



Confederação Brasileira de Remo

15/03/2021

## Boletim Técnico – Temporada 2021 – Nº 02

### Treinamento Equipe Paralímpica – 1ª Fase

Aconteceu em São Paulo, de 18 de fevereiro a 03 de março, a 1ª Fase de Treinamento da equipe paralímpica de remo. O evento está sendo o ponto de partida para a retomada dos treinos presenciais e tem como principal objetivo a preparação dos barcos paralímpicos para a Regata Qualificatória Final e Regata Internacional de Gavirate.

Ao total a equipe conta com 12 atletas de 5 Estados diferentes (SC, SP, RJ, ES e PE) e quatro membros da comissão técnica. Em São Paulo contamos com o apoio do Instituto Remo Meu Rumo que disponibilizou a estrutura física para guarda dos equipamentos e uso dos remoergômetro para realização da avaliação remoergométrica.

Todos os participantes realizaram o teste de RT-PCR com 72 horas antes da chegada e assinaram um termo de ciência e consentimento para estarem no camping de treino, além de terem participado de reuniões com o corpo médico do CPB e nosso departamento técnico informando sobre todas as medidas de segurança e restritivas impostas pela CEPEUSP e CPB.

Os treinamentos foram realizados na raia da USP no período da manhã em duas sessões de treino e pela tarde, na academia do CT Paralímpico. Apenas os participantes de fora de São Paulo estão hospedados no CT e todas as refeições estão sendo realizados nos quartos de cada participante.

Durante o período, realizamos o processo seletivo do barco 4+ da categoria PR3, que contou com a participação de 8 atletas, sendo 4 de cada gênero. Inicialmente todos os participantes foram submetidos a uma avaliação remoergométrica na distância oficial de 2km e posteriormente foram formados 4 barcos de 2 Sem (2-), conforme desempenho inicial, apresentado na ergometria. Foram realizadas 3 disputas em dias alternados de tal forma que cada atleta remou com cada participante, sendo realizados 3 treinos antes de cada disputa.

Como resultado obtivemos:

**CONFED. BRASILEIRA DE REMO**  
**Brazilian Rowing Federation**  
Filiada à FISA – World Rowing  
E-mail: [cbr@remobrasil.com](mailto:cbr@remobrasil.com)  
[www.remobrasil.com](http://www.remobrasil.com)

**ESCRITÓRIO RIO DE JANEIRO**  
Av. Graça Aranha, 145, Sala 709  
Centro – Rio de Janeiro, RJ  
CEP 20030-003, Brasil/Brazil  
Telefone: +55 (21) 2294-3342

**ESCRITÓRIO FLORIANÓPOLIS**  
Rua Patrício Farias, 55, Sala 610  
Itacorubi – Florianópolis, SC  
CEP 88034-132, Brasil/Brazil  
Telefone: +55 (48) 3206-9128





## ERGOMETRIA:

FEMININO	MASCULINO
Diana Barcelos (Flamengo) = 7:47.3	Valdeni Silva (Aldo Luz) = 6:44.8
Joselma Mendes (Náutico Capibaribe) = 8:26.5	Keizy Bonine (Adaptar) = 6:47.7
Angel dos Santos (Flamengo) = 8:36.4	Jairo Klug (Pinheiros) = 6:51.5
Ana Paula Souza (Martinelli) = 8:36.6	Erik Lima (Náutico Capibaribe) = 6:57.5

## FEMININO:

Disputa 1 água:

Ana Paula Souza (SC) e Angel dos Santos (RJ)	9:59.11
Diana Barcelos (RJ) e Joselma Mendes (PE)	10:20.60

Disputa 2 água:

Angel dos Santos (RJ) e Diana Barcelos (RJ)	9:52.75
Ana Paula Souza e Joselma Mendes (PE)	9:54.25

Disputa 3 água:

Ana Paula Souza (SC) e Diana Barcelos (RJ)	8:55.80
Angel dos Santos (RJ) e Joselma Mendes (PE)	9:41.99

## MASCULINO:

Disputa 1 água:

Erik Lima (PE) e Jairo Klug (SP)	8:06.43
Keizy Bonine (ES) e Valdeni Silva (SC)	8:15.76

Disputa 2 água:

Jairo Klug (SP) e Valdeni Silva (SC)	7:18.03
Erik Lima (PE) e Keizy Bonine (ES)	7:48.23

Disputa 3 água:

Erik Lima (PE) e Valdeni Silva (SC)	7:45.16
Jairo Klug (SP) e Keizy Bonine (ES)	8:13.99





Como selecionados do processo seletivo na categoria PR3 tivemos a atleta **Ana Paula Souza** e **Valdeni Silva** de Santa Catarina, além de **Diana Barcelos** do Rio de Janeiro e **Jairo Klug** de São Paulo.

A atleta Josiane Lima, que classificou o barco com Michel Pessanha no Campeonato Mundial e o atleta Rene Pereira do skiff PR1, não compareceram no Camping de Treino por motivos de ordem pessoal, mas já confirmaram presença na próxima fase de treinamento de 18 a 31 de março.

Cláudia Santos do Esporte Clube Pinheiros participa com toda equipe do camping, mantendo a periodicidade de duas semanas de treinamento sob acompanhamento do profissional técnico Fernando Carvalho.

Viemos contando com o suporte do psicólogo Ricardo Brandt que vem realizando uma mentoria com alguns destes atletas desde meados do ano passado e aqui no camping vem realizando reuniões no aplicativo Zoom com todos os atletas, compartilhando conhecimentos e estratégias de fortalecimento mental.

O processo seletivo foi publicado no boletim técnico no site da Confederação e com toda estrutura disponibilizada pelo CPB acreditamos que podemos capacitar cada embarcação, identificando os melhores atletas a comporem os barcos na busca da vaga na Regata Final Qualificatória e no desenvolvimento dos barcos já qualificados.

