



## **Nike FREE TR 5 Flyknit, o tênis ideal para a hora do treino**

*Calçado feminino permite movimentos dinâmicos e naturais inspirados nos seis exercícios essenciais em qualquer tipo de treino*

A atleta de hoje busca versatilidade em seus treinos. Com base nesse pensamento, o time de design de calçados para mulheres da Nike desenvolve produtos especificamente voltados para três estilos diferentes de treinos, que incluem aulas em estúdio como ioga, dança e barra; na academia, que muitas vezes demoram mais e envolvem parte aeróbica e muscular; e treinos de alta intensidade, caracterizados por movimentos rápidos e explosivos, geralmente realizados em intervalos.

Mulheres do mundo inteiro que frequentam aulas de academia além da musculação praticam exercícios como salto, levantamento de peso, subida de escadas, prancha e flexão, entre outros, precisando, portanto, de um tênis que proporcione movimentos naturais e, ao mesmo tempo, dê sustentação aos pés durante as sessões intensas de malhação. Pensando nisso, a Nike atualizou o Nike Free TR, que chega a sua quinta versão com cabedal de Nike Flyknit.

### **O SUPORTE NECESSÁRIO PARA O SEU TREINO**

Por meio de um extenso estudo envolvendo treinadores e atletas, a Nike identificou movimentos comuns aos diferentes tipos de treinos, sejam eles em estúdio, na academia ou ao ar livre: empurrar, puxar, pular, agachar, esticar e girar. O design do Nike Free TR 5 Flyknit é inspirado neles, e cada característica do tênis permite movimentos dinâmicos e naturais.

“O Nike Free TR 5 Flyknit é bem abrangente”, explica Nicole Mueller, Diretora de Design de Calçados da Nike Women’s Training. “O desenho do tênis é baseado nos movimentos naturais do corpo, oferecendo conforto, flexibilidade e transições suaves. Além disso, o modelo conta com um amortecimento adicional e tração nos pontos em que você mais precisa desses benefícios”.

O cabedal é feito com a tecnologia Nike Flyknit, garantindo um suporte estável, de baixo peso, e que proporciona maior circulação de ar. Ao mesmo tempo, oferece caimento semelhante ao de uma meia, uma vez que não tem costuras e se ajusta bem próximo ao peito do pé. Os cabos Nike Flywire se misturam ao material Flyknit, fornecendo sustentação nos pontos certos: na parte dianteira dos pés, para os movimentos de um lado para o outro, e também do calcanhar ao ilhós superior, para garantir caimento e ajuste ideais ao calcanhar.

O design focado nos movimentos naturais é a característica principal de toda a linha Nike Free. A sola inclui ranhuras flexíveis, que dão apoio aos movimentos multidirecionais. Cada uma dessas ranhuras acompanha os movimentos dos pés, permitindo máxima flexibilidade. Além disso, pequenas placas de borracha na sola externa dão tração e estabilidade adicionais nos locais mais necessários para realizar os principais movimentos de treino: dedão, lateral e calcanhar.

### **TESTADO EM ACADEMIAS PELAS MELHORES ATLETAS DO MUNDO**

A equipe de designers da marca também buscou informações junto a atletas como Katarina Johnson-Thompson, inglesa do Heptatlo que realiza treinos pesados de academia para conseguir um melhor condicionamento físico e, assim, conquistar vagas nos campeonatos.

Com suas sete modalidades diferentes de atletismo, o heptatlo envolve um grande número de exercícios e séries. Em um dia normal de treino, Thompson pode ser vista subindo montanha acima, saltando obstáculos, fazendo circuitos – e, é claro, correndo. Ganhadora da medalha de ouro na edição de 2015 do Campeonato Europeu de Atletismo em Pista Coberta, Katarina também realiza regularmente exercícios de força e recuperação muscular para manter pés e tornozelos fortes.

Para treinos de academia, o Nike Free TR 5 Flyknit ajuda a atleta a alcançar esses objetivos e trabalhar rumo à próxima competição.

“É muito bom treinar com o Nike Free TR 5 Flyknit, quer eu esteja fazendo uma sessão para todo o corpo ou focando em uma parte só”, diz ela. “O tênis é superleve, se adapta aos meus pés quando amarro os cadarços e, além de tudo, é lindo. Ele ajuda a me movimentar naturalmente, não importa o tipo de exercício que eu esteja fazendo”.

O Nike Free TR 5 Flyknit já está disponível no [nike.com](https://nike.com), e chega às lojas a partir de 14 de abril.