



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Relatório de Atividades do Convênio N° 022/SEME/2016

PERÍODO: Julho e Agosto 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

Rafaela Turola - Treinadora

Kátia Pascotto – Coordenadora de Preparação Física

José Eduardo Moraes – Preparador Físico

Cláudia Tavares – Fisioterapeuta

Aline Tritto – Nutricionista

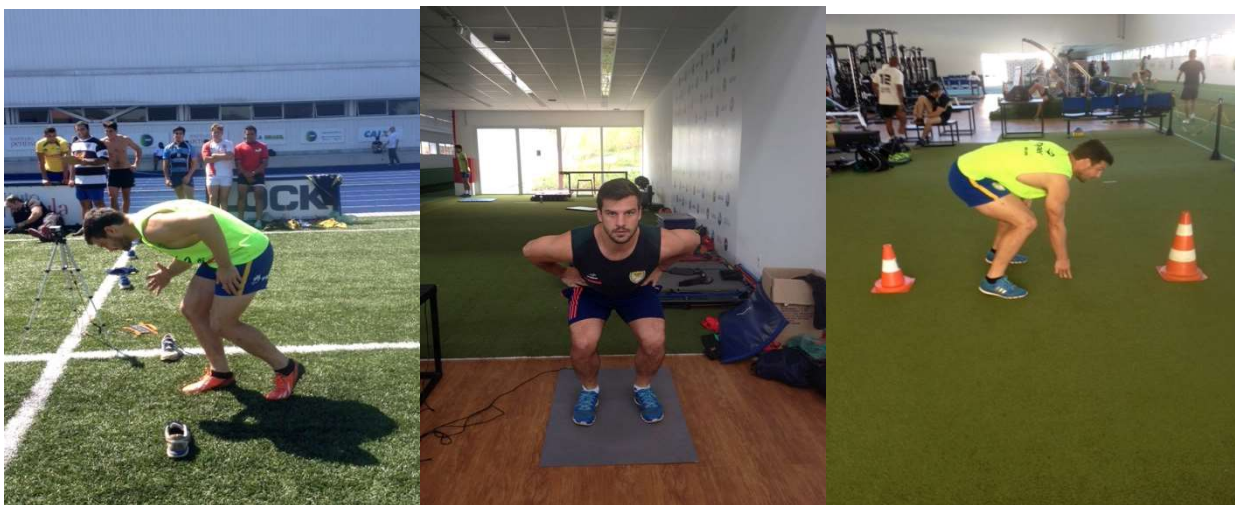
ATIVIDADES NO PERÍODO - Julho:

Físico/Técnico:

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

Como de praxe, no início do mês, foram realizados os testes físicos e nutricionais de todos os atletas para monitorar os resultados das metodologias e treinamentos aplicados. Todos os atletas apresentam uma crescente em ambos os setores, como esperado.

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.





CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

Estes testes farão parte dos quesitos que os treinadores da Seleção Nacional levarão em conta para escolher os atletas participantes das Olimpíadas de 2016 no Rio.

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:

- 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 as Olimpíadas de 2016 no Rio.

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 sequência de jogos em função da grande demanda energética.



Projeto Social:

Os treinamentos técnicos acontecem normalmente conforme planejamento de atividades.





CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY

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



ATIVIDADES NO PERÍODO - Agosto:

Trabalho Físico/Técnico:

Os atletas não convocados para os jogos Olímpicos de 2016 no Rio mantiveram as atividades físicas e técnicas desenvolvendo as capacidades e habilidades normalmente.

Dos 14 atletas utilizados nos jogos, 6 pertencem ao núcleo de trabalho do CNTR.





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:

Além dos 10 Colégios e Escolas da Região que efetuamos um contato anterior, oferecemos um trabalho de capacitação e divulgação do Rugby para professores e alunos de mais 5 novas.

São elas:

- Escola Borba Gato EMEI,
- Escola Maria Petrolina Limeira,
- Escola Paulo Eiro, Escola Samboia de Medeiros,
- Escola Waldorf Rudolf;
- Escola Professor José Joaquim Cardoso.

A média de presença nos treinamentos foi de 42 participantes. Duplicando as médias anteriores.

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 nos resultados obtidos nos jogos olímpicos, mantendo o Brasil no 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 as parcerias com escolas e colégios da região neste semestre.