



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Relatório de Atividades do Convênio N° 022/SEME/2015

PERÍODO: Janeiro e Fevereiro de 2016

LOCAL: Centro Esportivo Joërg Bruder – Av. Padre José Maria, n°555 – São Paulo/SP

NÚCLEO DE TRABALHO: Centro Nacional de Treinamento de Rugby (CNTR)

PROFISSIONAIS:

Jacob Mangin – Coordenador

Guilherme Marques – Treinador

Kátia Pascotto – Coordenadora de Preparação Física

José Eduardo Moraes – Preparador Físico

Aline Tritto - Nutricionista

ATIVIDADES NO PERÍODO - Janeiro:

Físico/Técnico:

No mês de Janeiro continuaram os treinamentos físicos e técnicos com os 20 atletas do naipe masculino da equipe principal, e 10 da equipe de desenvolvimento no CNTR.

No início do mês foram realizados os testes físicos e nutricionais de todos os atletas para avaliar o resultado das metodologias e treinamentos aplicados. Todos os atletas apresentam uma melhoria significativa em ambos os setores.

Todos os atletas participantes possuíam uma nítida sensação dos benefícios do treinamento em grupo sob supervisão e nas instalações do CNTR, porém estes testes comprovam estes efeitos.



Estes testes farão parte dos quesitos que os treinadores da Seleção Nacional levarão em conta para escolher os atletas participantes do Torneio Internacional 6 Nações da América, conhecido como América Championship, no mês de Fevereiro contra Chile, Uruguai, Canadá, Estados



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

unidos e Argentina, em Santiago, na Arena Barueri em Barueri/SP, em Vancouver, na Arena Barueri em Barueri/SP e no estádio Martin Pereira em São José/SP, respectivamente.

Na parte técnica, os atletas continuaram os trabalhos com exercícios supervisionados nas diversas áreas de habilidades em especial nas áreas que já vinham sendo desenvolvidas em Agosto:

- Passe e Recepção;
- Tackle;
- Chute e Recepção de Bola Aérea;
- Entrar em contato (Ruck);
- Duelo e evasão.

Avaliação Nutricional:

Foi efetuada uma reprogramação de objetivos individuais dos atletas para o torneio em Fevereiro. Devido ao período de jogos que enfrentarão foi enfatizado o cuidado que cada atleta deveria ter para manter a forma física e a performance durante a sequencia de jogos em função da grande demanda energética.





CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Projeto Social:

Efetuamos um contato direto com os colégios e escolas e divulgar o projeto. Mais três colégios foram visitados com o acompanhamento de atletas da seleção e mais brindes foram levados para as instituições escolares, bem como, cartazes de divulgação para serem afixados nos locais.

Os treinamentos voltaram normalmente dia 25, do corrente, após recesso de fim de ano a partir do dia 16 de Dezembro de 2015.



E continuam os treinamentos de Força e Potência para os atletas com capacidade e estrutura para estas atividades.



ATIVIDADES NO PERÍODO - Fevereiro:

Trabalho Físico/Técnico:

Os atletas não convocados para os jogos da Seleção Nacional mantiveram as atividades físicas e técnicas desenvolvendo as capacidades e habilidades.

Dos 31 atletas utilizados nos 5 jogos de do torneio 14 pertencem ao núcleo de trabalho do CNTR.

www.brasilrugby.com.br

Tel: +55 11 3864-1336 | Fax: +55 11 3045-3215 | Email: office@brasilrugby.com.br

Rua Tapinás, 22 – Conjunto 61 – Itaim Bibi | São Paulo, SP – Brasil | CEP: 04531-050



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Os treinamentos mantiveram a periodicidade de quatro sessões semanais de segundas a quintas-feiras.



As áreas em foco do trabalho técnico se mantiveram focadas novamente em:

- Passe e Recepção;
- Tackle;
- Chute e Recepção de Bola;
- Entrar em contato (Ruck);
- Duelo e evasão.

Projeto Social:

As atividades do Projeto continuaram e atingimos a marca de 31 participantes com carteirinhas de do Clube Escola.

Estamos numa fase em que esgotamos as visitas às escolas na região e iniciamos um planejamento para reiniciar o recrutamento no início de 2016 com a volta às aulas.

A média de presença por treinamento foi de 15 participantes.



www.brasilrugby.com.br

Tel: +55 11 3864-1336 | Fax: +55 11 3045-3215 | Email: office@brasilrugby.com.br
Rua Tapinás, 22 – Conjunto 61 – Itaim Bibi | São Paulo, SP – Brasil | CEP: 04531-050



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Resumo:

O apoio e treinamento do CNTR foi fundamental neste semestre para a melhoria dos atletas de Elite das equipes nacionais e certamente tem uma grande participação no resultado da vitória inédita por 24 a 23 na Arena Barueri de nossa seleção principal de Rugby frente à equipe dos Estados Unidos, elevando o Brasil ao grupo de Elite do Rugby Americano.



Paralelamente estes 4 meses de trabalho com as crianças do entorno da instalação, de clubes e de projetos sociais de rugby começam a revelar crianças com potencial de trabalho para o futuro.

Iremos manter o esforço de captação e ampliar a divulgação no 2º semestre de 2016.