

Análise: Jon Rahm no Aberto Britânico

Na edição anterior de "CSI: Troon", uma série de homens usando tecidos transpirantes foram enganados 7 por um assassino silencioso. Conhecido apenas como "O Railay", as bolas entram nas espinhas e elas não saem. No domingo 7 ao meio-dia, outra pessoa inocente parece ter entrado na armadilha, um jogador de golfe conhecido na rua como "Rahmbo". Uma 7 investigação está sendo conduzida, mas o resultado é contestado. Parece mais um caso para o Chefe Inspetor Gorse.

Após um longo 7 período de deliberação, a investigação foi encerrada. A cena foi limpa, a bola foi largada e Jon Rahm retomou sua 7 rodada. Mas o dano já estava feito e "O Railay" - o buraco notoriamente difícil 11 do Royal Troon - 7 reivindicou outra vítima. O que havia começado o dia como uma carga rebelde pela liderança parou algumas tacadas à frente 7 do cume.

Rahm termina empatado 7º lugar

"Você sabe, quatro abaixo [na frente nove], eu queria mantê-lo. Pensei que chegaria perto 7 da menor rodada da semana. Foi uma grande rodada de golfe", disse Rahm mais tarde, refletindo no clube.

"Aquela parte traseira 7 não estava virando para esquerda-direita, não estava ajudando tanto quanto nos últimos dias. Eu apenas precisava acertar esses tiros de 7 ferro com precisão suficiente para dar boas bolas de putt para pássaros. Acabei tendo muitas bolas de putt longas para 7 pássaros. Mas então, eu fiz dois putts realmente longos de par nos últimos buracos, não é mesmo? Então tudo se 7 equilibra."

Rahm estava calmo após completar sua rodada final, aberto e filosófico sobre as experiências que teve na costa de Ayrshire 7 neste fim de semana. Foi, de longe, seu melhor desempenho nos majors este ano, depois de um Masters onde ele 7 estava nove acima do par para o torneio, um corte perdido no PGA e uma infecção no pé que o 7 fez desistir do BR Open o mês passado. Também foi um caso de se, mas, e talvez, especialmente neste último 7 dia, quando, pelo menos na primeira hora, ele era o homem mais quente no campo.

Rahm jogou o buraco inicial corajosamente, 7 mantendo a bola no lado esquerdo da fairway ao acertar 228 jardas. Seu tiro de abordagem ficou do lado esquerdo, 7 mas veio curto, 17 pés do pin. Longo putt, sem problemas, e ao rolar a bola para dentro às palmas 7 ele reivindicou um pássaro. O segundo buraco foi tratado de forma semelhante, desviando-se para a esquerda no vento, mas encontrando 7 o fairway, depois o green, depois o buraco com putt clínico de 24 pés. Um trio de pássaros se tornou 7 um quarteto depois de um drive de 334 jardas ser posicionado quatro jardas do buraco. Outro pássaro seguiu no sétimo 7 e Rahm, que havia começado o dia dois acima do par, havia se aproximado a apenas três tacadas da liderança.

A 7 subida começou a estagnar no selo de postagem, esse enigma de 100 jardas, onde uma oportunidade presentável de pássaro veio 7 seis polegadas abaixo. Os dois buracos seguintes foram uma luta para salvar par e, então, foi esse Railay. Depois de 7 acertar a penalidade, ele encontrou o semi-rough, depois o green e afundou um putt de três pés para registrar um 7 bogey. Ele estava um abaixo do torneio, mas seus concorrentes haviam começado suas próprias rodadas e o terreno havia se 7 deslocado do espanhol. Ele não o recuperaria, mas também não cairia outra tacada.

Foi um caso de talvez e o que se Rahm no fim de semana na costa de 7 Ayrshire. [corinthians e atlético paranaense palpites](#)

De certa forma, a rodada de Rahm foi uma encapsulação de seu torneio, um de seus melhores desempenhos 7 do ano, mas amortecido por momentos de misteriosidade. "A única coisa que continuo pensando durante toda a semana é 7 o fato de que não fiz um pássaro nenhum par cinco", disse.

"Não consigo me lembrar da última vez que 7 joguei golfe bom, possivelmente terminei entre os 10 primeiros e não fiz um pássaro nenhum par cinco. Isso é 7 onde acho que o torneio ficou por mim. Se eu pudesse escolher quando acerto tiros ruins ou bons, provavelmente escolheria 7 lugares diferentes, mas é apenas a sorte do sorteio."

Também foi grande entretenimento, com as flutuações no toque bem como nas 7 condições parte do que faz do Aberto um grande torneio. No final, Rahm empatou 7º lugar e se declarou 7 satisfeito com seu trabalho à medida que começa a se preparar para os Jogos Olímpicos. "Ouvi dizer que não sempre 7 teremos um ano perfeito", disse o jogador de 29 anos.

"Mas estou feliz ter pelo menos mostrado minha presença 7 um dos majors. Para jogar bem. Eu estava me sentindo muito bem indo para o BR Open e não foi 7 fácil não jogar nele. Então, tendo pouco tempo para praticar e vir aqui e jogar e se apresentar bem, estou 7 muito feliz comigo mesmo."

Yasmine Naghdi: A Prime Ballerina's Journey

El inicio de este año, Yasmine Naghdi tenía dificultades en el estudio de ensayos. Naghdi es una de las principales bailarinas de la Royal Ballet y su actuación de El Lago de los Cisnes sería transmitida en vivo en cines de todo el mundo. A pesar de ser conocida por su técnica cristalina, se volvió casi demasiado ansiosa como para mantener un pirueta.

Naghdi parece admirablemente segura hoy: espalda derecha, ojos brillantes debajo de cejas fuertemente marcadas. Pero el espectáculo inminente la hizo perder el equilibrio, explica. "Bailar El Lago de los Cisnes frente a 3.000 personas [en el Royal Opera House] ya es estresante en sí mismo, pero esto sería filmado y transmitido en vivo en cines globalmente, con la posibilidad de quedarme allí - es la versión de mí que permanece allí afuera. Todo tiene que ser perfecto. Eso es una cantidad enorme de presión."

El cerebro da a las experiencias negativas dos veces y media el peso de las positivas A los 32 años, y como bailarina principal desde 2024, esto ciertamente no fue su primera rodeo. ¿Le sorprendió la creciente ansiedad? "La vi venir," admite. "Los bailarines son conocidos por esforzarse por la perfección. Cuando he hecho una actuación que estuvo por debajo de mis expectativas, la sostengo. Es torturador."

La sección más llamativa de El Lago de los Cisnes es el tercer acto: la bailarina enciende una serie de fuegos artificiales, más famosamente 32 giros rápidos llamados fouettés. "Quería un final muy complicado para el solo, pero seguiría cayendo en el aterrizaje," recuerda Naghdi. Devota de las ciencias del deporte, se puso en contacto con la psicóloga de rendimiento Britt Tajet-Foxell. "Dije, 'Necesito algunas herramientas para ayudarme porque tengo mucho miedo.' El miedo es la palabra clave - miedo al fracaso, frente a la audiencia. Si resbalas o algo sale mal, lastima tu alma." "You have to make it look easy" ... Naghdi in The Firebird in 2024. [corinthians e atlético paranaense palpites](#) "Yasmine es la bailarina ultimate," según Tajet-Foxell. "Ella tiene una mentalidad atlética - muy aguda, muy poderosa." La noruega nacida psicóloga habla con autoridad - las ciencias del deporte llevan la delantera en este campo, y junto con el Royal Ballet, también ayuda a atletas élite, incluidos noruegos y atletas olímpicos británicos que van a París este verano. Su carrera comenzó como fisioterapeuta - ahora apoya a las mentes ansiosas dentro de cuerpos campeones. Mirando el metraje de ensayo de Naghdi, Tajet-Foxell notó una pérdida de enfoque: "Algo en los ojos se había ido, y sé lo que hace el cerebro." Naghdi describe una conversación interna de un bailarín: "Las voces que entran en nuestras mentes! No somos tranquilos allí arriba. Britt me da herramientas - contar, enfocarme en la respiración - para ahogar la voz que dice, 'Mé `` `perl 'Mess it up, mess it up!' `` ` Juntas, desglosaron la tarea

desalentadora, construyendo estrategias hacia el espectáculo. "El cerebro se pondría ocupado y la duda se instalaría," dice Naghdi, "pero Britt siempre estuvo allí para mí. Saldría de un ensayo, y un mensaje aparecería, '¿Cómo estuvo hoy, dame tres cosas buenas y una que puedas mejorar?' Era como si supiera lo que necesitaba sin que ni siquiera preguntara." También desplegaron los equipos de nutrición y pilates del Royal Ballet. "Traté de crear un círculo de apoyo," dice Naghdi. Tajet-Foxell es todo limpio, líneas tranquilizadoras: bob plateado, traje negro, voz tranquila. Los bailarines se ponen en contacto con ella con una variedad de preocupaciones: "un paso, una lesión, ansiedad, miedo escénico". A pesar de la inicial estigma en torno a abordar la salud mental, ha ayudado a generaciones de estrellas de bailarines. "Es increíblemente personal, tocamos pensamientos y sentimientos muy privados. Un momento de compostura ... Naghdi. [corinthians e atlético paranaense palpites](#) Citando al ganador del Nobel, el científico cognitivo Daniel Kahneman, Tajet-Foxell argumenta que "el cerebro codifica en cualquier cosa que experimentamos como negativo como dos veces y media más fuerte que cualquier cosa positiva". Para Naghdi, la memoria de su bache de ensayo brilla más que sus muchos giros perfectos.

Tajet-Foxell trabaja para introducir más desencadenantes positivos, ayudando a Naghdi a mantenerse enfocada en un fouetté exitoso. "Cada paso se traduce del cerebro al cuerpo. Mi trabajo es tomar algo multidimensionalmente complejo y tejerlo en algo que se sienta simple."

Me sorprende escuchar que este trabajo es autodirigido, en lugar de a instancias de Naghdi's director o entrenadores. "Tiene que venir de adentro," confirma. "He visto a tantos artistas talentosos quedarse donde están, porque no se han empujado a sí mismos. Se espera que hagas lo que sea necesario para ser la mejor versión posible de ti mismo. No me había establecido para el fracaso al ala y ver qué sucede. Puse tanto trabajo - no podría haberlo hecho más, honestamente."

"Piensas como un atleta élite," aprueba la psicóloga. ¿Cuál es la diferencia entre los atletas élite y los bailarines? "Nada," dice Tajet-Foxell. "Son los mismos factores - enfoque, confianza." A diferencia de un deportista que se esfuerza, Naghdi agrega, "tienes que hacer que se vea fácil y no mostrar el esfuerzo." La bailarina vigila diligentemente su cuerpo. "Como mujeres, tenemos muchos cambios a través del mes, lo que impacta en el modo en que actuamos. No está estudiado en la medida en que me gustaría para el ballet, pero soy sensible a mis propias fluctuaciones. Tuve mucha suerte con dónde cayó la fecha para el rendimiento filmado."

"No soy una Holly Golightly, alguien que dice, 'Vamos a ver qué pasa.' No pienso así. Tengo marcadores que establezco para mí mismo y expectativas que quiero cumplir y superar. Pero Britt golpeó el clavo en la cabeza y dijo, 'Al final del día, es trabajo.' Eso resonó y me dio tanta paz."

En cuanto al rendimiento filmado? "Desperté sabiendo que tenía que dar en el blanco," dice Naghdi. "El principal era: has hecho todo este trabajo, no te dejes a ti mismo abajo. Una vez que el tercer acto terminó, fui por la emoción y empujé toda mi energía hasta que me quedé completamente agotado."

A los 32 años, y como bailarina principal desde 2024, esto ciertamente no fue su primera rodeo. ¿Le sorprendió la creciente ansiedad? "La vi venir," admite. "Los bailarines son conocidos por esforzarse por la perfección. Cuando he hecho una actuación que estuvo por debajo de mis expectativas, la sostengo. Es torturador."

La sección más llamativa de El Lago de los Cisnes es el tercer acto: la bailarina enciende una serie de fuegos artificiales, más famosamente 32 giros rápidos llamados fouettés. "Quería un final muy complicado para el solo, pero seguiría cayendo en el aterrizaje," recuerda Naghdi. Devota de las ciencias del deporte, se puso en contacto con la psicóloga de rendimiento Britt

Tajet-Foxell. "Dije, 'Necesito algunas herramientas para ayudarme porque tengo mucho miedo.' El miedo es la palabra clave - miedo al fracaso, frente a la audiencia. Si resbalas o algo sale mal, lastima tu alma."

'You have to make it look easy' ... Naghdi in The Firebird in 2024. [corinthians e atlético paranaense palpites](#)

"Yasmine es la bailarina ultimate," según Tajet-Foxell. "Ella tiene una mentalidad atlética - muy aguda, muy poderosa." La noruega nacida psicóloga habla con autoridad - las ciencias del deporte llevan la delantera en este campo, y junto con el Royal Ballet, también ayuda a atletas élite, incluidos noruegos y atletas olímpicos británicos que van a París este verano. Su carrera comenzó como fisioterapeuta - ahora apoya a las mentes ansiosas dentro de cuerpos campeones.

Mirando el metraje de ensayo de Naghdi, Tajet-Foxell notó una pérdida de enfoque: "Algo en los ojos se había ido, y sé lo que hace el cerebro." Naghdi describe una conversación interna de un bailarín: "Las voces que entran en nuestras mentes! No somos tranquilos allí arriba. Britt me da herramientas - contar, enfocarme en la respiración - para ahogar la voz que dice, 'Mé ``perl 'Mess it up, mess it up!'" ````

Juntas, desglosaron la tarea desalentadora, construyendo estrategias hacia el espectáculo. "El cerebro se pondría ocupado y la duda se instalaría," dice Naghdi, "pero Britt siempre estuvo allí para mí. Saldría de un ensayo, y un mensaje aparecería, '¿Cómo estuvo hoy, dame tres cosas buenas y una que puedas mejorar?' Era como si supiera lo que necesitaba sin que ni siquiera preguntara." También desplegaron los equipos de nutrición y pilates del Royal Ballet. "Traté de crear un círculo de apoyo," dice Naghdi.

Tajet-Foxell es todo limpio, líneas tranquilizadoras: bob plateado, traje negro, voz tranquila. Los bailarines se ponen en contacto con ella con una variedad de preocupaciones: "un paso, una lesión, ansiedad, miedo escénico". A pesar de la inicial estigma en torno a abordar la salud mental, ha ayudado a generaciones de estrellas de bailarines. "Es increíblemente personal, tocamos pensamientos y sentimientos muy privados.

Un momento de compostura ... Naghdi. [corinthians e atlético paranaense palpites](#)

Citando al ganador del Nobel, el científico cognitivo Daniel Kahneman, Tajet-Foxell argumenta que "el cerebro codifica en cualquier cosa que experimentamos como negativo como dos veces y media más fuerte que cualquier cosa positiva". Para Naghdi, la memoria de su bache de ensayo brilla más que sus muchos giros perfectos.

Tajet-Foxell trabaja para introducir más desencadenantes positivos, ayudando a Naghdi a mantenerse enfocada en un fouetté exitoso. "Cada paso se traduce del cerebro al cuerpo. Mi trabajo es tomar algo multidimensionalmente complejo y tejerlo en algo que se sienta simple."

Me sorprende escuchar que este trabajo es autodirigido, en lugar de a instancias de Naghdi's director o entrenadores. "Tiene que venir de adentro," confirma. "He visto a tantos artistas talentosos quedarse donde están, porque no se han empujado a sí mismos. Se espera que hagas lo que sea necesario para ser la mejor versión posible de ti mismo. No me había establecido para el fracaso al ala y ver qué sucede. Puse tanto trabajo - no podría haberlo hecho más, honestamente."

"Piensas como un atleta élite," aprueba la psicóloga. ¿Cuál es la diferencia entre los atletas élite y los bailarines? "Nada," dice Tajet-Foxell. "Son los mismos factores - enfoque, confianza." A diferencia de un deportista que se esfuerza, Naghdi agrega, "tienes que hacer que se vea fácil y no mostrar el esfuerzo." La bailarina vigila diligentemente su cuerpo. "Como mujeres, tenemos muchos cambios a través del mes, lo que impacta en el modo en que actuamos. No está estudiado en la medida en que me gustaría para el ballet, pero soy sensible a mis propias fluctuaciones. Tuve mucha suerte con dónde cayó la fecha para el rendimiento filmado.

"No soy una Holly Golightly, alguien que dice, 'Vamos a ver qué pasa.' No pienso así. Tengo marcadores que establezco para mí mismo y expectativas que quiero cumplir y superar. Pero Britt golpeó el clavo en la cabeza y dijo, 'Al final del día, es trabajo.' Eso resonó y me dio tanta paz."

En cuanto al rendimiento filmado? "Desperté sabiendo que tenía que dar en el blanco," dice Naghdi. "El principal era: has hecho todo este trabajo, no te dejes a ti mismo abajo. Una vez que el tercer acto terminó, fui por la emoción y empujé toda mi energía hasta que me quedé completamente agotado."

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: 22 bet

Palavras-chave: **22 bet - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-12-12