

Onda de calor atingirá sul e leste da Europa esta semana

A onda de calor continuará a afetar o sul e leste da Europa durante grande parte da semana, com temperaturas diurnas nas Balcãs alcançando amplamente os altos 30 até os baixos 40 graus Celsius; mais de 7C acima da norma sazonal. As temperaturas noturnas também permanecerão elevadas, muitas vezes bem no 20Cs.

Em áreas densamente urbanizadas, como Atenas, Grécia, as temperaturas noturnas estão previstas **betwarrior** ou acima de um desconfortável 30C devido ao efeito ilha de calor urbano (UHI). Durante uma onda de calor, o efeito UHI intensifica as temperaturas urbanas porque materiais que absorvem calor, redução da vegetação e atividades humanas retêm o calor do sol à noite, o que leva a um aumento dos riscos à saúde e das demandas de energia.

Os serviços meteorológicos nacionais de vários países emitiram avisos e alertas de calor excessivo para esta semana. O calor intenso é esperado para se atenuar gradualmente ao final da semana, com trovoadas e condições mais frias antecipadas nos Balcãs no fim de semana. As autoridades também alertam sobre um risco aumentado de incêndios florestais devido às condições prolongadas de calor e seco, combinadas com níveis baixos de umidade. Na semana passada, as autoridades na Albânia solicitaram assistência da UE para ajudar a combater incêndios florestais no distrito de Dropull, cerca de 250 km ao sul da capital, Tirana. Vários incêndios florestais se acenderam na Grécia e **betwarrior** diversas regiões dos Balcãs e da Europa Oriental no final de semana.

Os funcionários gregos indicaram que o país está experimentando o risco mais severo de incêndios florestais **betwarrior** duas décadas este verão, após um inverno morno e predominantemente seco, que tornaram a vegetação extremamente inflamável. As condições mais secas do que o normal nos últimos meses também fizeram com que algumas reservatórios de água atingissem seus níveis mais baixos **betwarrior** uma década, aumentando o risco de restrições de água potencial durante o pico da temporada turística, especialmente **betwarrior** algumas ilhas gregas.

A formação precoce de tempestades como Alberto, Beryl e Chris no final de junho e início de julho foi facilitada por águas quentes e falta de ar seco nas camadas médias da atmosfera. No entanto, desde que Beryl passou pelo Caribe e pelo Golfo do México, a bacia do Atlântico tem sido relativamente calma. Às vezes, o ar seco do Saara pode inibir a formação de distúrbios tropicais e ciclones, que dependem de um

Efeito Ilha de Calor Urbano (UHI)

O efeito ilha de calor urbano (UHI) é um fenômeno **betwarrior** que as áreas urbanas apresentam temperaturas mais altas do que as áreas circundantes rurais. Isso ocorre porque materiais como concreto e asfalto absorvem e reemitem calor do sol, enquanto a redução da vegetação e as atividades humanas aumentam ainda mais a temperatura. Durante uma onda de calor, o efeito UHI intensifica as temperaturas urbanas porque esses fatores retêm o calor do sol à noite, o que leva a um aumento dos riscos à saúde e das demandas de energia.

Dicas para lidar com o calor extremo

- Evite expor-se ao sol direto durante as horas mais quentes do dia.
- Mantenha-se hidratado bebendo água regularmente.

- Use roupas leves e de cor clara.
- Procure locais com ar condicionado, como shoppings ou bibliotecas, durante o dia.
- Limite a atividade física intensa, especialmente ao ar livre.
- Ajude a proteger os mais vulneráveis, como idosos e crianças, do calor extremo.

Léon Marchand, o jovem prodígio da natação francesa, conquista quatro medalhas de ouro nos Jogos Olímpicos de Paris

Enquanto o insubornável Léon Marchand nadava para **betwarrior** quarta medalha de ouro individual **betwarrior** seis dias, o treinador americano de 59 anos por trás da face dos Jogos Olímpicos de Paris ficou com lágrimas nos olhos na beirada da piscina.

O nadador de 22 anos de Toulouse acabara de varrer as medalhas de ouro **betwarrior** todos os quatro eventos **betwarrior** que entrou, vencendo os 400m medley individual, então o 200m borboleta e 200m peito na mesma noite, e o 200m medley na sexta-feira, marcando tempos de recorde olímpico **betwarrior** cada um. Na noite de uma após a outra, Marchand transformou a arena de rugby convertida nos subúrbios ocidentais de Paris **betwarrior** um caldeirão de som branco quente, mantendo uma nação de 68 milhões de almas **betwarrior** seu feitiço.

Leia também: Marchand dominou os Jogos, mas a polêmica ainda paira sobre a natação | Andy Bull

Nada disso pode ter sido possível sem Bob Bowman, o treinador de natação mais bem-sucedido dos EUA, mais conhecido por descobrir Michael Phelps no North Baltimore Aquatic Club, moldando seu talento bruto **betwarrior** uma máquina vencedora antes de coaching o americano para 23 ouros olímpicos e 28 **betwarrior** todos. Agora Bowman bateu ouro com outro prodígio da piscina cujo futuro está cheio de promessas.

"É uma série incrível de eventos", disse ele. "Sinto que ele fez tudo o que podíamos esperar dele neste ambiente, neste tipo de preparação. Ele não poderia ter se comportado melhor entre todas as corridas. Portanto, foi um completo sucesso ... Ele está 100% bem-sucedido. Estou muito orgulhoso dele, leva muito ser perfeito."

Quatro anos atrás, Bowman, pouco depois de assumir o cargo de treinador na Universidade Estadual do Arizona, recebeu um e-mail de um adolescente francês que desejava frequentar a faculdade e treinar nos Estados Unidos.

*Prezado senhor, sou um nadador francês, meu nome é Léon Marchand (18 anos). Gostaria de ingressar na universidade do Arizona State no verão de 2024 para nadar e competir no NCAA com **betwarrior** equipe incrível. Você acha que poderia se beneficiar de uma bolsa de estudos? Que nível de educação é necessário? (TOEFL, SAT ...) Você encontrará **betwarrior** anexo meu currículo. Obrigado pelo tempo concedido à minha solicitação.*

Esportivamente, Léon

Bowman nunca havia ouvido falar do remetente, embora reconhecesse o sobrenome e deduzisse corretamente que seus pais eram nadadores. O treinador, que estava tentando construir um contendor nacional do zero na escola **betwarrior** Tempe, escreveu de volta.

Após uma série de ligações via Skype que impressionaram ambas as partes, Marchand aceitou uma bolsa integral com os Diabos do Sol, estabelecendo uma parceria que rendeu 10 títulos individuais do National Collegiate Athletic Association (NCAA) **betwarrior** três temporadas e o primeiro título da equipe do NCAA. Quando Bowman deixou Arizona para assumir um cargo na Universidade do Texas na primavera, Marchand fez a viagem de 1.000 milhas para Austin para continuar trabalhando com ele.

Pouco tempo depois, Bowman, que havia trabalhado como treinador-chefe da equipe de natação

dos EUA mais recentemente no campeonato mundial do ano passado **betwarrior** Fukuoka, juntou-se ao corpo técnico francês como assistente para que pudesse continuar trabalhando diretamente com Marchand no caminho para uns Jogos Olímpicos **betwarrior** casa. Isso levantou algumas sobranceiras **betwarrior** casa, onde Bowman tem sido uma figura de destaque na varanda por duas décadas, como assistente ou treinador-chefe.

Desistindo de seus deveres de treinador dos EUA, isso o libertou para treinar alunos independentemente da nacionalidade. Isso inclui a nadadora americana de costas Regan Smith, que conquistou três medalhas individuais de prata e duas medalhas de ouro **betwarrior** revezamento **betwarrior** Paris e frequentemente treina com Marchand. Da mesma forma, o húngaro Hubert Kos, que surgiu para o ouro nos 200m costas na quinta-feira.

"A toque mágico é o trabalho", disse Kos sobre Bowman. "Ele não nos deixa ser o segundo melhor. Ele não nos deixa descer a um nível que ele não quer de nós. Isso faz com que saíamos o melhor de nós mesmos."

[cazetv estrela betcazetv estrela betcazetv estrela bet](#)

Tudo isso preparou o palco para a semana passada, quando Marchand fez a La Défense Arena o cenário de **betwarrior** pièce de résistance épica. O internacional de futebol francês, Antoine Griezmann, estava entre os apoiadores ruidosos quando Marchand venceu os 400 medley individuais na última sexta-feira para **betwarrior** primeira medalha de ouro. Quando ele completou o feito na sexta-feira, igualando uma façanha alcançada por Phelps e Mark Spitz, as câmeras de televisão capturaram o presidente francês, Emmanuel Macron, batendo o punho.

Inscreva-se no Breve dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos

Nosso boletim informativo diário o ajudará a se manter atualizado sobre tudo o que está acontecendo nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos

Aviso de Privacidade: Os boletins informativos podem conter informações sobre caridades, anúncios online e conteúdo financiado por terceiros. Para mais informações, consulte nossa Política de Privacidade. Usamos o reCaptcha da Google para proteger nossos site e os Termos de Serviço e Política de Privacidade da Google se aplicam.

após a promoção do boletim informativo

Talvez o ponto mais alto da semana de Bowman tenha sido às quartas-feiras, quando Marchand derrubou dois campeões olímpicos – o húngaro Kristof Milak nos 200m borboleta e o australiano Zac Stubblety-Cook nos 200m peito – **betwarrior** 90 minutos. Isso o fez o quarto nadador a ganhar duas medalhas de ouro individuais no mesmo dia, uma façanha que não era alcançada desde que a Alemanha Oriental Kornelia Ender o fez **betwarrior** 1976.

"Estou muito orgulhoso dele", disse Bowman. "Não sei se já vi alguém ganhar duas corridas individuais [na mesma sessão]. Hoje à noite foi incrível, ele nunca esquecerá. Na verdade, toda essa reunião é sobre mim cumprindo uma promessa que fiz a um garoto há três anos e poder ajudá-lo a se realizar porque não apenas foi um desafio para ele, foi um grande desafio para mim.

"Colocar tudo junto e ver isso se concretizar, é muito satisfatório ser capaz de ajudá-lo a enfrentar este momento."

[cazetv estrela betcazetv estrela bet](#)

Depois de completar a varrida histórica na sexta-feira à noite, Marchand disse que continuará treinando com Bowman. "Compartilhamos momentos incríveis aqui. Nós trabalhamos muito duro nos últimos três anos. Não sei como fazer a próxima parte [da minha carreira]. Acho que ele vai me ajudar muito com isso, porque ele sabe muito sobre isso."

Se a subestimação fosse um esporte olímpico, Marchand poderia ter ganhado outra medalha de ouro lá. A dupla voltará a mirar nos Jogos Olímpicos de Los Angeles **betwarrior** quatro anos, onde a natação será realizada perante multidões recorde de 38.000 espectadores no SoFi Stadium, a casa dos times da NFL do LA Rams e Chargers. Tão otimista quanto sempre, Bowman disse que Marchand ainda estava no início e poderia participar de outros eventos até então, como os 100m borboleta, enquanto seu quadro físico se fortalece com o tempo.

"Ele pode ser melhor", disse Bowman, que já classifica Marchand entre os maiores nadadores de todos os tempos. "Ele ainda não alcançou seu potencial. Ele pode definitivamente nadar mais rápido do que isso. Estou classificando-o no topo agora porque ele tem o pacote total. Ele tem a velocidade, tem a resistência, tem os submersos."

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: betwarrior

Palavras-chave: **betwarrior - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-10