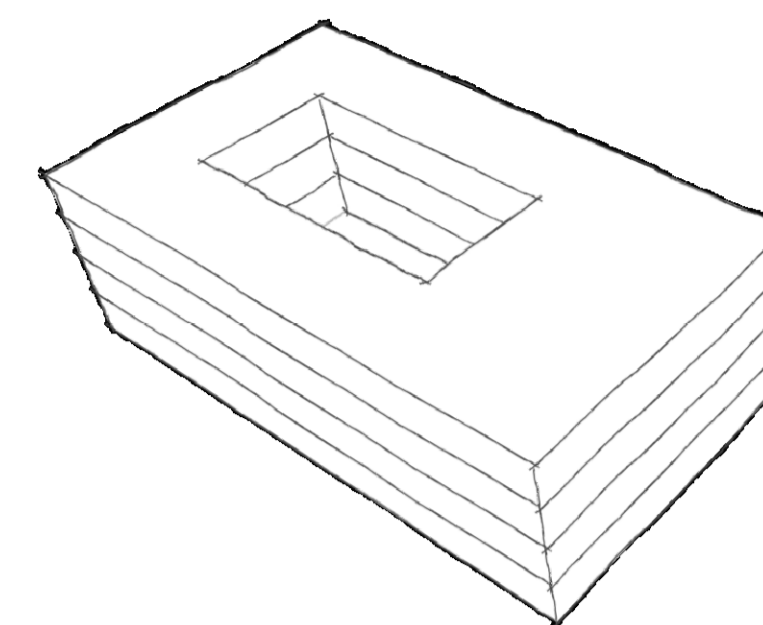
As artes marciais tem forte relação com a simetria, deste o equilíbrio do Yin-yang, a força física e metal, a simetria do corpo humano, os lados opostos de um combate. A arquitetura das antigas arenas de luta também utilizam o conceito da simetria sem sua composição como o Coliseu romano. Desta forma, foi escolhido buscar como partido arquitetônico a simetria, para relacionar a composição forma aos conceitos primitivos das artes marciais.

PARTIDO ARQUITETÔNICO

O partido arquitetônico do projeto do Centro de Treinamento de MMA consiste em uma planta retangular simétrica. A edificação se alinha com a edificação vizinha para dar continuidade a via e se alinha os seus alinhamentos de fachada.

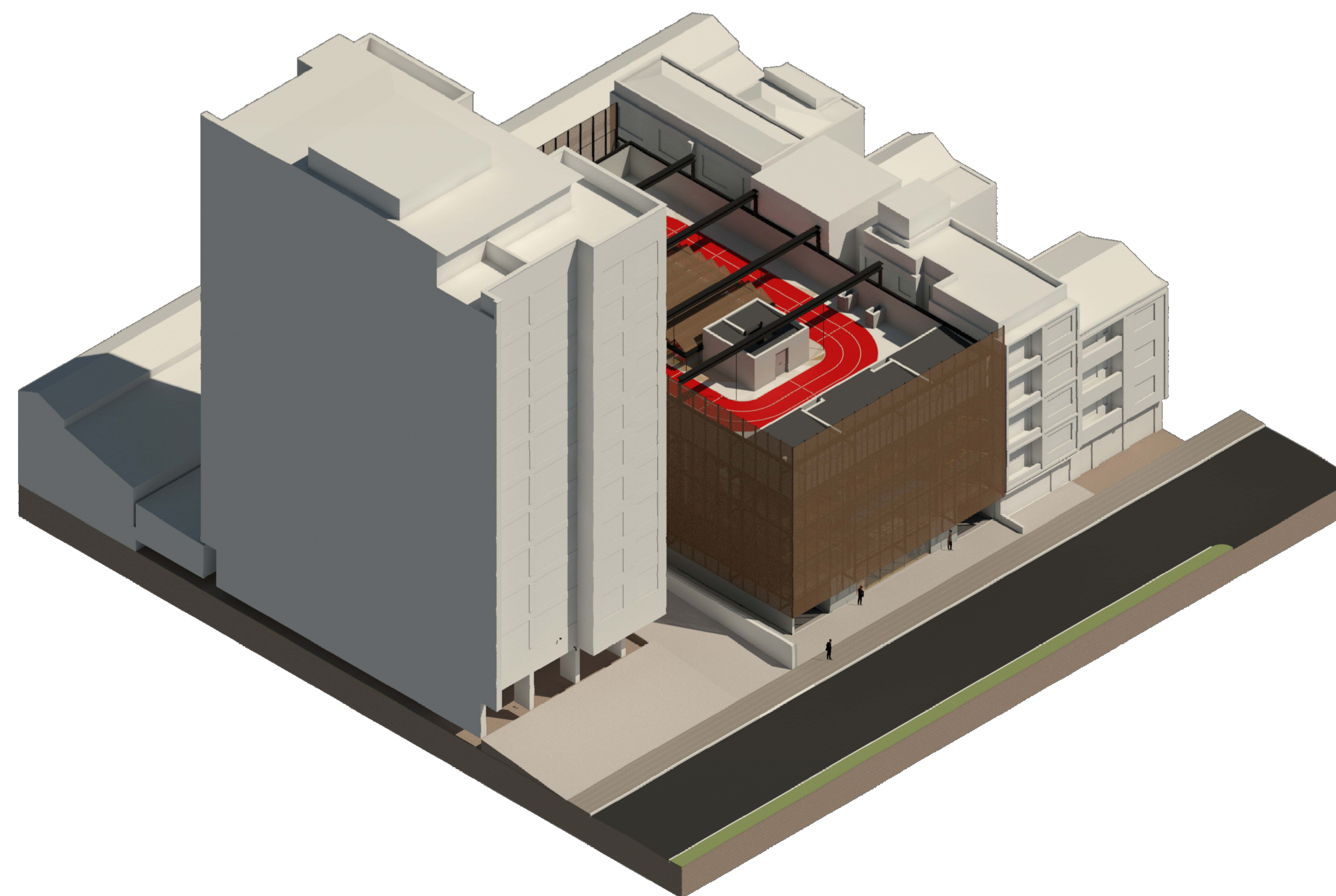
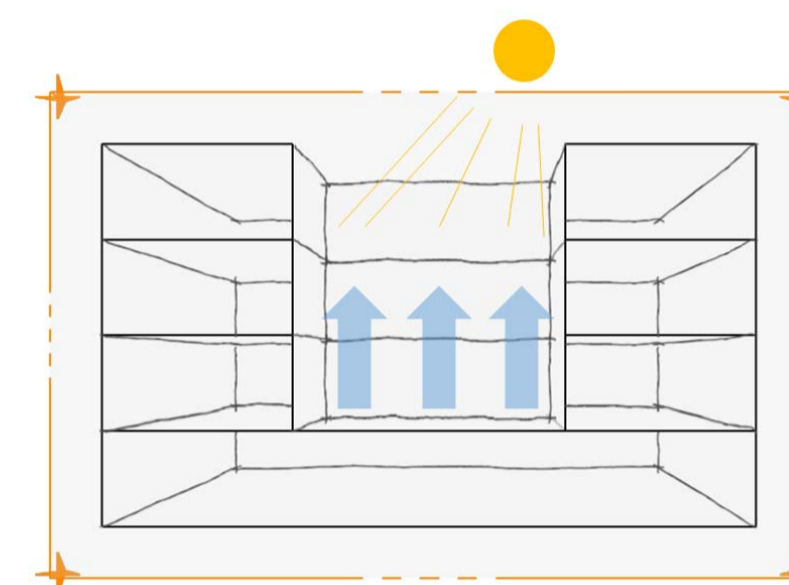


Internamente o partido se organiza com um pátio central que é organizado pelo octono de forma a criar uma importância a este espaço, para que seja fonte de inspiração aos atletas frequentadores do Centro.



O pátio central organiza e gera visuais do octógono ao projeto. A circulação do projeto se dá ao entorno do pátio.

Além de organizar o pátio central auxilia na iluminação natural e na ventilação da edificação.



Perspectiva aérea

REFERÊNCIAS

Fit2You

A academia Fit2You se localiza na cidade de São Paulo no estado de São Paulo. O projeto de autoria de José Ricardo Basiche e Ronaldo Shinohara foi concluído em 2012. Sua área construída é de 507 m². Atende uma área de esportiva, com espaço para musculação e exercícios diversos. Possui também serviços auxiliares como café, depósito, vestiários e administração. Este projeto foi escolhido como referência por estar inserido entre duas edificações em altura e explorar os limites do terreno, similar ao terreno proposto e por contar uma materialidade explorada por este projeto.



Foto: Leonardo Finotti

Pulse Health & Fitness

A academia Pulse Health & Fitness foi projetada por Luiz Fernando Rocco, Fernando Vidal e Douglas Tolaine se localiza em Natal, possui um programa similar ao projeto proposto.

Este projeto foi escolhido como referência por possuir níveis com aberturas e passarelas que ligam os lugares criando um ambiente integrado.

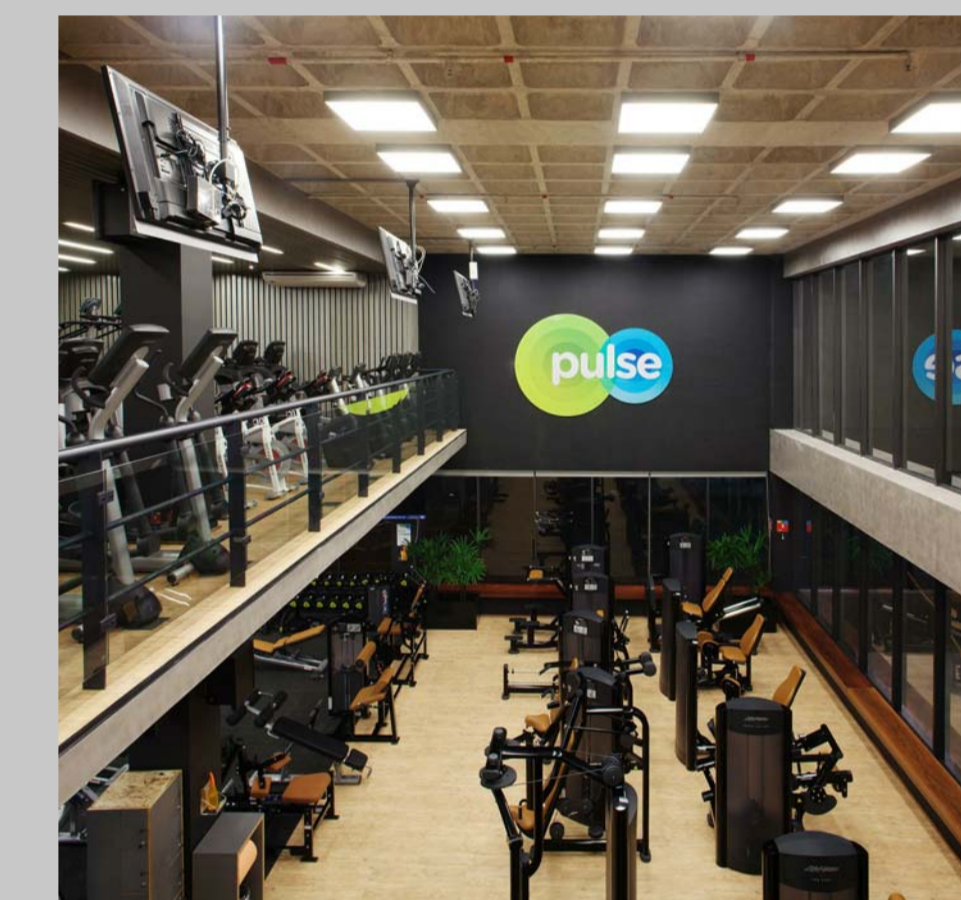


Foto: Daniel Dixci

Sports Hall

No projeto de autoria do escritório Slangen + Koenis Architects, foi utilizado como referência devido a sua fachada ser composta por um sistema ventilado através de placas de aço perfuradas, gerando um interessante movimento em sua fachada.

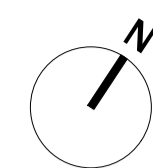
Além disso esta edificação possui um formato retangular e foi implantada no limite do terreno entre duas edificações existentes. Esta nova edificação se encaixou no vazio existente. Para acentuar a nova estrutura foram criadas as fachadas coloridas ao lados, acentuando o contraste entre o novo e o existente.



Foto: Marcel van der Burg



Vista da Avenida Venâncio Aires



Avenida Venâncio Aires



Área de ocupação intensiva
Zona mista predominantemente residencial

Índices máximos
Índice de aproveitamento - 3,0 = 2.761,40 m²
Taxa de ocupação - 90% = 828,42 m²
Altura máxima de 10 pavimentos

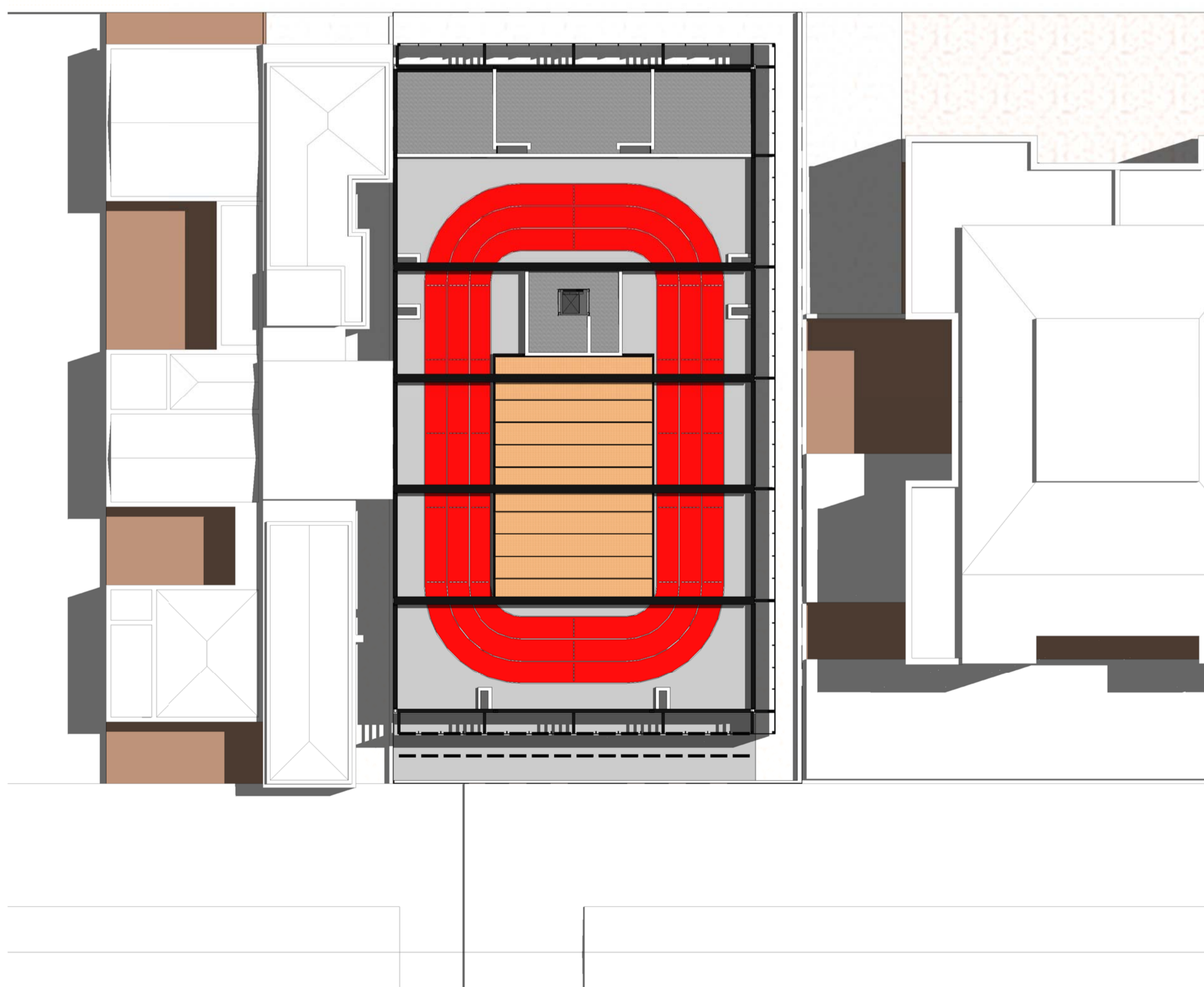
Índices atingidos
Índice de aproveitamento - 2,16 = 1.984,93 m²
Taxa de ocupação - 84,16% = 774,65 m²
Altura de 4 pavimentos

Vagas de estacionamento = 15 vagas

Regime urbanístico
1:500



Avenida Venâncio Aires



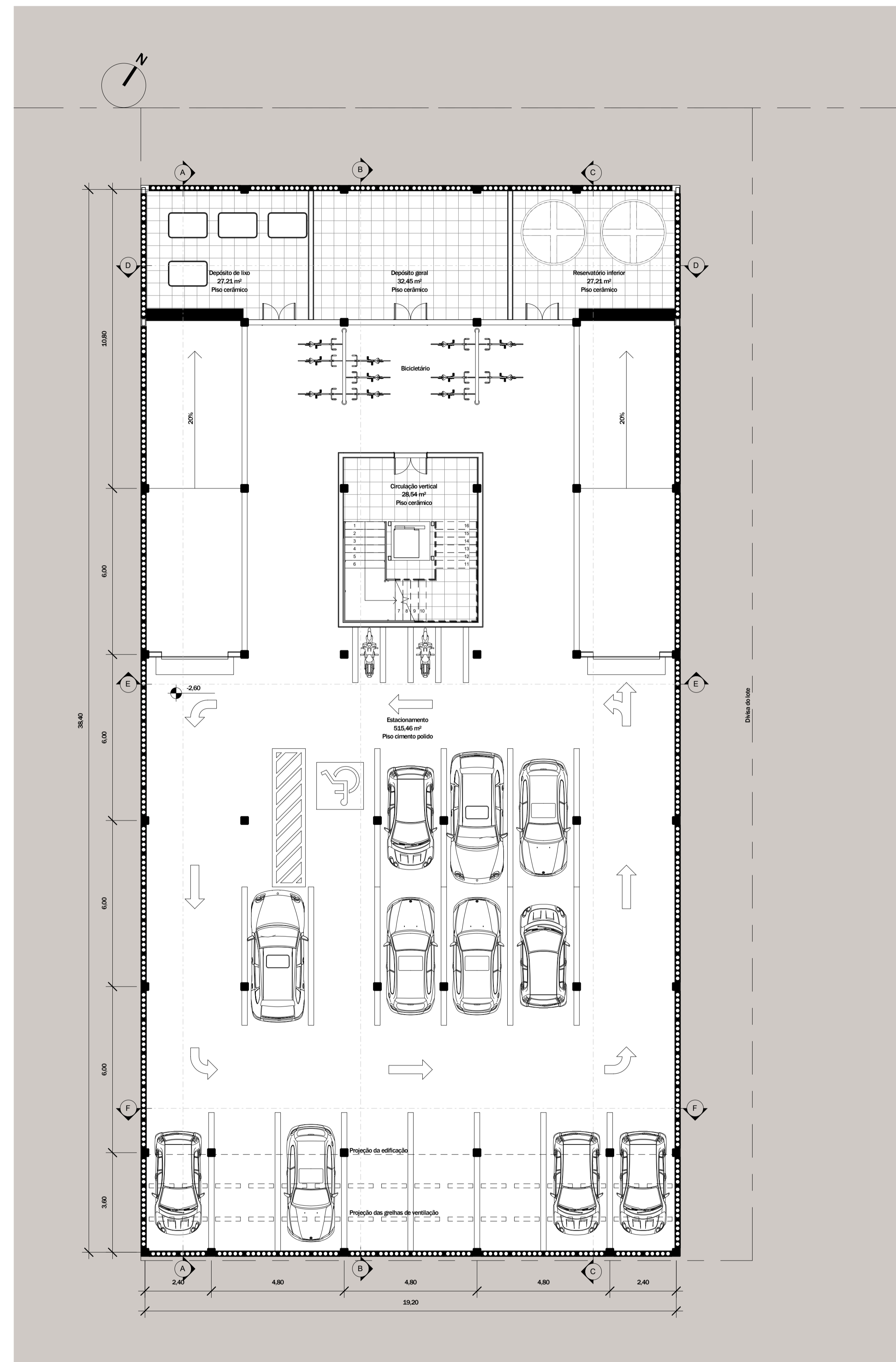
Implantação
1:200

Quadro de áreas

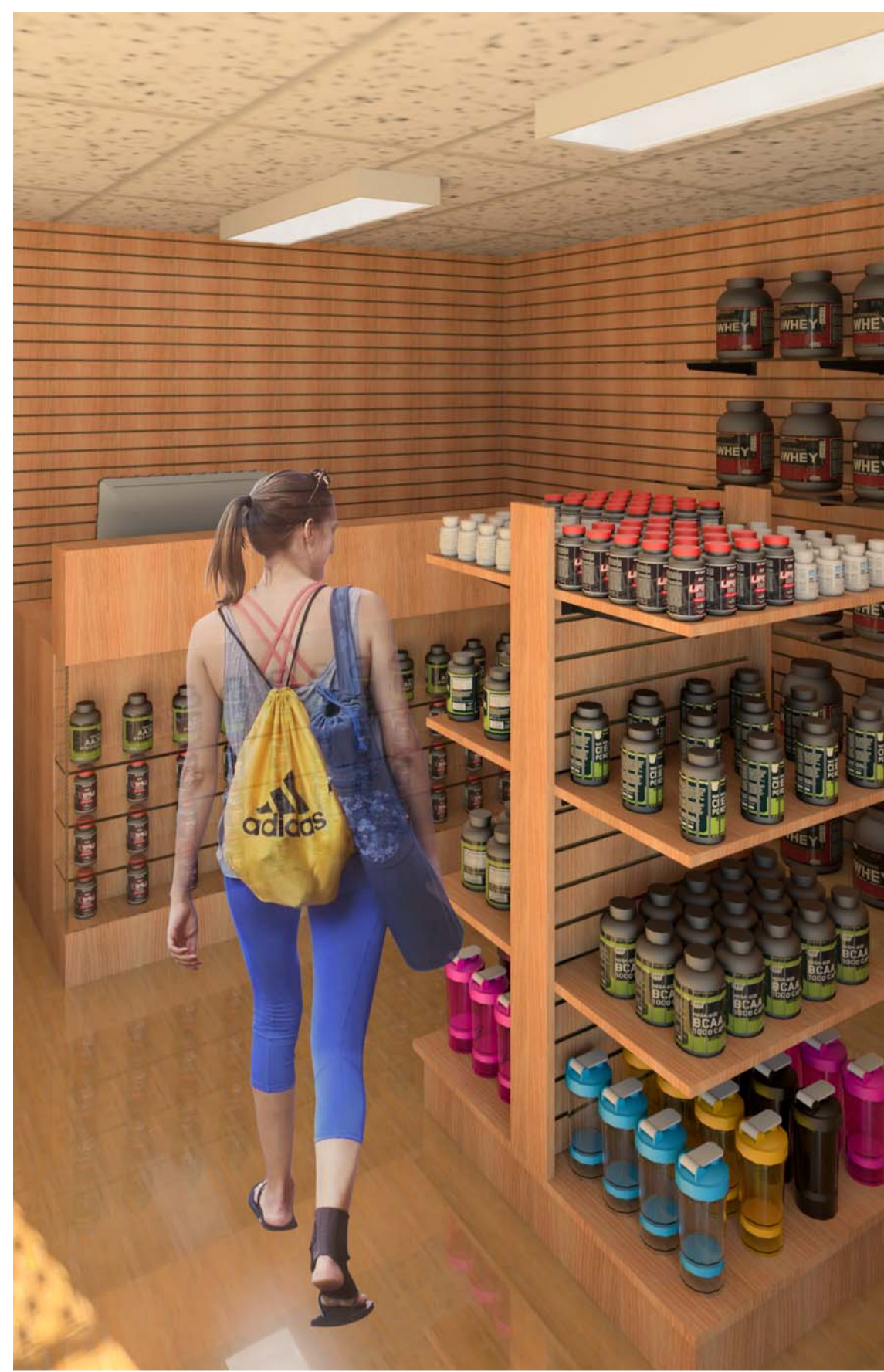
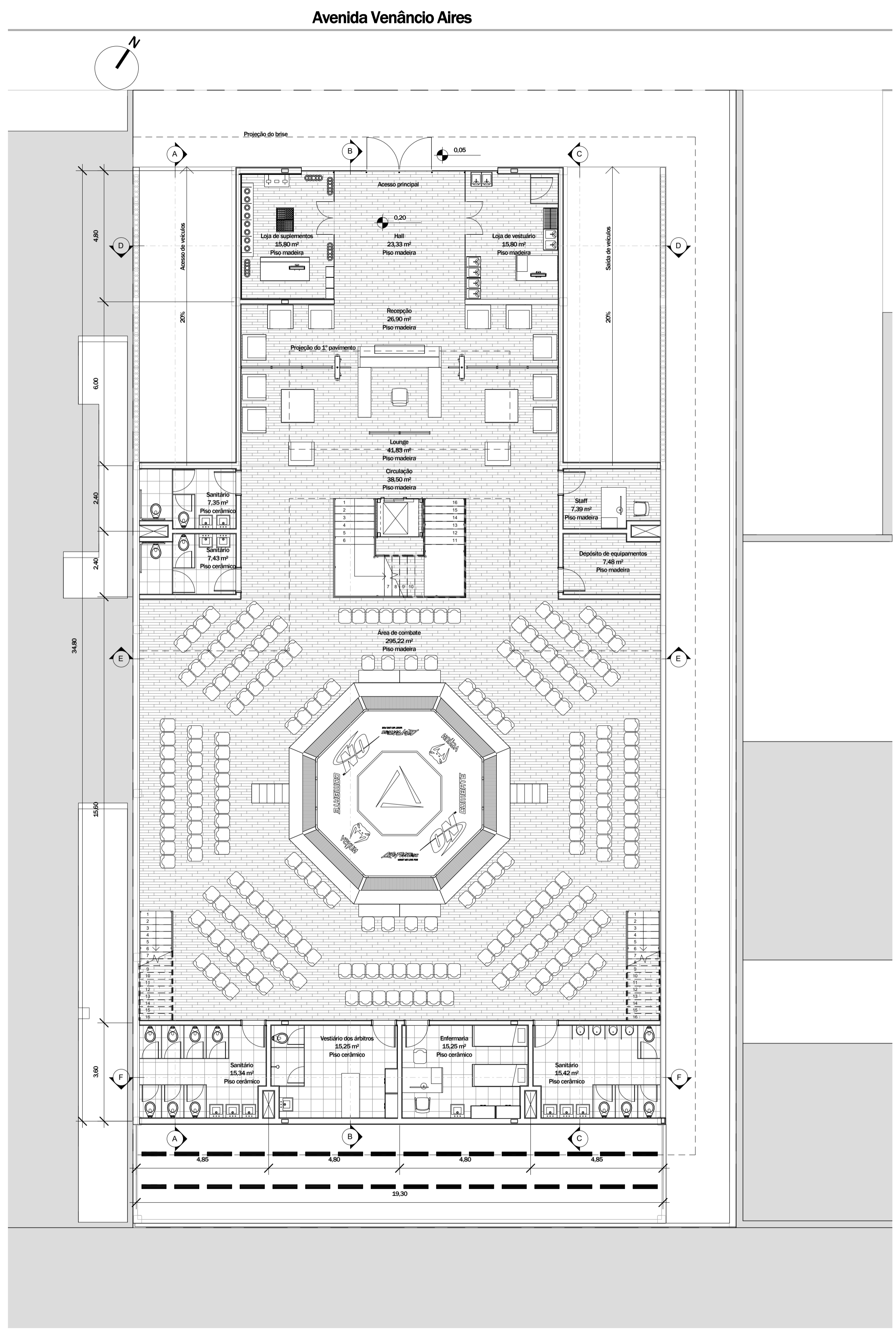
Nome	Área
Subsolo	
Circulação vertical	28,54 m²
Depósito de lixo	27,21 m²
Depósito geral	32,45 m²
Estacionamento	515,46 m²
Reservatório inferior	27,21 m²
Térreo	
Circulação	38,50 m²
Depósito de equipamentos	7,48 m²
Enfermaria	15,25 m²
Hall	23,33 m²
Loja de suplementos	15,90 m²
Loja de vestuário	15,90 m²
Launje	41,83 m²
Recepção	26,90 m²
Sanitário	45,54 m²
Staff	7,39 m²
Vestibulo dos árbitros	15,25 m²
Área de combate	295,22 m²
1º pavimento	
Bar	189,60 m²
Circulação	36,79 m²
Cozinha	21,62 m²
Passarela	14,56 m²
Sanitário	5,35 m²
Vestibulo	41,05 m²
2º pavimento	
Avaliação física	19,85 m²
Circulação	53,98 m²
Consultório	14,91 m²
Halterofilismo	259,61 m²
Passarela	14,56 m²
Sala de ioga	24,40 m²
Sala de vídeo	24,96 m²
Sala de workshops	36,88 m²
Sanitário	14,45 m²
Vestibulo	19,22 m²
3º pavimento	
Administração	19,85 m²
Circulação	53,98 m²
Copa	7,45 m²
Crosstraining	259,61 m²
Dirreção	24,96 m²
Passarela	14,56 m²
Sala de reunião	36,88 m²
Sala dos professores	24,40 m²
Sanitário	21,90 m²
Vestibulo	19,22 m²
Cobertura	
Ar condicionado	23,77 m²
Casa de máquinas	8,43 m²
Gerador	23,77 m²
Pista de corrida	240,84 m²
Reservatório superior	35,88 m²
Total	2.786,45 m²

Áreas adensáveis

Tipo	Área
Adensável	1.603,04 m²
Não adensável	1.183,41 m²



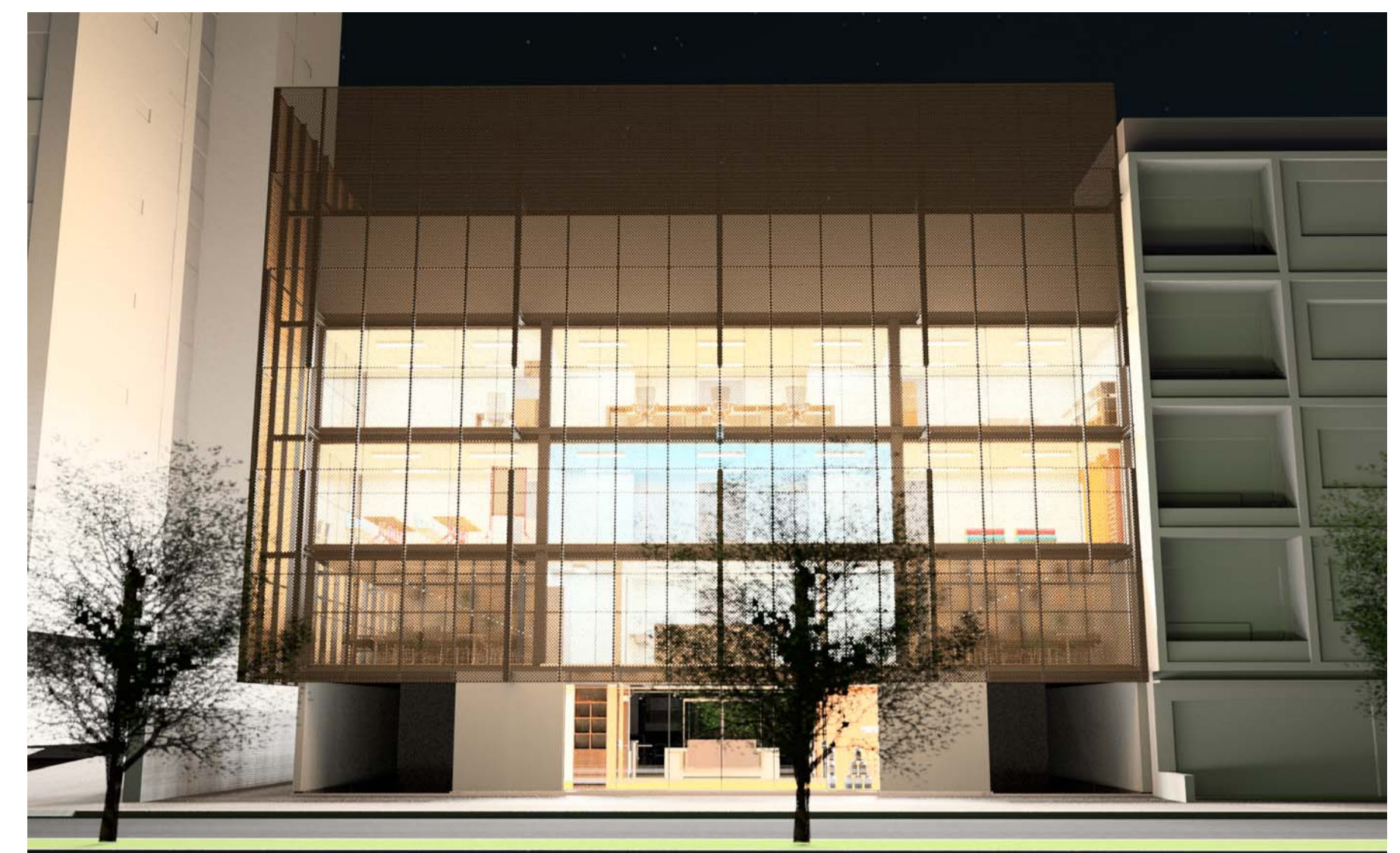
Subsolo
1:100



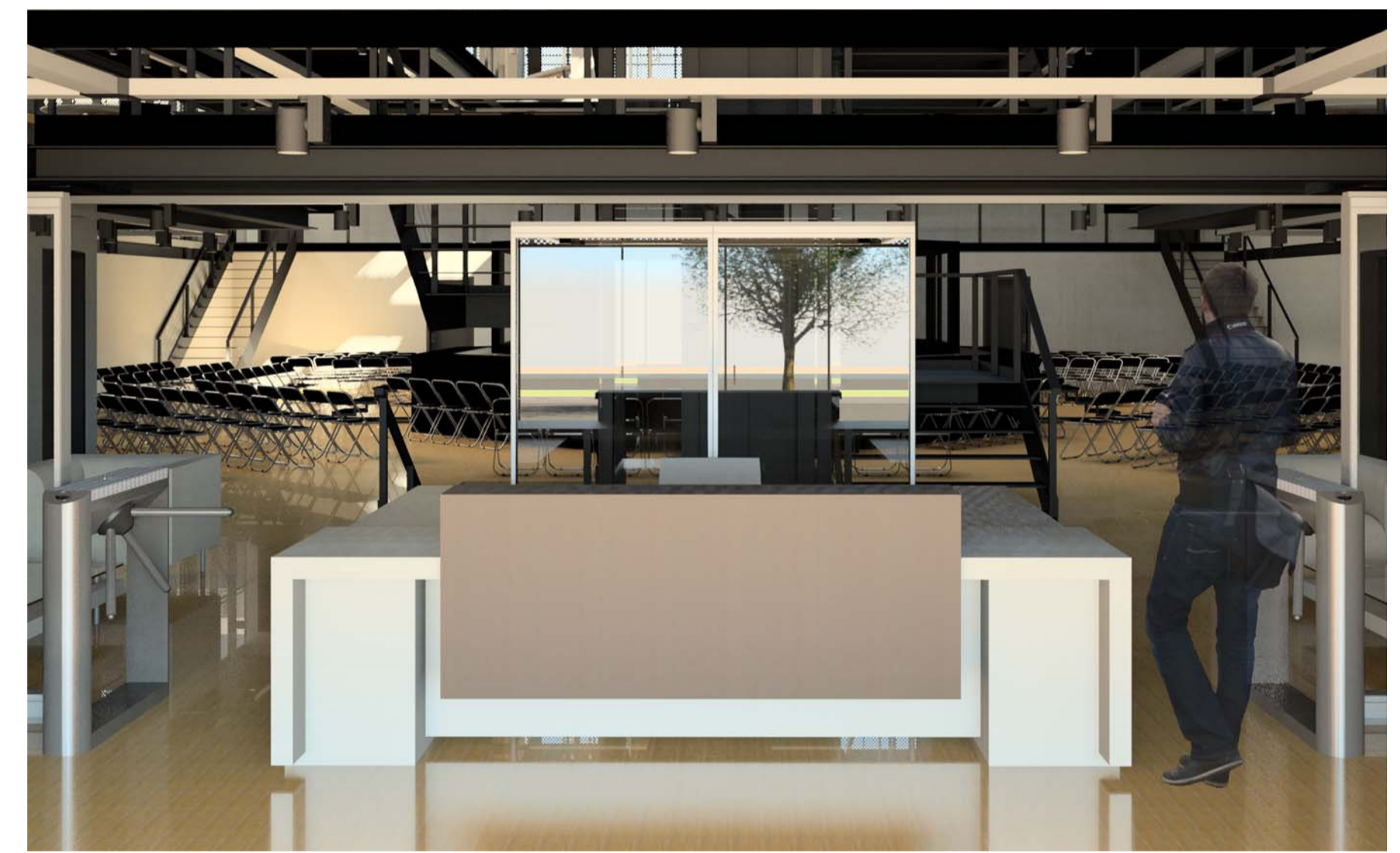
Loja de suplementos



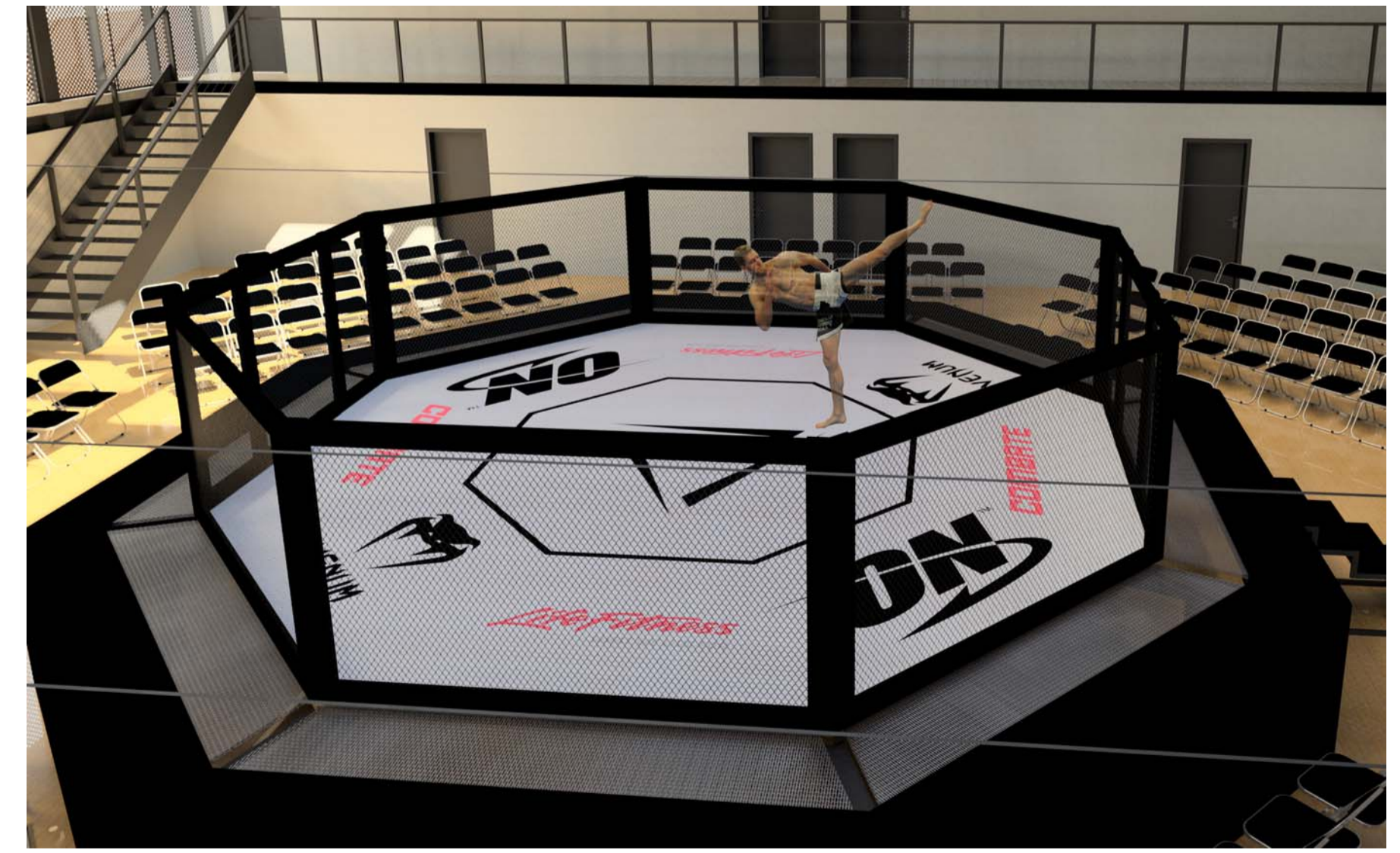
Lounge



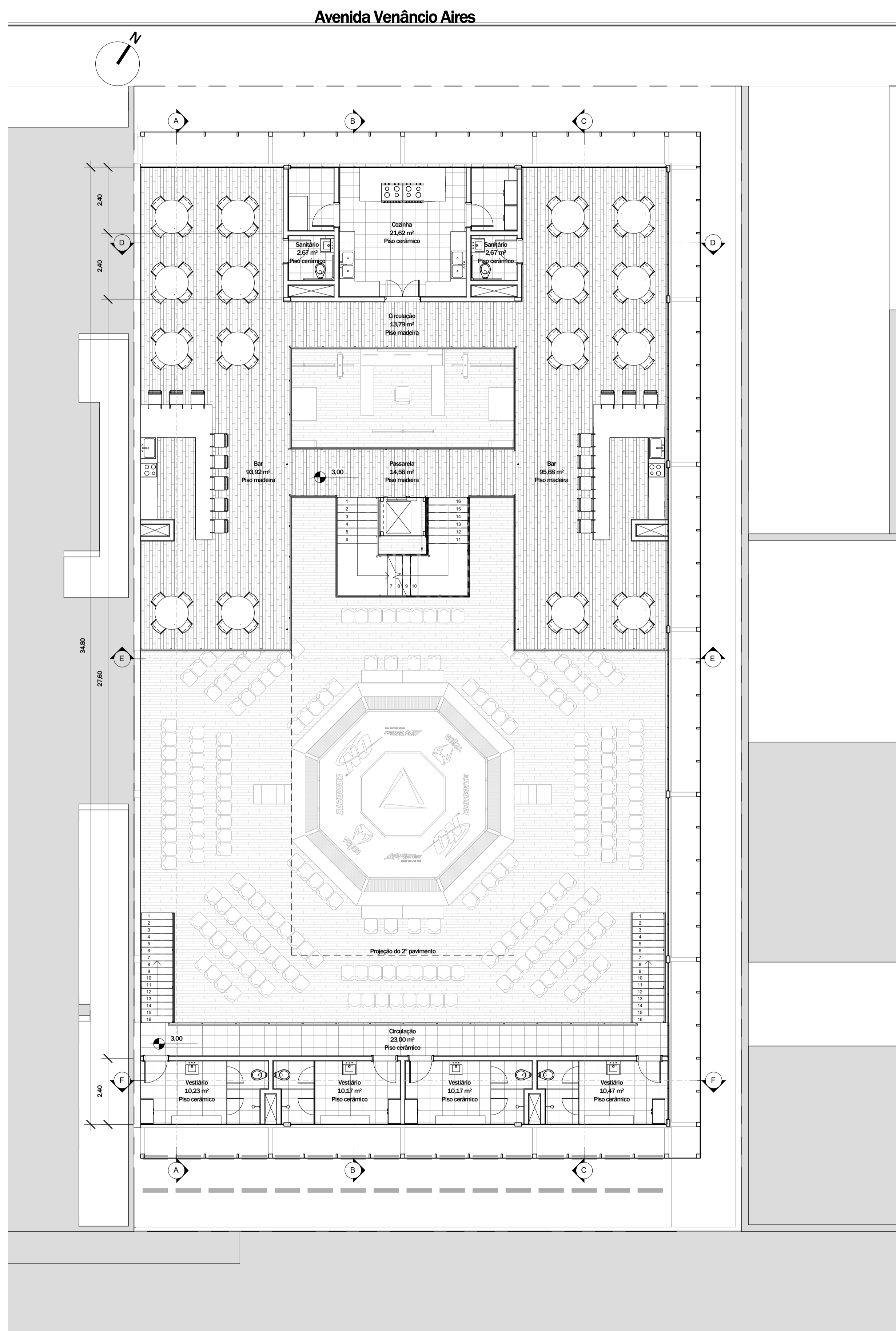
Perspectiva noturna da fachada



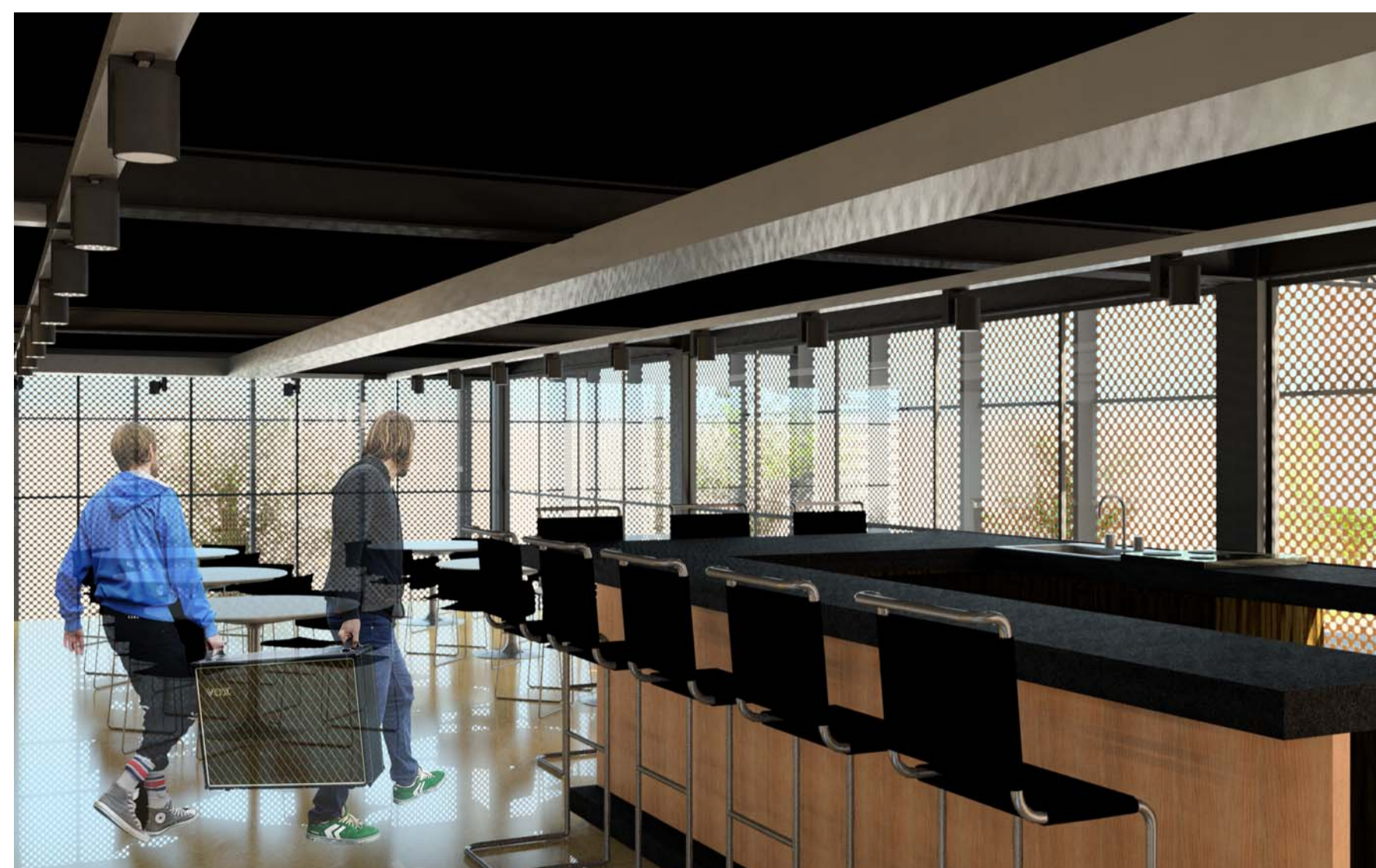
Recepção



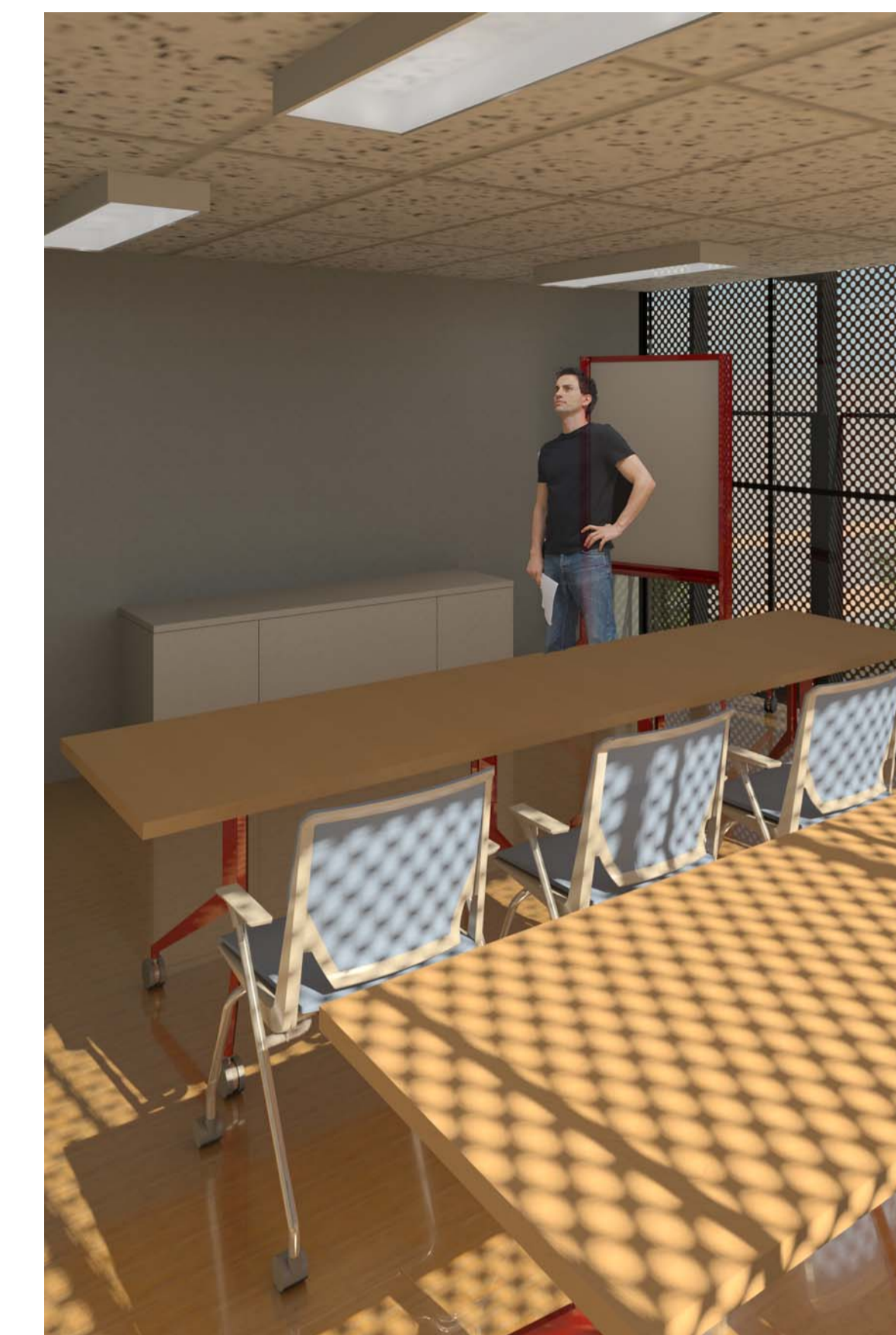
Octógono



1º pavimento
1:100



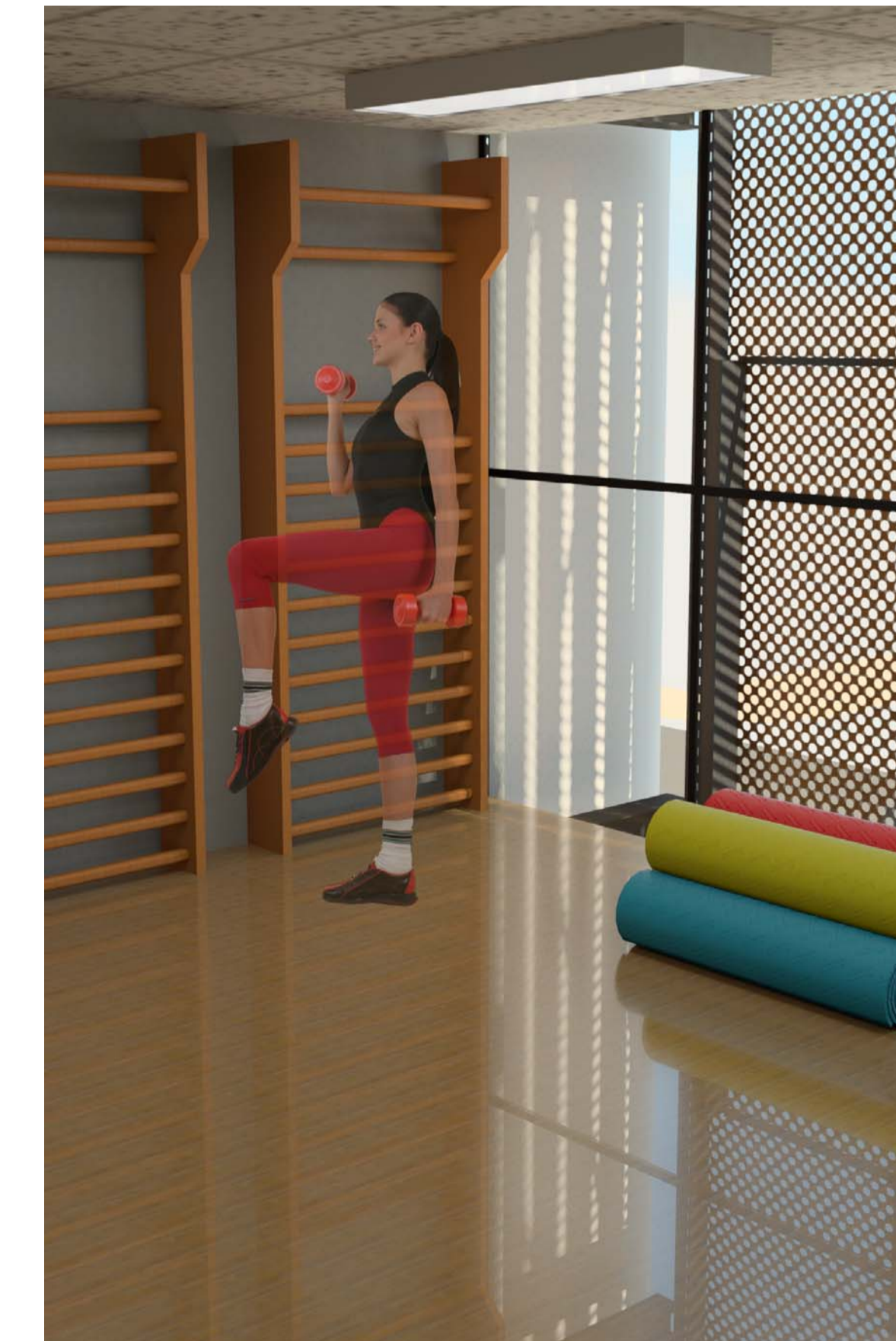
Bar



Sala de vídeos

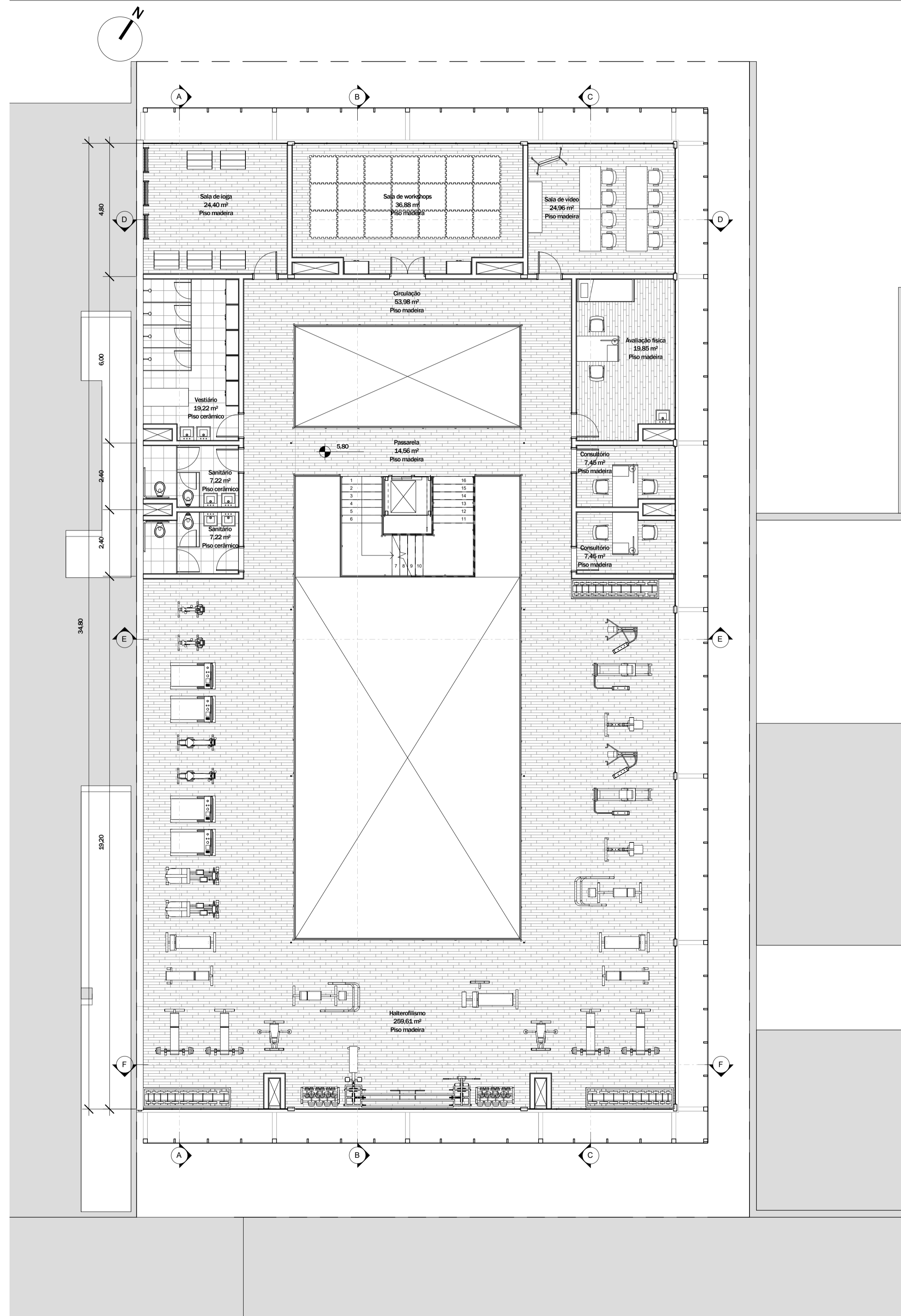


Escada



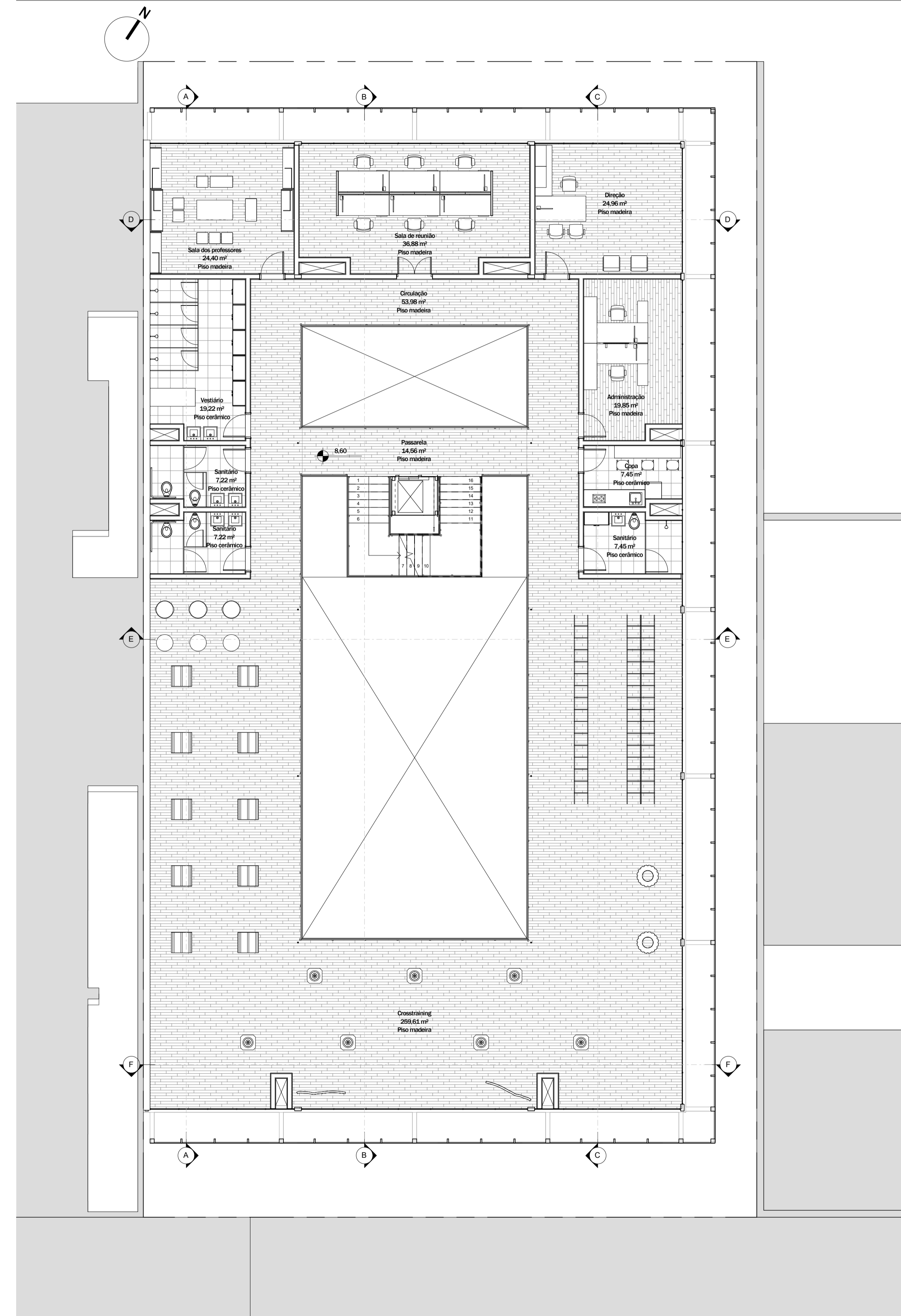
Sala de ioga

Avenida Venâncio Aires

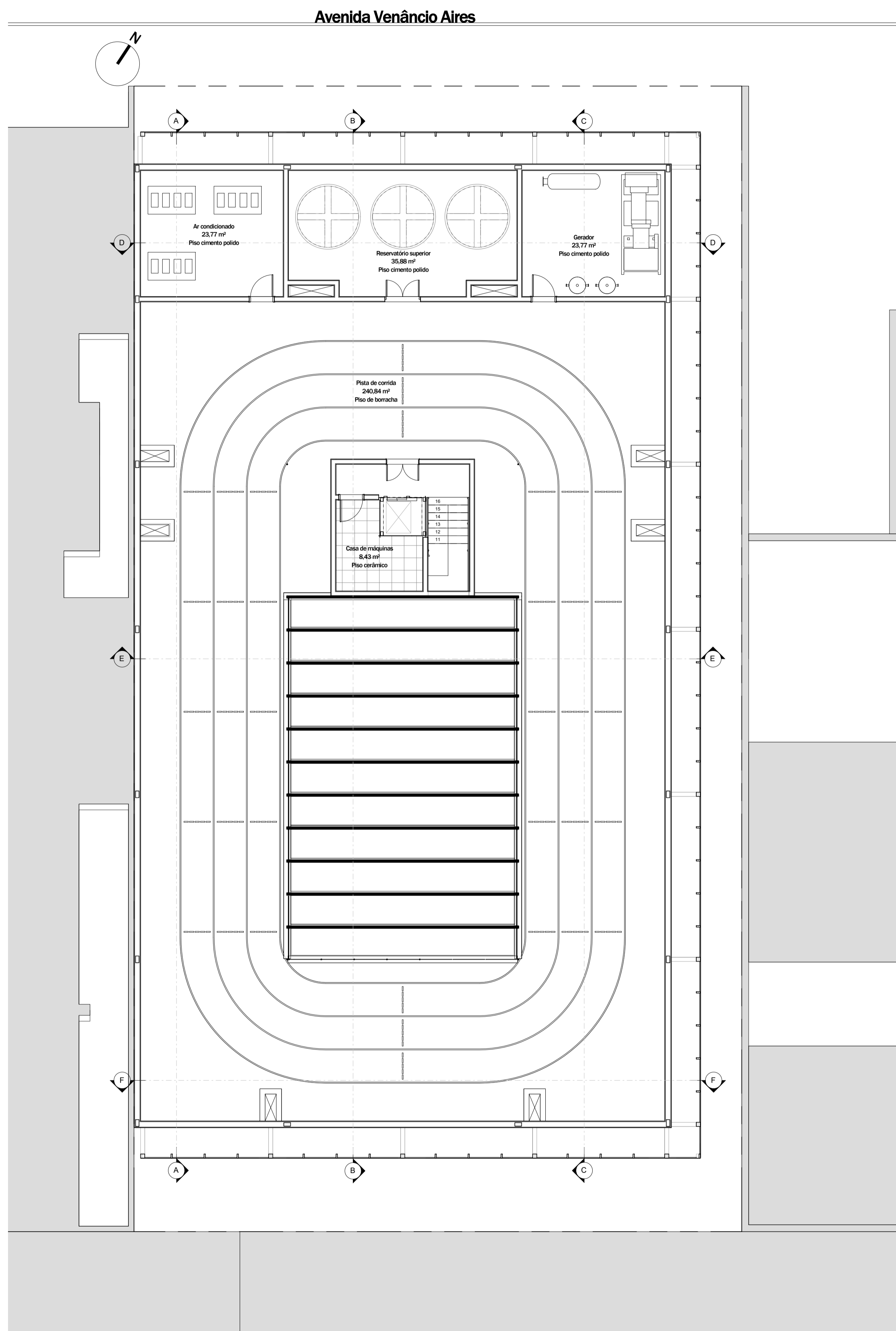


2º pavimento
1:100

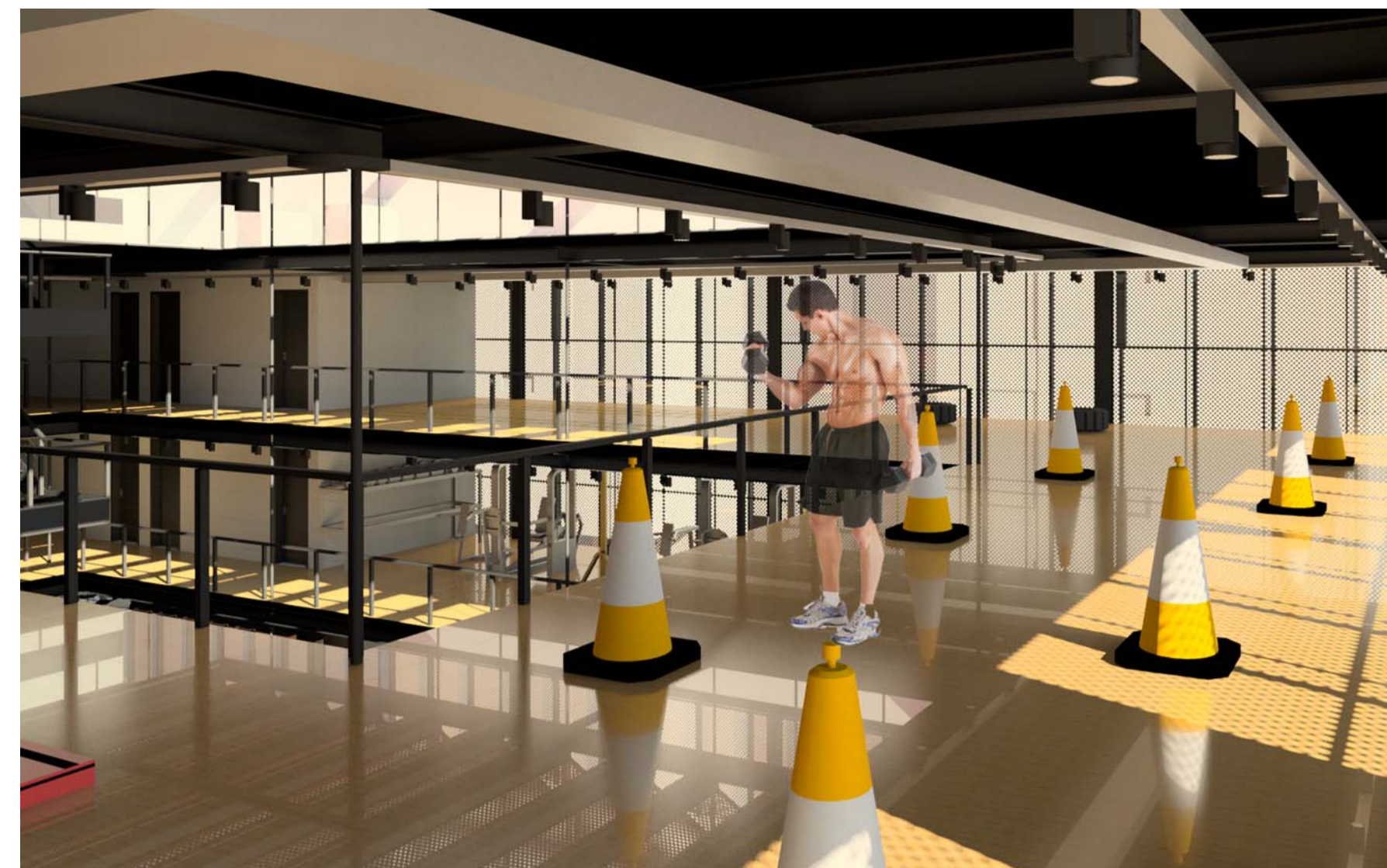
Avenida Venâncio Aires



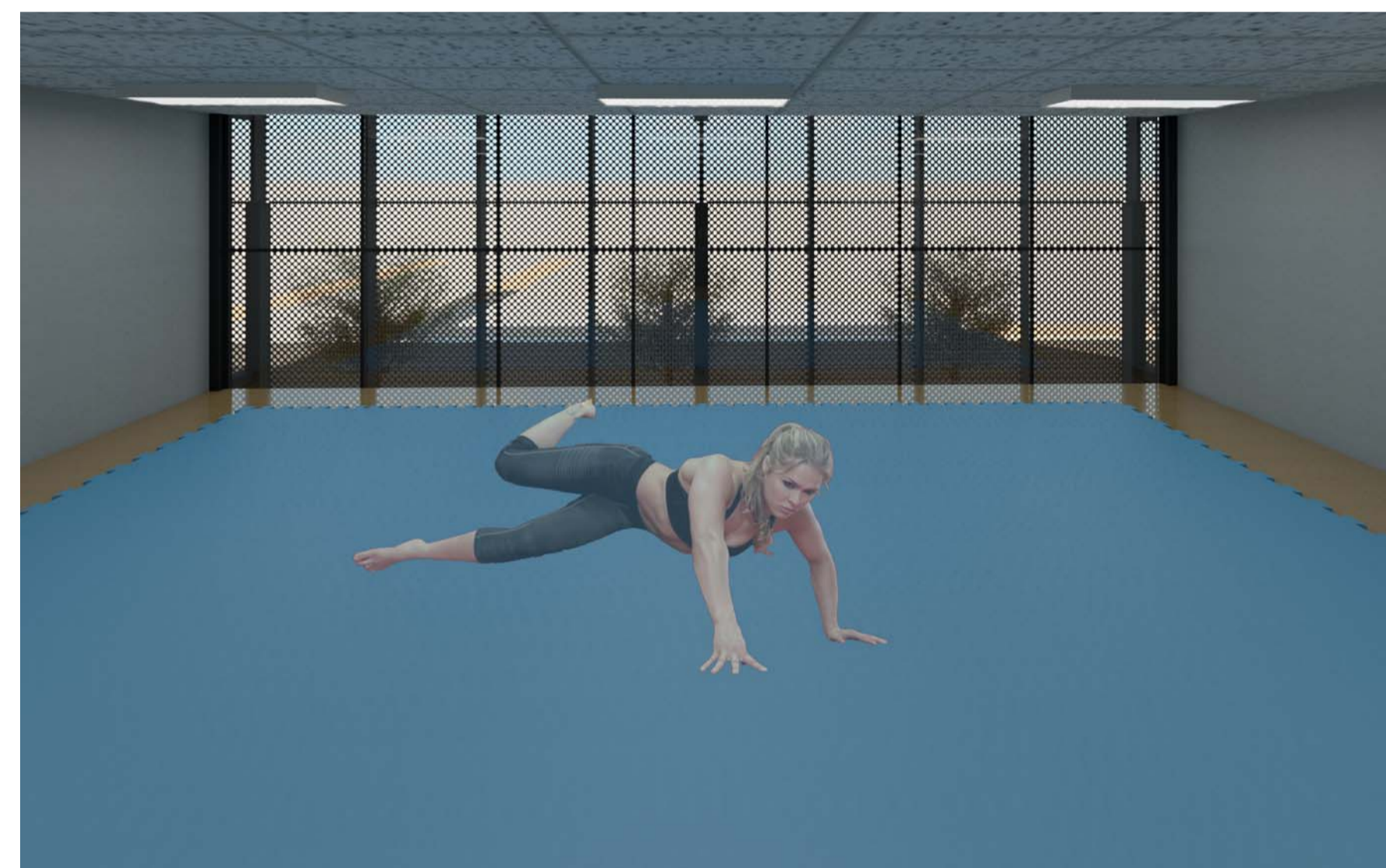
3º pavimento
1:100



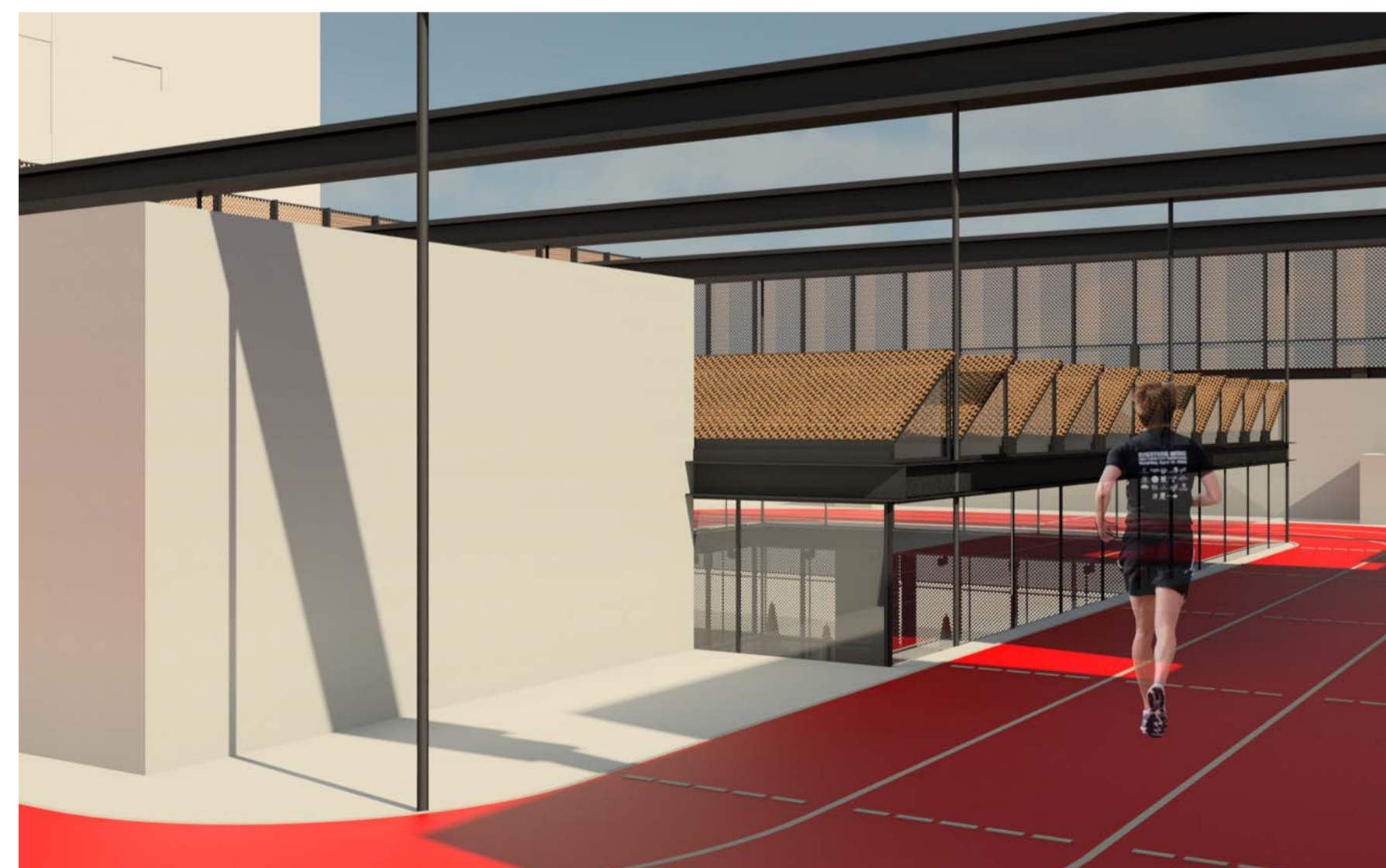
Cobertura
1:100



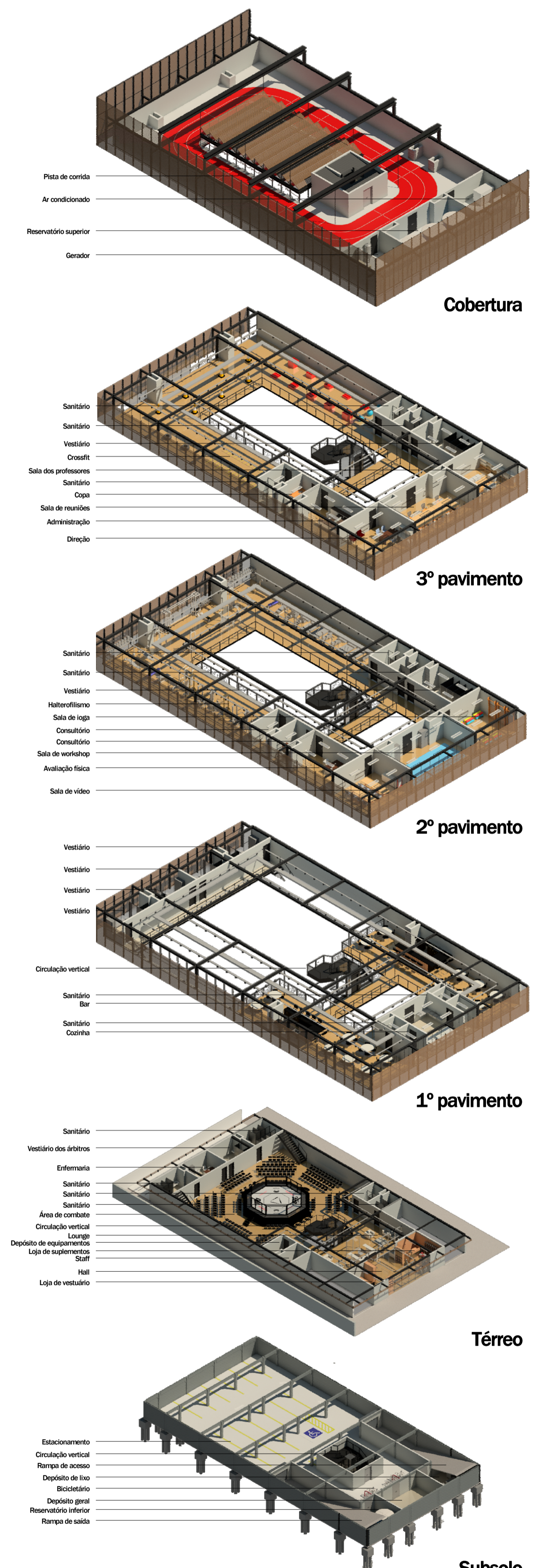
Crossfit



Sala de workshop
1:1

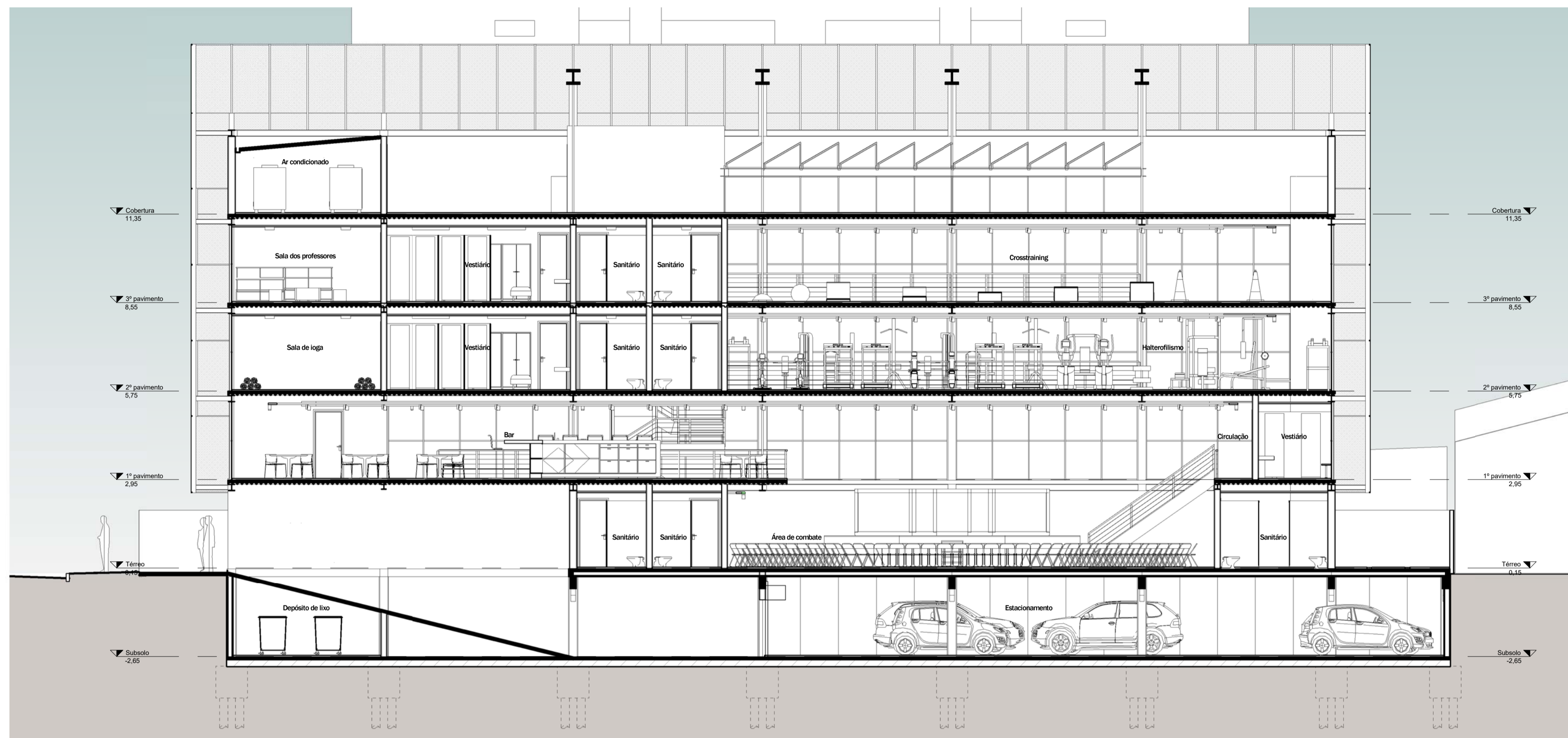


Pista de corrida

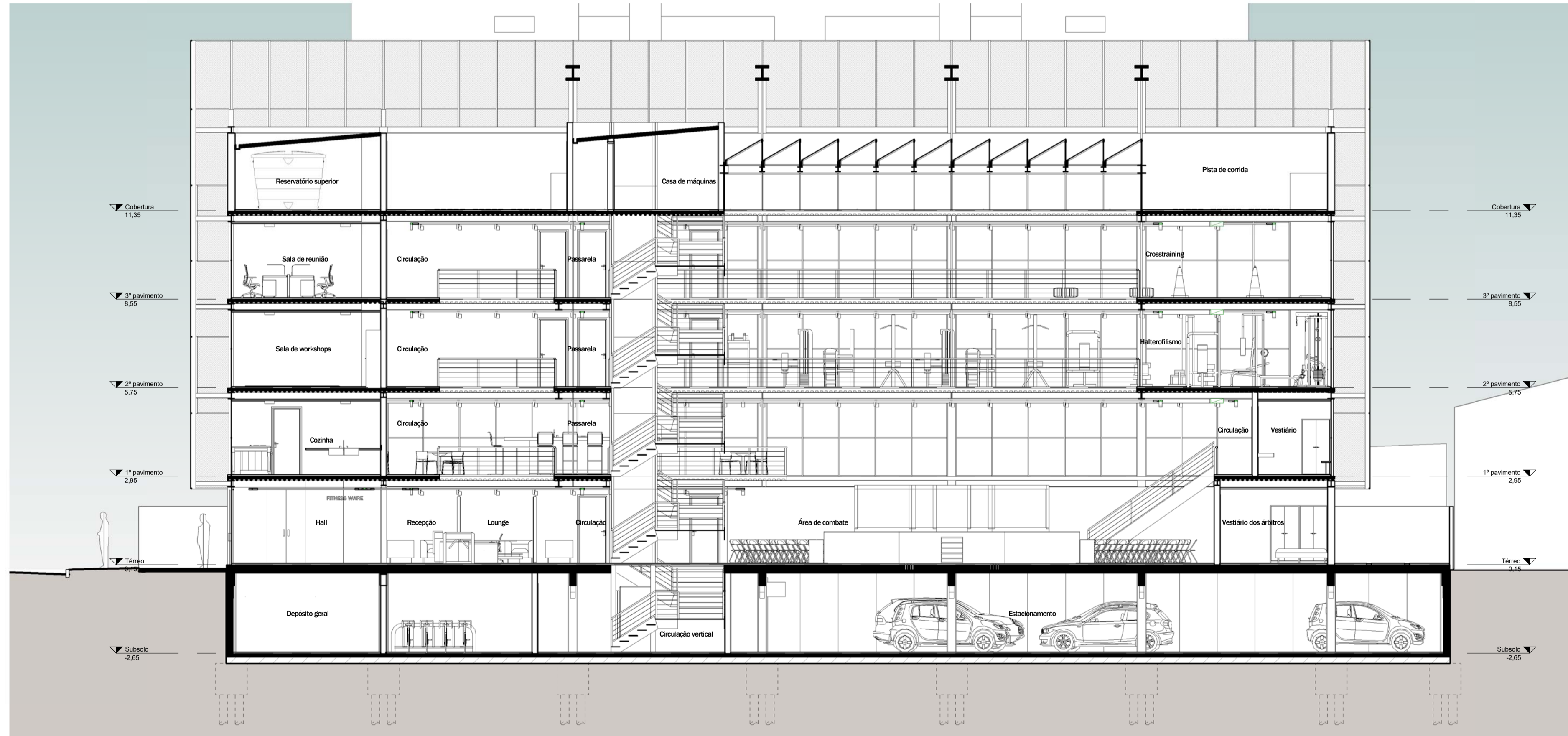


Axonometria explodida

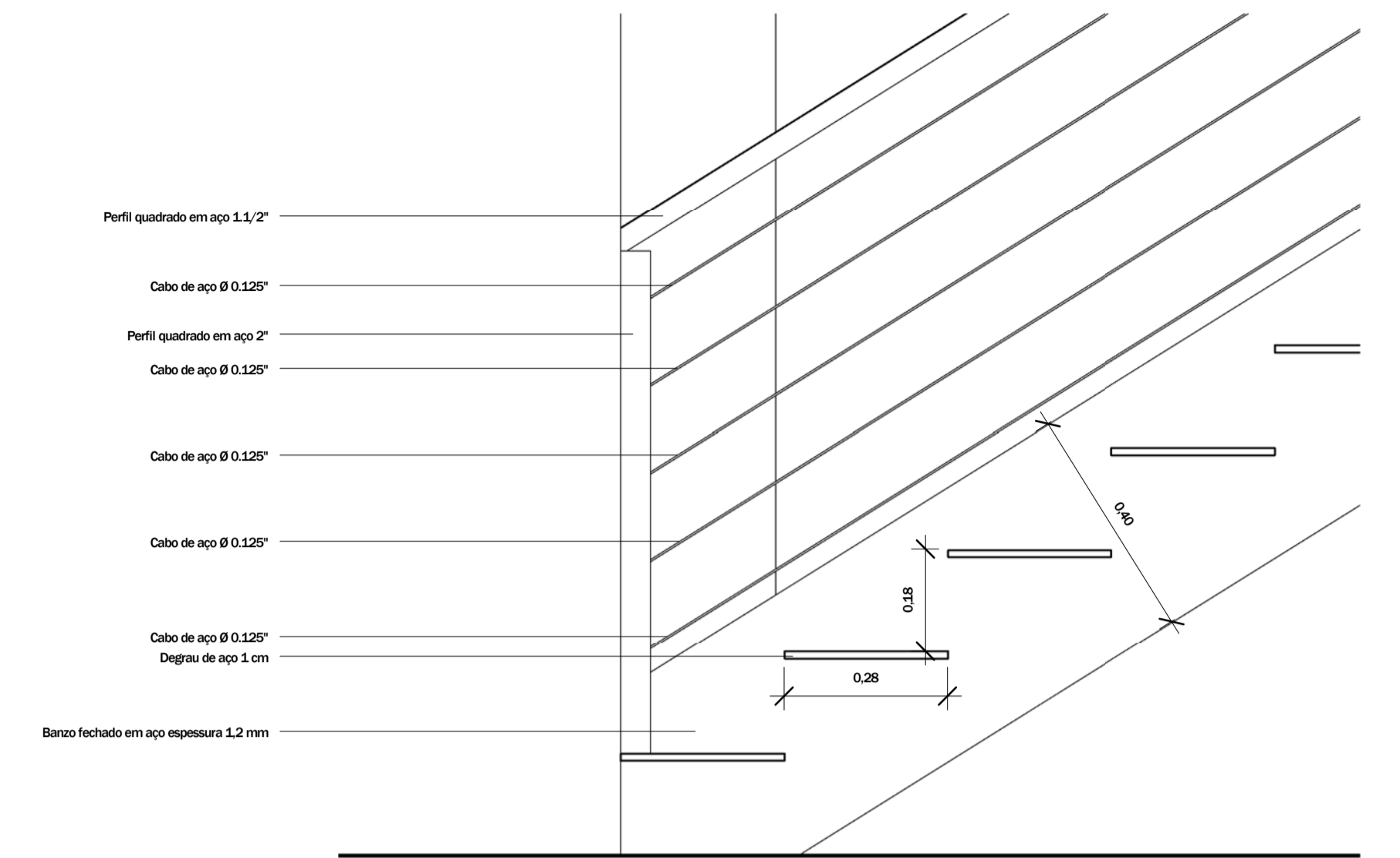




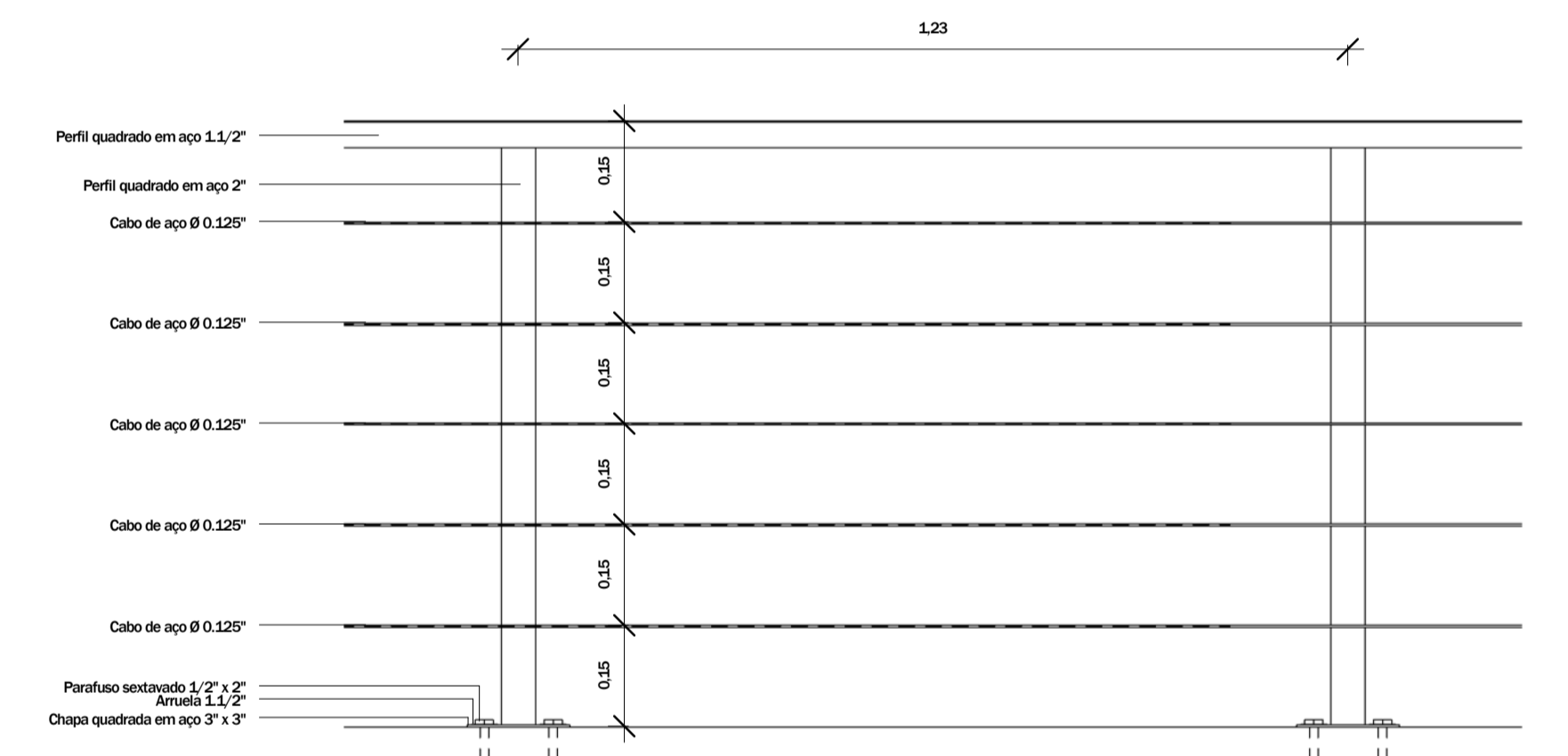
Corte A-A
1:100



Corte B-B
1:100

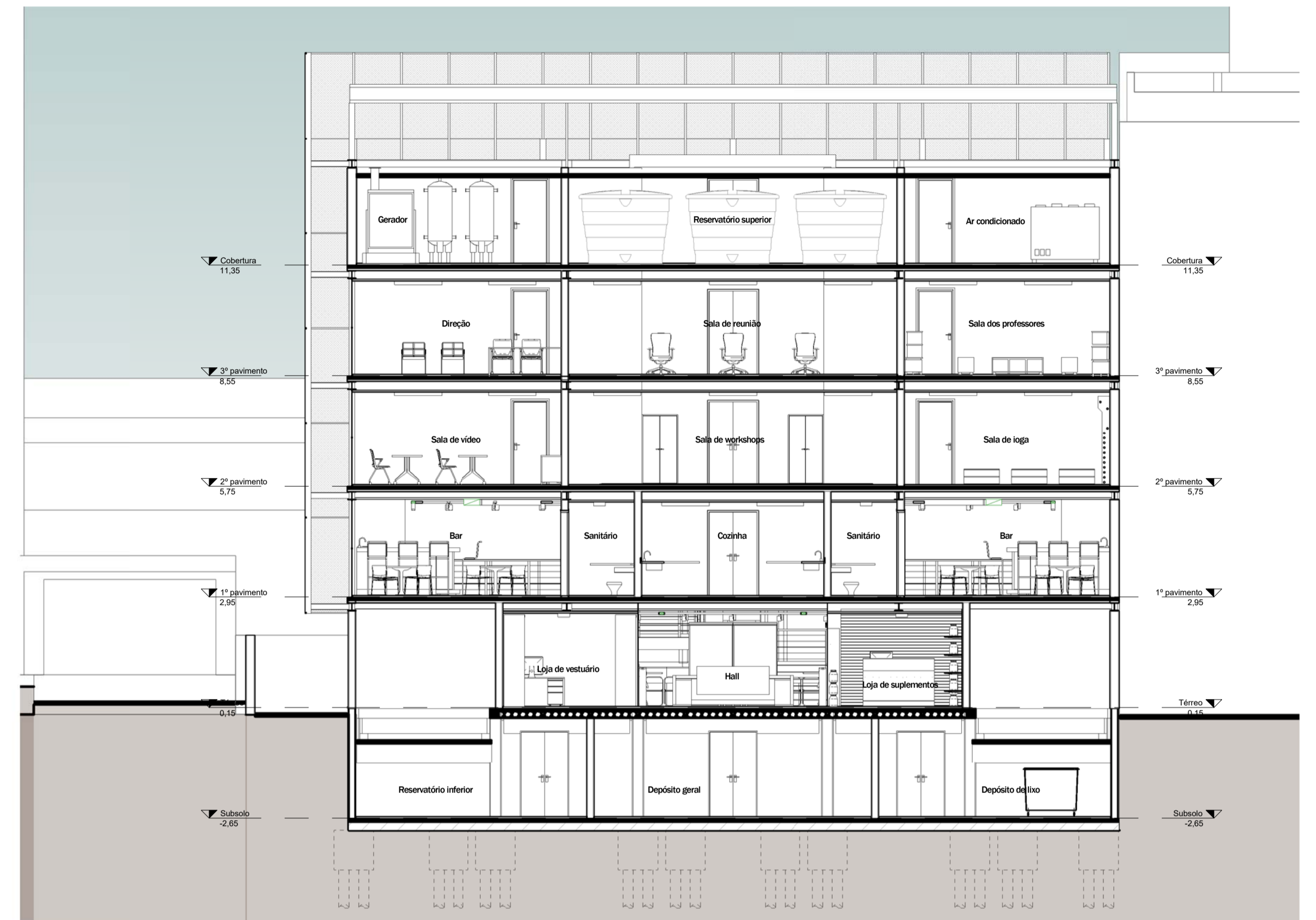


Detalhe da escada
1:10

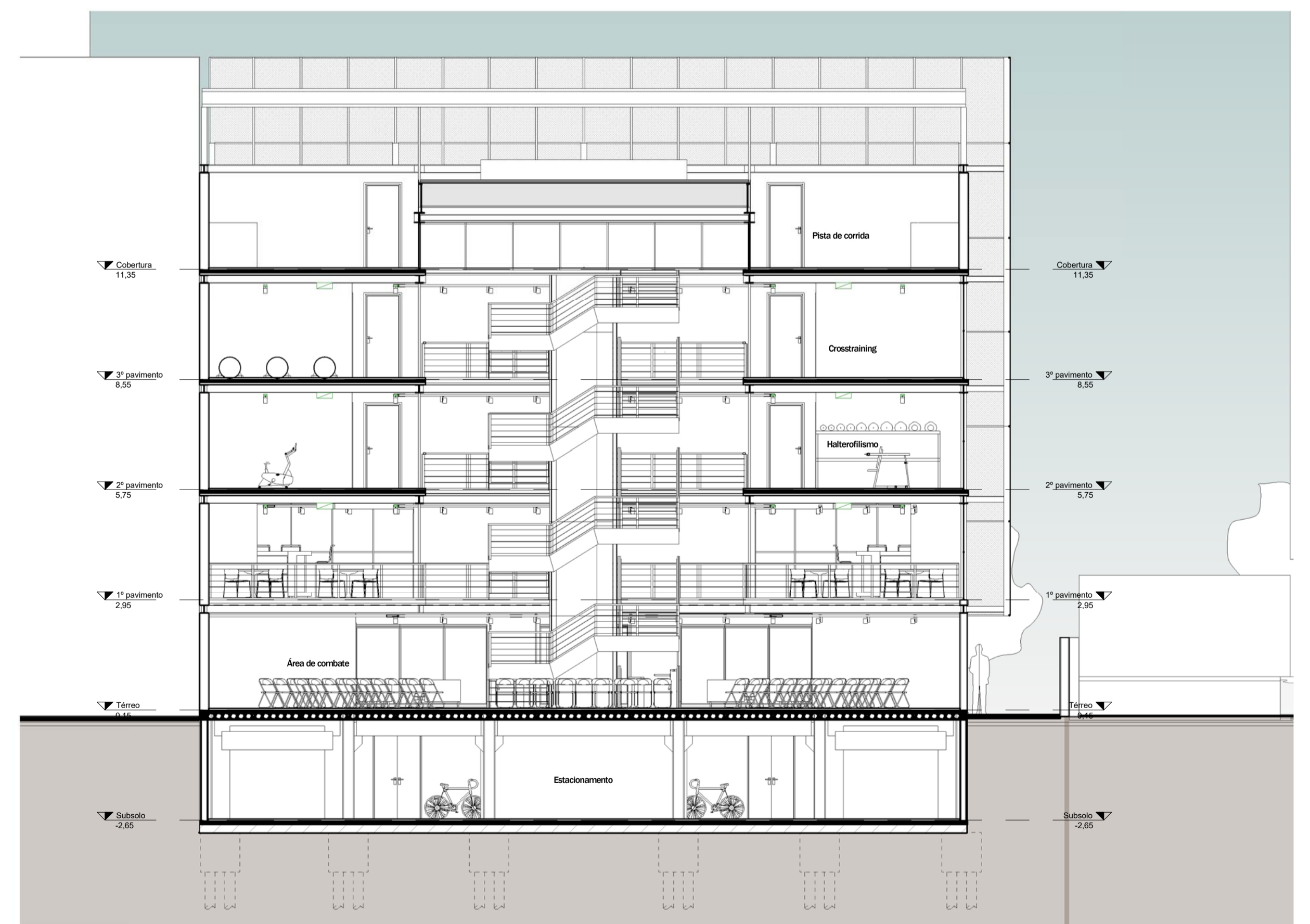


Detalhe guarda-corpo
1:10

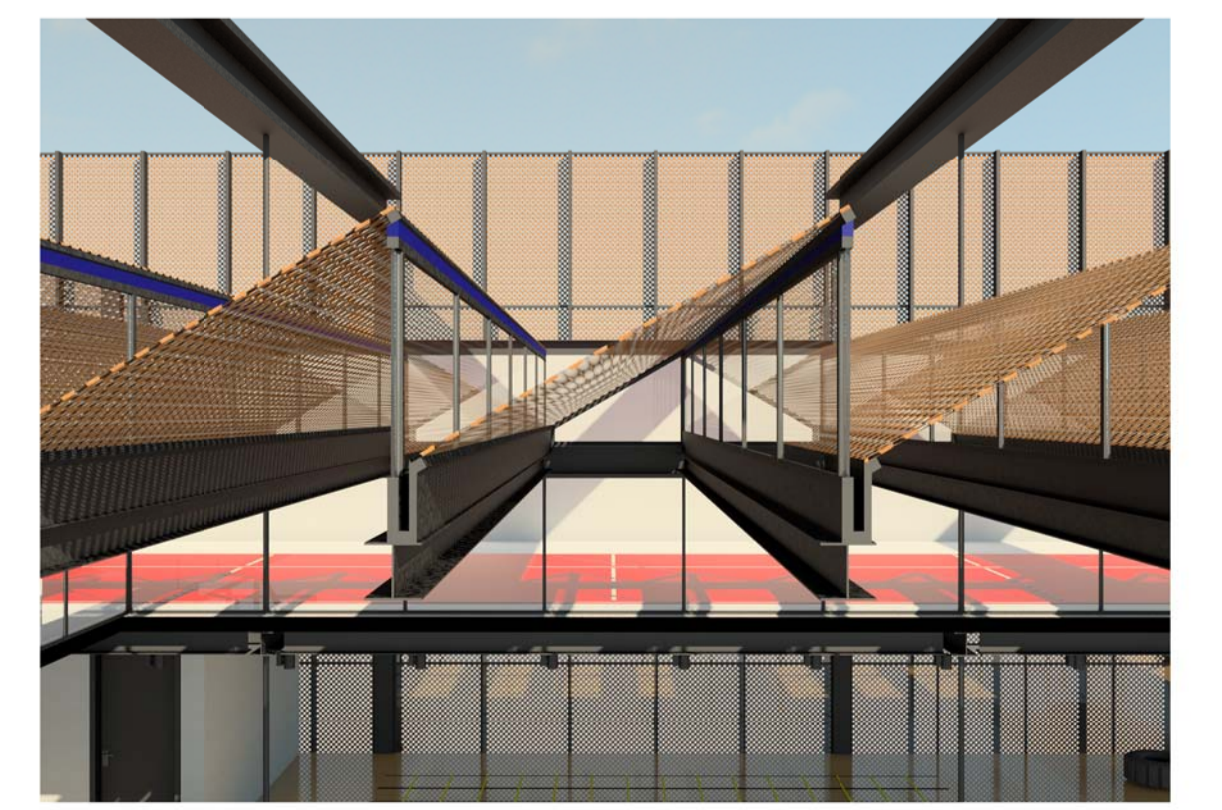
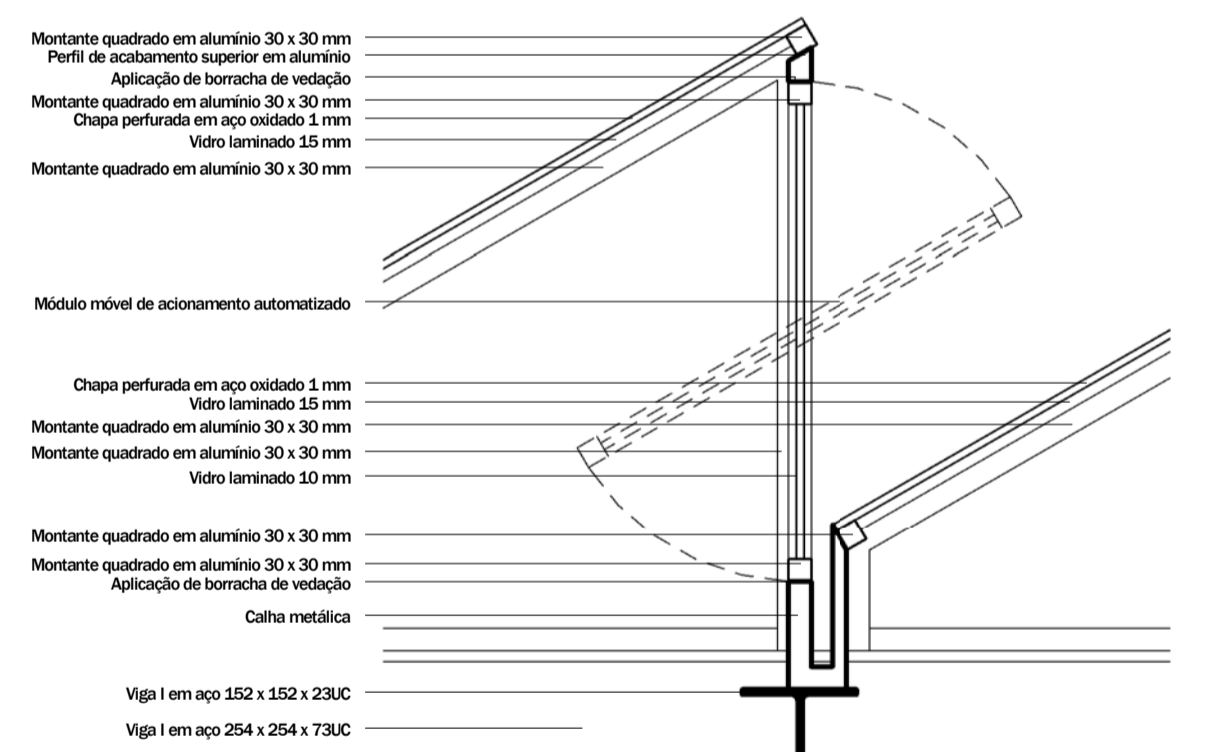
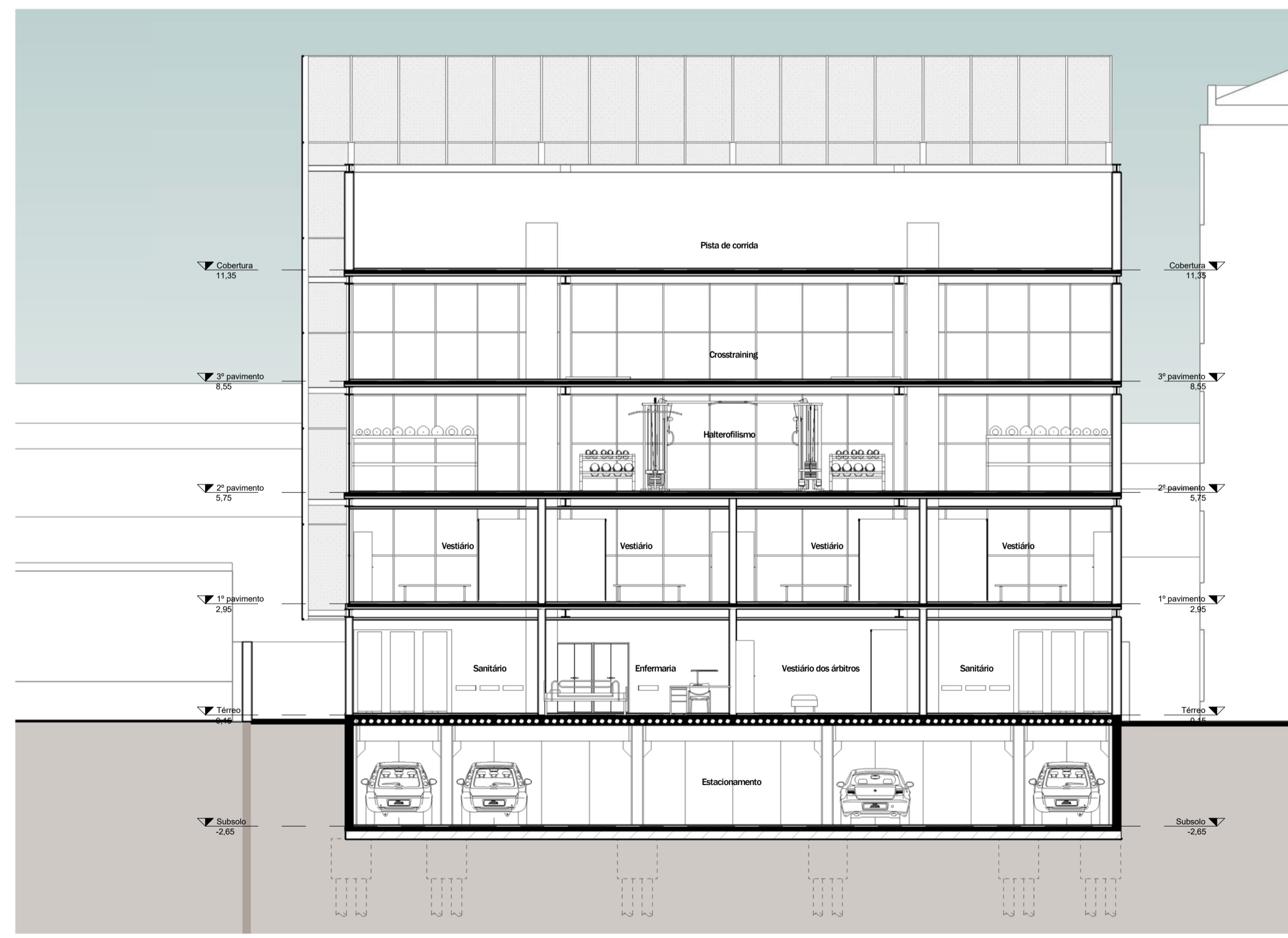
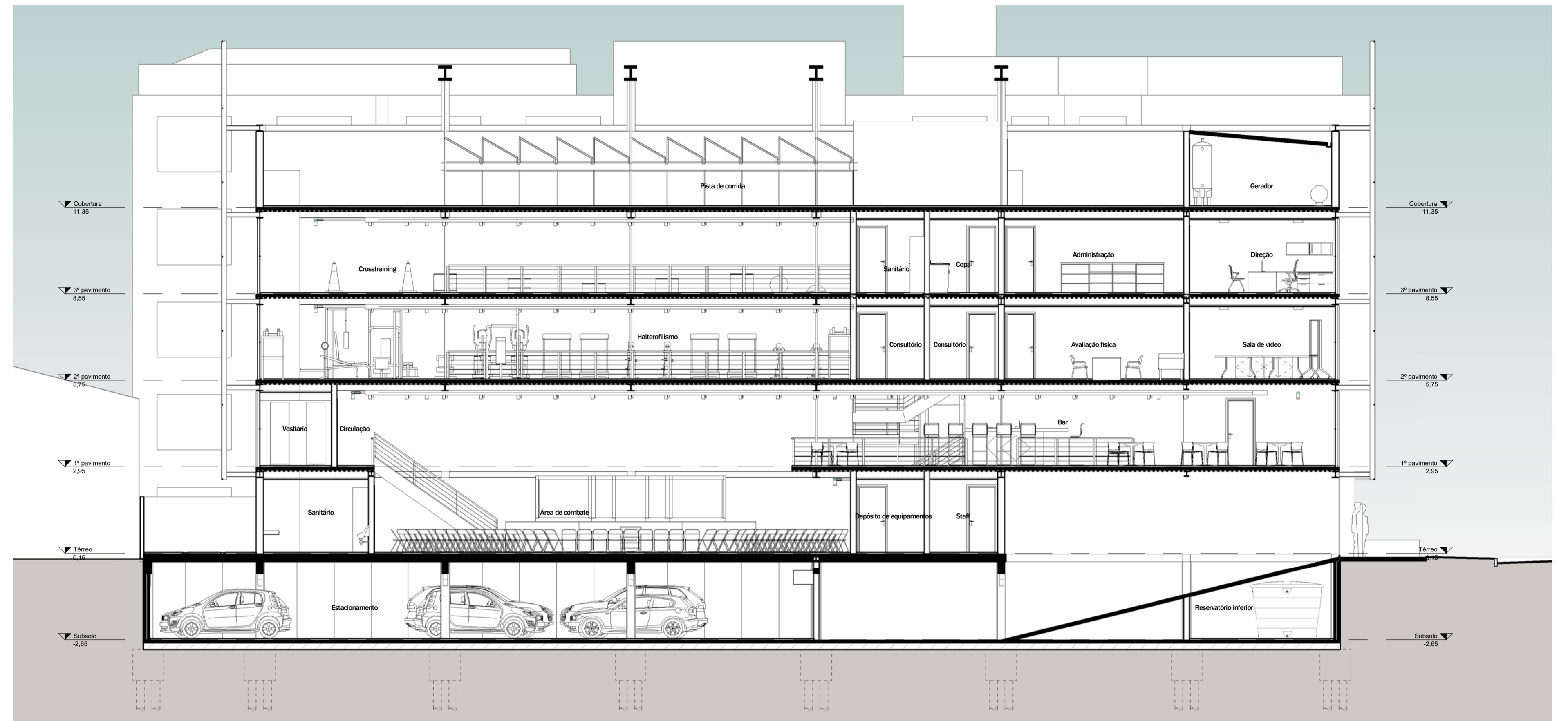
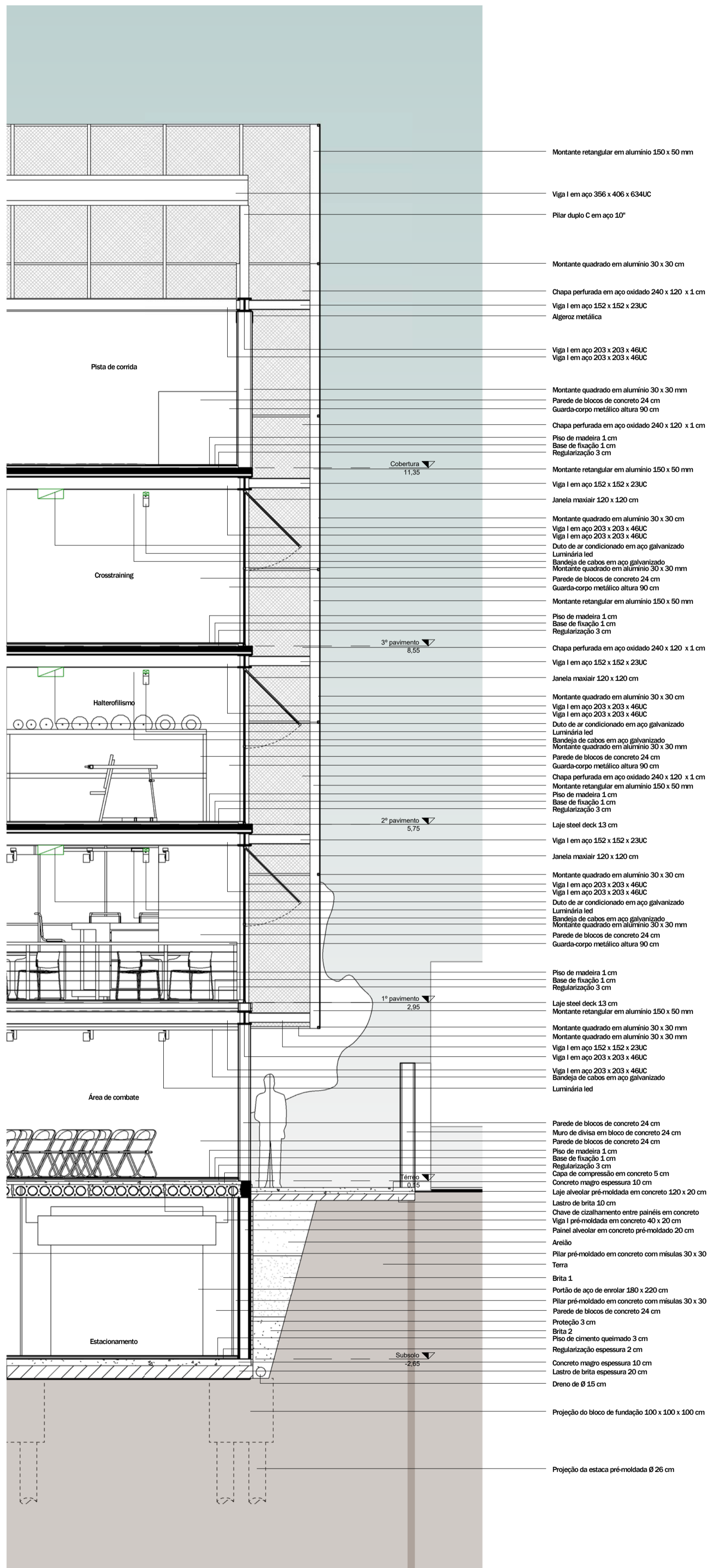


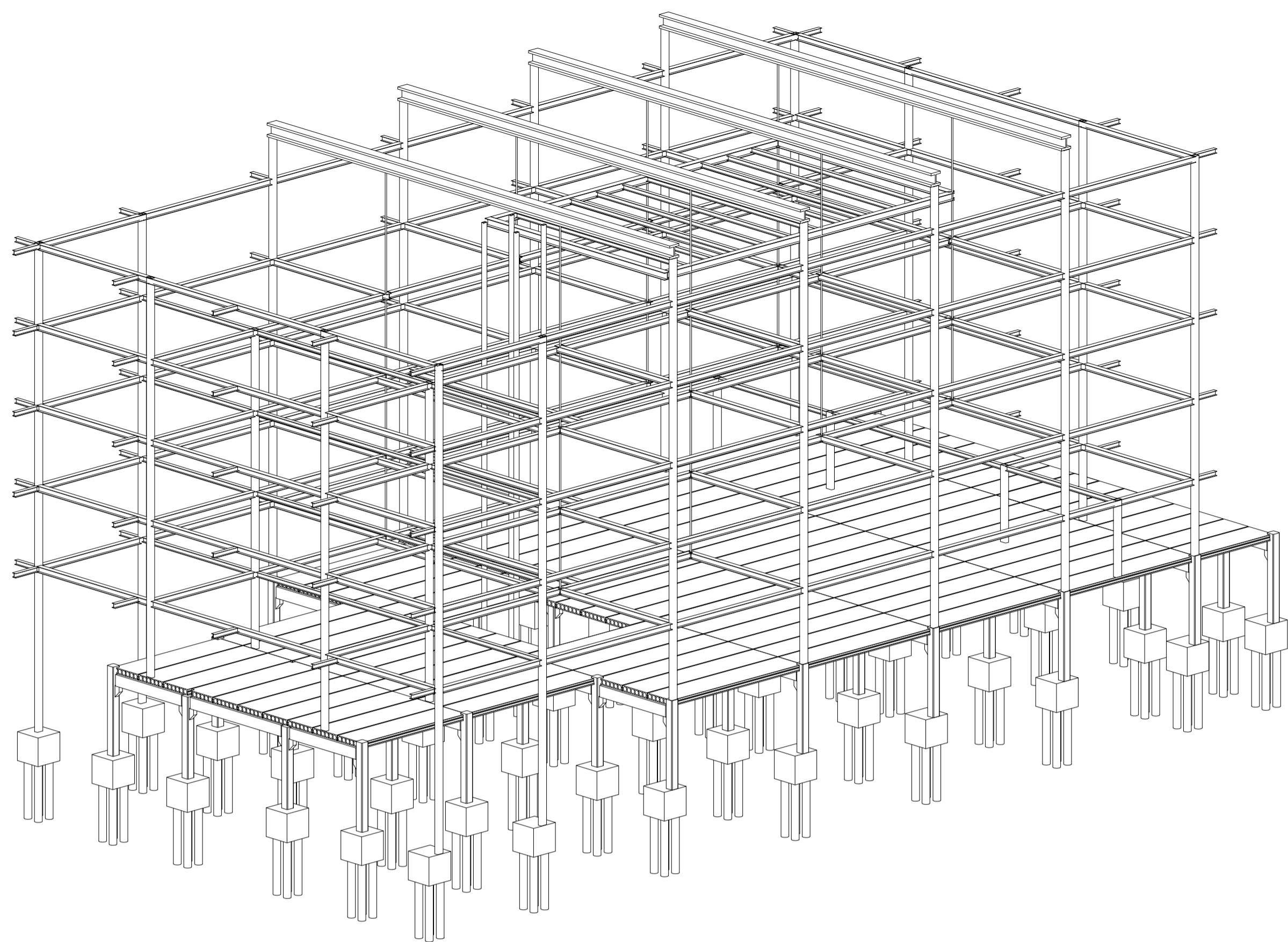


Corte D-D
1:100

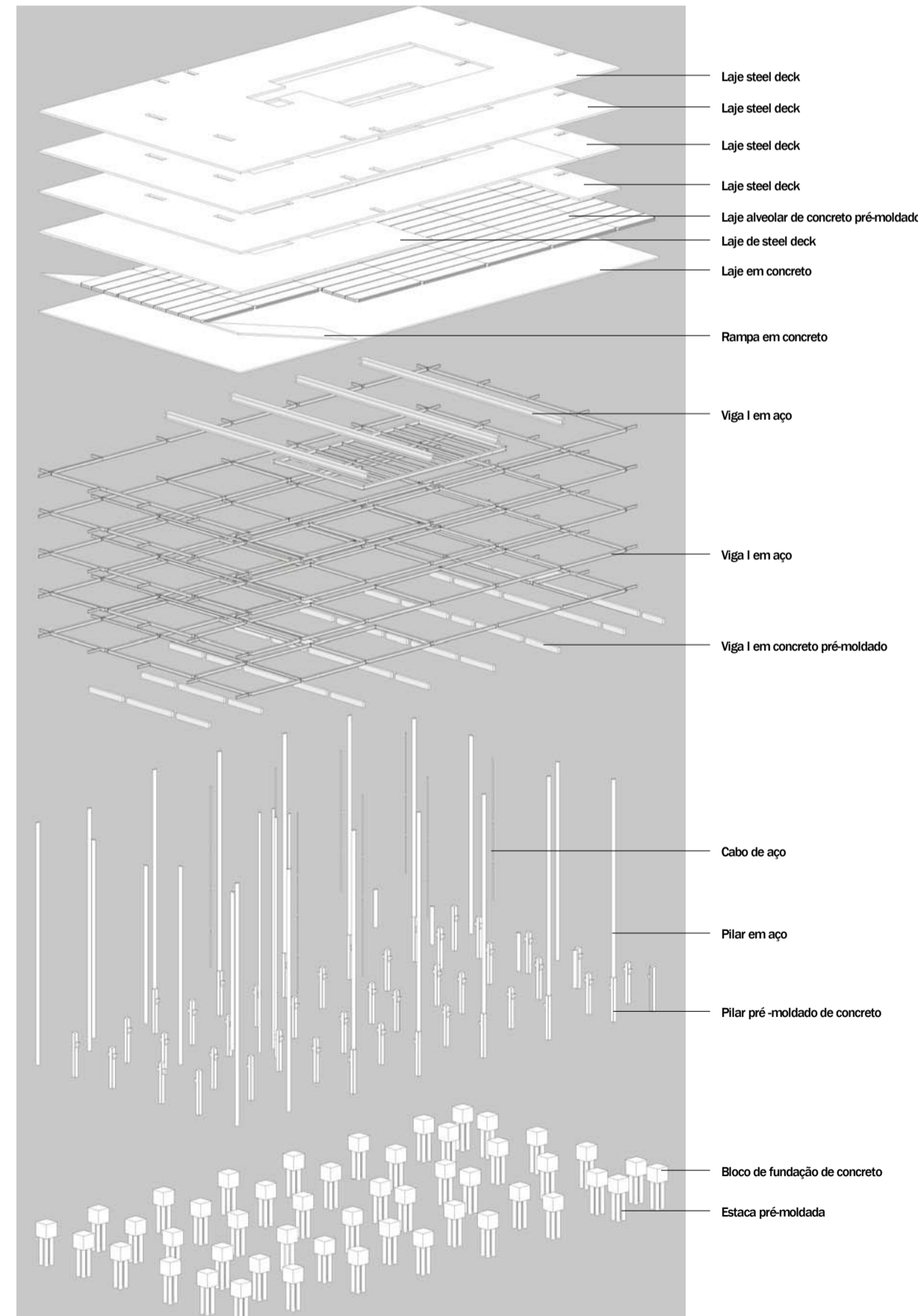


Corte E-E
1:100





Sistema estrutural

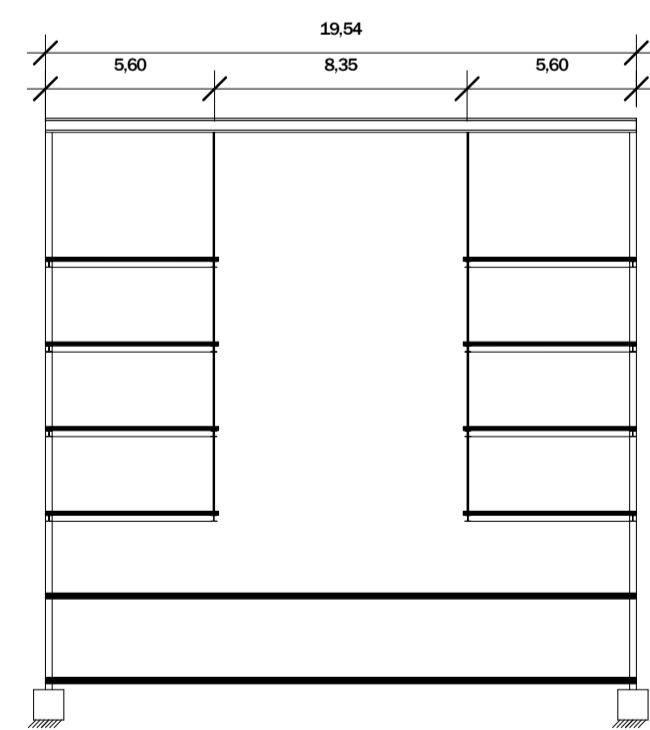


Sistema estrutural

ESQUEMA CONSTRUTIVO

O projeto prevê a utilização de um sistema construtivo misto, com a utilização do sistema pré-moldado no subsolo, utilizando pilares e vigas pré-moldadas de concreto juntamente com a utilização de lajes alveolares de concreto pré-moldado. Como retenção as paredes do subsolo são compostas por painéis alveolares de concreto pré-moldado.

Do nível térreo até sua cobertura a estrutura metálica é escolhida como sistema construtivo. O aço da estrutura é deixado aparente, recebendo pintura especial preta com proteção anti-chamas. Para vencer os quase 20 metros de vão a estratégia adotada é a utilização de grandes vigas I na cobertura apoiadas nas extremidades por pilares de aço perfil duplo C. Para segurar as vigas I de aço no centro da edificação são utilizados cabos de aço que são fixados nas grandes vigas I superiores.



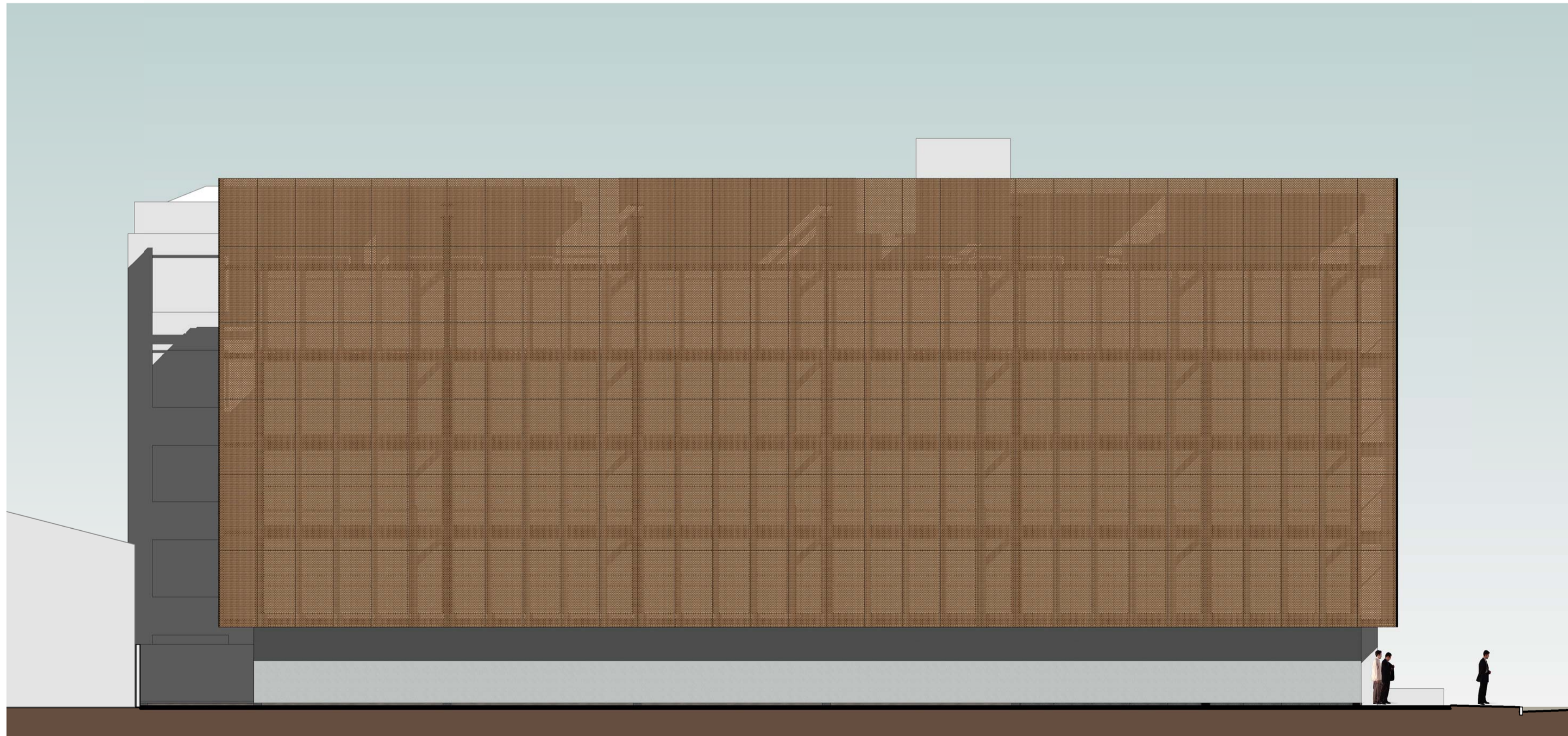
Para as lajes entrepisos de cobertura, será utilizado o sistema de steel deck, que consiste em uma laje de concreto sobre uma forma metálica apoiada sobre as vigas I.

As paredes da edificação são de blocos de concreto, sendo utilizado grauteamento quando necessário para sua estabilidade. O projeto é modulado em 1,2 metros para se adequar corretamente ao sistema construtivo utilizando alvenaria racionalizada.





Fachada noroeste
1:100



Fachada nordeste
1:100



- Viga I em aço 203 x 203 x 460C
- Parede de blocos de concreto 24 cm
- Viga I em aço 152 x 152 x 238C
- Laje steel deck 13 cm
- Viga I em aço 203 x 203 x 460C
- Forno de gesso acartonado
- Panel de vidro transparente
- Laje steel deck 13 cm
- Viga I em aço 203 x 203 x 460C
- Forno de gesso acartonado
- Chapa perfurada em aço oxidado 240 x 120 x 1 cm
- Panel de vidro transparente
- Laje steel deck 13 cm
- Viga I em aço 203 x 203 x 460C
- Forno de gesso acartonado
- Montante quadrado em alumínio 30 x 30 mm
- Montante retangular em alumínio 150 x 50 mm
- Viga I em aço 152 x 152 x 238C
- Panel de vidro opaco
- Parede de blocos de concreto 19 cm
- Parede de blocos de concreto 19 cm
- Laje steel deck 13 cm
- Forno de gesso acartonado
- Parede de blocos de concreto 24 cm
- Capa de compressão em concreto 5 cm
- Laje alveolar pré-moldada em concreto 120 x 20 cm
- Viga I pré-moldada em concreto 40 x 20 cm
- Panel alveolar em concreto pré-moldado 20 cm
- Concreto magro espessura 10 cm
- Lastro de brita espessura 20 cm

Reservatório superior

Sala de reuniões

Sala de workshops

Cozinha

Sanitário

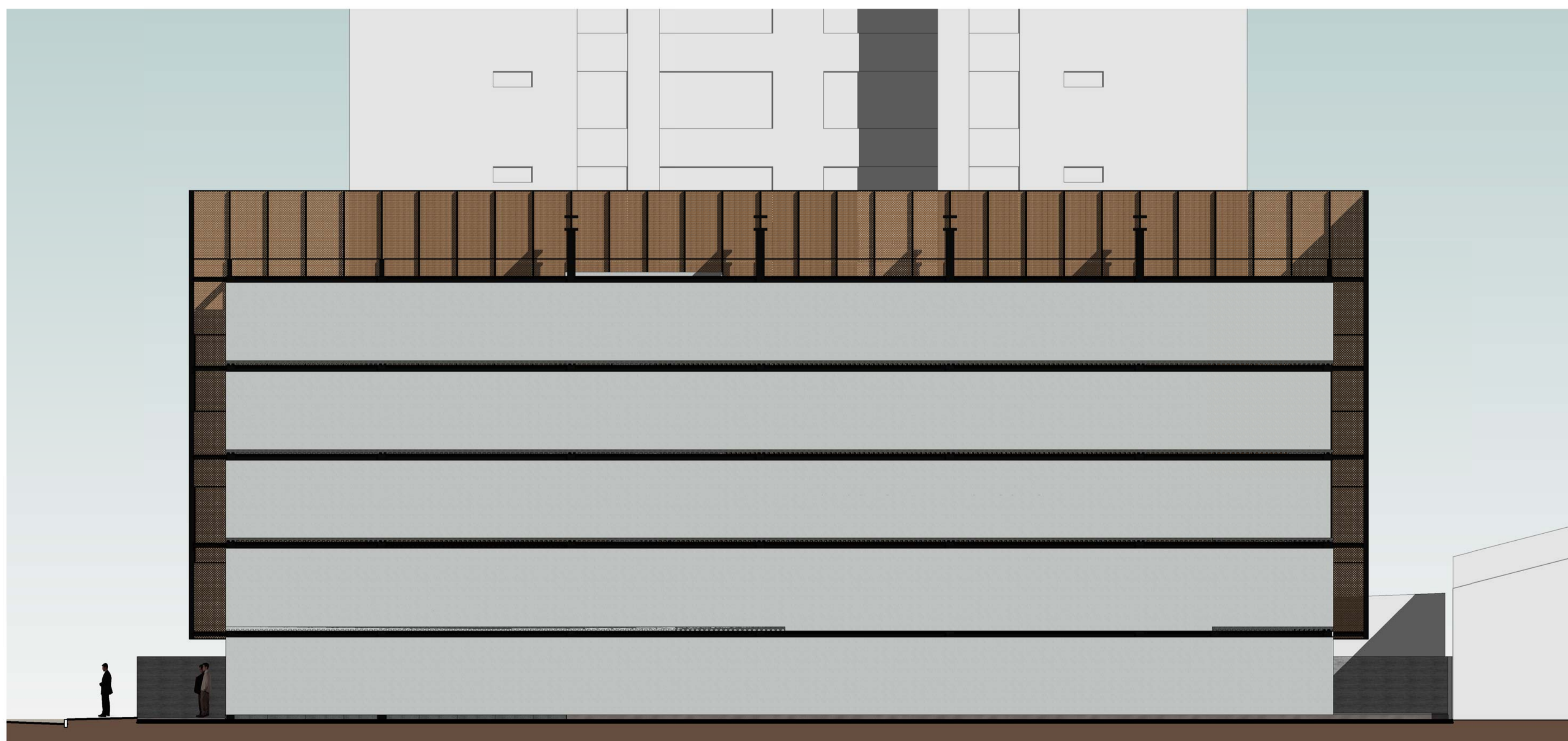
Luga de Suplementos

Depósito de lixo

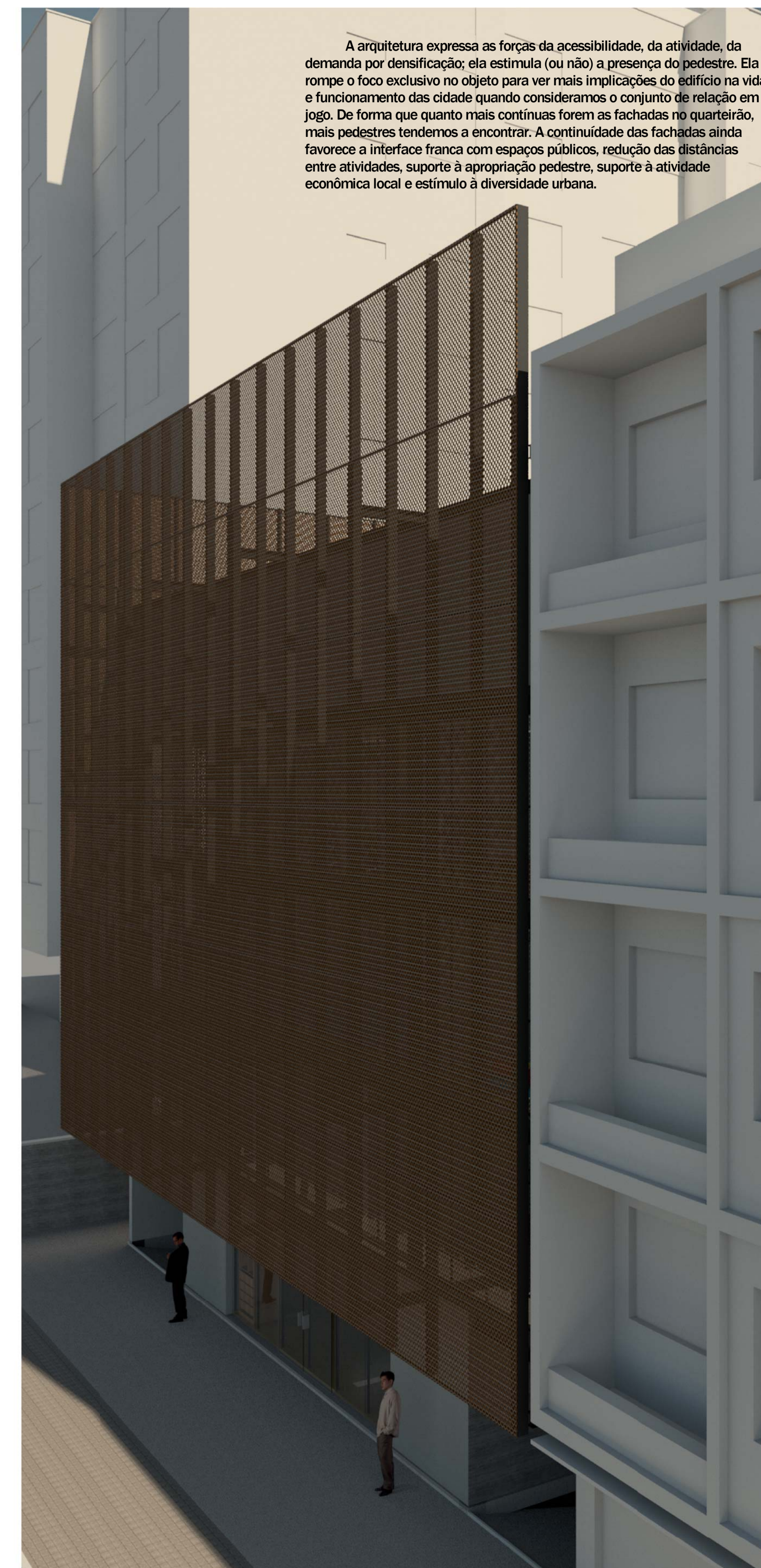
Detalhe da fachada



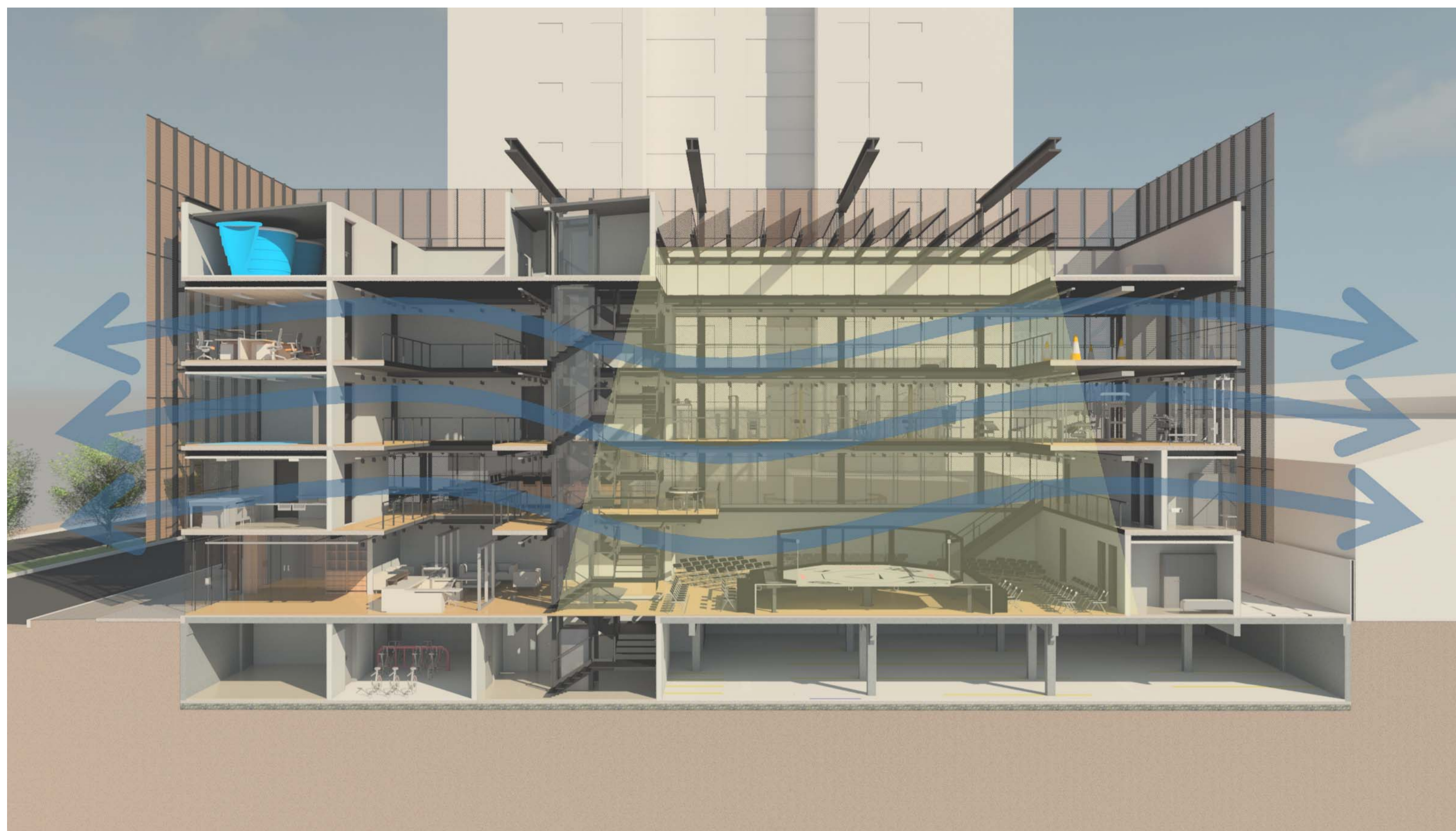
Fachada sudeste
1:100



Fachada sudoeste
1:100



A arquitetura expressa as forças da acessibilidade, da atividade, da demanda por densificação; ela estimula (ou não) a presença do pedestre. Ela rompe o foco exclusivo no objeto para ver mais implicações do edifício na vida e funcionamento das cidade quando consideramos o conjunto de relação em jogo. De forma que quanto mais contínuas forem as fachadas no quarteirão, mais pedestres tendemos a encontrar. A continuidade das fachadas ainda favorece a interface franca com espaços públicos, redução das distâncias entre atividades, suporte à apropriação pedestre, suporte à atividade econômica local e estímulo à diversidade urbana.



SUSTENTABILIDADE

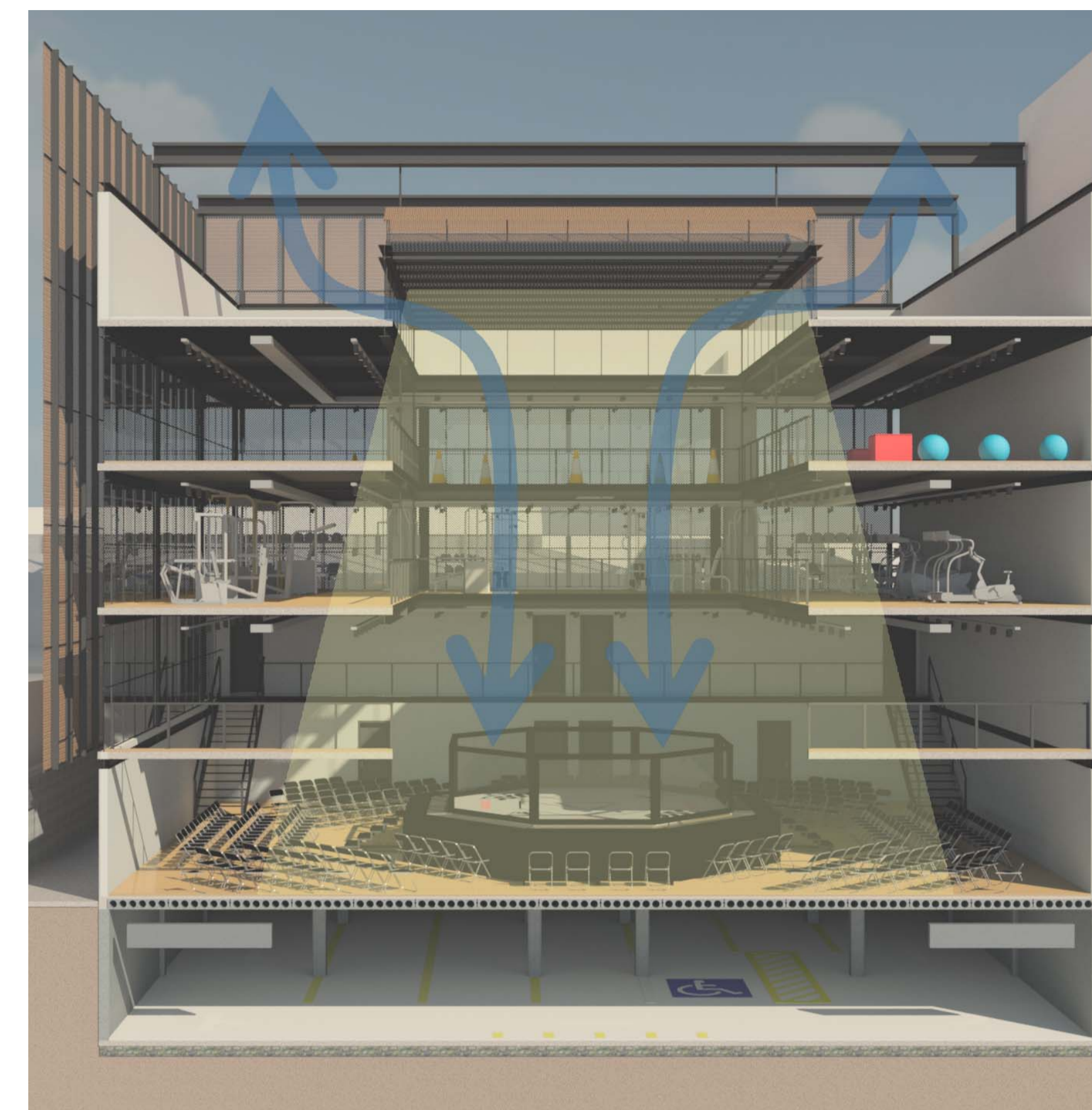
A sustentabilidade exerce um papel fundamental em todas as ações de projeto, que se comprometem a buscar alternativas viáveis para promover o bem estar das pessoas e do planeta.

A arquitetura deve procurar compreender as necessidades de seus clientes e apresentar soluções criativas através do uso de materiais e tecnologias inovadoras.

O conceito de Construção Sustentável baseia-se no desenvolvimento de modelos que permitam à construção civil enfrentar e propor soluções aos principais problemas ambientais de nossa época, sem renunciar à moderna tecnologia e a criação de edificações que atendam as necessidades de seus usuários.

O Centro de Treinamento de MMA propõem o uso consciente de energia, utilizando para isso o sistema de ventilação cruzada favorecido por suas 3 fachadas envidraçadas com abertura e por se valer de sua zenital que faz com que o ar quente suba e saia da edificação.

A iluminação natural na edificação é favorecida pela entrada da luz através das fachadas de vidro com o uso de brises e pela iluminação zenital se sua cobertura.



Perspectivada fachada leste



Perspectivada fachada oeste

