



## ASSEMBLEIA LEGISLATIVA do Estado de São Paulo

PODER LEGISLATIVO

### Moção Nº 121/2023

Processo Número: **19148/2023** | Data do Protocolo: 28/06/2023 13:10:20

Autoria: Gil Diniz

Assinaturas Indicadas:

Ementa: **Moção de aplauso ao cabo da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Marcos Silva Martins Júnior, pela sua notável conquista ao completar a prova IronMan Brasil 2023.**





## Moção

A presente Moção, amparada no artigo 158, I do Regime Interno da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, tem por objetivo **aplaudir** o cabo da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Marcos Silva Martins Júnior, pela sua notável conquista ao completar a prova IronMan Brasil 2023, representando uma jornada de superação, determinação e dedicação à busca de uma vida mais saudável e ao alcance de metas extraordinárias.

### JUSTIFICATIVA

O IronMan é reconhecido como um dos eventos mais desafiadores do mundo do triatlo, composto por uma sequência de natação, ciclismo e corrida.

Motivado por uma busca de uma vida mais saudável, o cabo PM Júnior, iniciou sua jornada em 2015, quando enfrentava problemas de saúde devido ao excesso de peso, atingindo a marca de 107 kg. Nesse momento, ele decidiu empreender uma transformação pessoal e começou a correr regularmente.

Ao longo de sua jornada, o Cb PM Júnior conquistou diversos marcos significativos, incluindo a participação em várias maratonas renomadas, como a Maratona de Berlim em 2018, na Alemanha, e a Ultramaratona de 135 km solo em 2019. Essas conquistas demonstraram sua determinação, disciplina e capacidade de enfrentar desafios físicos extremos.

A preparação específica para o IronMan Brasil 2023 teve início em 2019, com o Cb PM Júnior se dedicando intensamente a um programa de treinamento rigoroso. Nos últimos cinco meses que antecederam a prova, ele investiu aproximadamente 20 horas por semana em treinamentos, demonstrando uma dedicação excepcional. A busca por se tornar um IronMan exigiu uma combinação de esforço físico, resistência mental e um compromisso inabalável com o objetivo estabelecido.

O IronMan Brasil 2023 ocorreu em 28 de maio, na cidade de Florianópolis, em Santa Catarina, tendo a praia de Jurerê Internacional como local de largada.

Essa edição foi a 21ª realizada no Brasil e reuniu um grupo seleto de atletas determinados a superar os desafios da prova. O Cb PM Júnior enfrentou uma sequência de desafios exigentes, iniciando com uma natação de 3.800 metros em mar aberto, seguida de um percurso de ciclismo de 180 km sob condições climáticas adversas, caracterizadas por chuvas intensas e ventos fortes com velocidades superiores a 40 km/h. Por fim, ele concluiu a prova com uma maratona de 42,2 km, cruzando o pórtico final com determinação e coragem.

É importante ressaltar a dificuldade da prova do IronMan Brasil, que é conhecida por sua exigência extrema e seu nível de dificuldade técnica. Dos 1645 atletas que iniciaram a prova, apenas 1311 conseguiram concluir dentro do tempo estabelecido. A alta taxa de desistência evidencia a magnitude do desafio enfrentado e a resiliência necessária para superá-lo.

O Cb PM Júnior, com seu esforço dedicado e habilidades atléticas excepcionais, conseguiu finalizar a prova com o tempo de 12h02m42s (doze horas, dois minutos e quarenta e dois segundos), demonstrando sua capacidade de superar obstáculos e alcançar resultados notáveis.

Sua determinação e disciplina são exemplos inspiradores para todos aqueles que buscam superar limites e conquistar objetivos ambiciosos.

Neste contexto, é de se expressar a mais profunda admiração e respeito ao Cb PM Júnior pela conquista extraordinária do IronMan Brasil 2023. Seu desempenho exemplar e sua dedicação incansável refletem os valores e a excelência representados pelos profissionais militares, além de inspirar toda a comunidade a buscar uma vida mais saudável e desafiadora.





A perseverança do Cb PM Júnior é merecedora de aplausos. Feito que serve de exemplo e inspiração a outras pessoas a enfrentarem desafios com determinação e esperança.

A nós, representantes da população paulista, cabe-nos, em nome daqueles que nos elegeram, exaltar o esforço notável do Cb PM Júnior, desejando-lhe sucesso contínuo em sua jornada pessoal e profissional, de modo que ele possa continuar a ser um exemplo inspirador para todos, demonstrando que a perseverança e a determinação são fundamentais para alcançar resultados extraordinários.

Por essas razões,

A ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DE SÃO PAULO **aplaude** o cabo da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Marcos Silva Martins Júnior, pela sua notável conquista ao completar a prova IronMan Brasil 2023, representando uma jornada de superação, determinação e dedicação à busca de uma vida mais saudável e ao alcance de metas extraordinárias.

Sala das Sessões, em 28/06/2023.

**Gil Diniz - PL**



# PROTOCOLO DE ASSINATURA(S)

O documento acima foi assinado eletronicamente e pode ser acessado no endereço <http://sempapel.al.sp.gov.br/autenticidade> utilizando o identificador 3100300035003400390034003A005000

Assinado eletronicamente por **Gil Diniz** em **28/06/2023 11:30**

Checksum: **209433AE53F4786F6B9C16EC8E3ECB987EE9E81F4D90D270C62BA37A2E06EB4A**



---

Autenticar documento em <http://sempapel.al.sp.gov.br/autenticidade>  
com o identificador 3100300035003400390034003A005000, Documento assinado digitalmente  
conforme art. 4º, II da Lei 14.063/2020.



## MOÇÃO Nº , DE 2023

A presente Moção, amparada no artigo 158, I do Regime Interno da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, tem por objetivo **aplaudir** o cabo da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Marcos Silva Martins Júnior, pela sua notável conquista ao completar a prova IronMan Brasil 2023, representando uma jornada de superação, determinação e dedicação à busca de uma vida mais saudável e ao alcance de metas extraordinárias.

### JUSTIFICATIVA

O IronMan é reconhecido como um dos eventos mais desafiadores do mundo do triatlo, composto por uma sequência de natação, ciclismo e corrida.

Motivado por uma busca de uma vida mais saudável, o cabo PM Júnior, iniciou sua jornada em 2015, quando enfrentava problemas de saúde devido ao excesso de peso, atingindo a marca de 107 kg. Nesse momento, ele decidiu empreender uma transformação pessoal e começou a correr regularmente.

Ao longo de sua jornada, o Cb PM Júnior conquistou diversos marcos significativos, incluindo a participação em várias maratonas renomadas, como a Maratona de Berlim em 2018, na Alemanha, e a Ultramaratona de 135 km solo em 2019. Essas conquistas demonstraram sua determinação, disciplina e capacidade de enfrentar desafios físicos extremos.

A preparação específica para o IronMan Brasil 2023 teve início em 2019, com o Cb PM Júnior se dedicando intensamente a um programa de treinamento rigoroso. Nos últimos cinco meses que antecederam a prova, ele investiu aproximadamente 20 horas por semana em treinamentos, demonstrando uma dedicação excepcional. A

busca por se tornar um IronMan exigiu uma combinação de esforço físico, resistência mental e um compromisso inabalável com o objetivo estabelecido.

O IronMan Brasil 2023 ocorreu em 28 de maio, na cidade de Florianópolis, em Santa Catarina, tendo a praia de Jurerê Internacional como local de largada.

Essa edição foi a 21ª realizada no Brasil e reuniu um grupo seletivo de atletas determinados a superar os desafios da prova. O Cb PM Júnior enfrentou uma sequência de desafios exigentes, iniciando com uma natação de 3.800 metros em mar aberto, seguida de um percurso de ciclismo de 180 km sob condições climáticas adversas, caracterizadas por chuvas intensas e ventos fortes com velocidades superiores a 40 km/h. Por fim, ele concluiu a prova com uma maratona de 42,2 km, cruzando o pórtico final com determinação e coragem.

É importante ressaltar a dificuldade da prova do IronMan Brasil, que é conhecida por sua exigência extrema e seu nível de dificuldade técnica. Dos 1645 atletas que iniciaram a prova, apenas 1311 conseguiram concluir dentro do tempo estabelecido. A alta taxa de desistência evidencia a magnitude do desafio enfrentado e a resiliência necessária para superá-lo.

O Cb PM Júnior, com seu esforço dedicado e habilidades atléticas excepcionais, conseguiu finalizar a prova com o tempo de 12h02m42s (doze horas, dois minutos e quarenta e dois segundos), demonstrando sua capacidade de superar obstáculos e alcançar resultados notáveis.

Sua determinação e disciplina são exemplos inspiradores para todos aqueles que buscam superar limites e conquistar objetivos ambiciosos.

Neste contexto, é de se expressar a mais profunda admiração e respeito ao Cb PM Júnior pela conquista extraordinária do IronMan Brasil 2023. Seu desempenho exemplar e sua dedicação incansável refletem os valores e a excelência representados pelos profissionais militares, além de inspirar toda a comunidade a buscar uma vida mais saudável e desafiadora.

A perseverança do Cb PM Júnior é merecedora de aplausos. Feito que serve de exemplo e inspiração a outras pessoas a enfrentarem desafios com determinação e esperança.

A nós, representantes da população paulista, cabe-nos, em nome daqueles que nos elegeram, exaltar o esforço notável do Cb PM Júnior, desejando-lhe sucesso contínuo em sua jornada pessoal e profissional, de modo que ele possa continuar a ser um exemplo inspirador para todos, demonstrando que a perseverança e a determinação são fundamentais para alcançar resultados extraordinários.

Por essas razões,

A ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DE SÃO PAULO **aplaude** o cabo da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Marcos Silva Martins Júnior, pela sua notável conquista ao completar a prova IronMan Brasil 2023, representando uma jornada de superação, determinação e dedicação à busca de uma vida mais saudável e ao alcance de metas extraordinárias.

Sala das Sessões, em 26/06/2023.

a) Gil Diniz - PL