



Confederação Brasileira de Remo  
05/01/2022

## Boletim Técnico – Temporada 2022 – Nº 01

### Seleção Brasileira de Remo – Remo Olímpico

#### Avaliações Remoergométricas obrigatórias Temporada 2022

Prezados Remadores, Técnicos e Dirigentes,

Conforme publicado no Caminho de Seleção 2022, nesta temporada serão retomadas as avaliações remoergométricas como parte do processo seletivo para todos os atletas que possuem o objetivo de integrar a Seleção Brasileira na temporada. Informações importantes:

- **A realização e entrega das avaliações é obrigatória para todas e todos os atletas que almejam integrar a Seleção Brasileira nesta temporada;**
- **Para a participação das Qualificações Internas, a (o) atleta deverá ter realizado e entregue o resultado de todas as avaliações nas datas previstas neste documento;**
- As avaliações deverão ser realizadas em remoergômetro marca Concept2 na presença do técnico responsável pelo atleta. Os resultados deverão ser enviados dentro do prazo estipulado para cada avaliação e na planilha específica, corretamente preenchida para que os dados sejam importados sem erros;
- Datas para a realização de cada avaliação são sugeridas neste documento, porém poderão ser adaptadas conforme necessidade de planejamento de cada técnico, desde que a avaliação seja realizada na mesma semana prevista neste documento. Este procedimento é importante para que os resultados de todos os atletas envolvidos com a Seleção sejam monitorados e comparados no mesmo período da temporada;
- O resultado de cada avaliação deve ser registrado em foto ao término da mesma, para futura conferência. Atenção ao ajuste da data no monitor do remoergômetro;
- As avaliações têm como principais objetivos:





- Acompanhamento do desenvolvimento físico dos atletas durante a temporada;
- Identificação de atletas com potencial para integrar a Seleção na temporada;
- Identificação e acompanhamento de potenciais novos talentos para participação de campos de treinamento de base;
- Estabelecer ranqueamento nacional em todas as categorias e analisar a progressão da performance individual em relação a indicadores de resultado internacionais;
- Os resultados serão disponibilizados para os técnicos mensalmente, conforme solicitação;
- Os protocolos sugeridos para a realização dos testes serão divulgados em documento técnico específico.

Informamos, também, que os resultados serão disponibilizados para acompanhamento de rendimento de atletas que integram programas nacionais das Forças Armadas, do Comitê Olímpico, da Secretaria Nacional de Alto Rendimento ou outras instituições de apoio ao esporte, conforme demanda das partes interessadas.

As datas para a realização das avaliações foram definidas conforme o evento alvo para cada categoria: a) Jogos Sul-americanos para a categoria Sênior (semana 40); b) Campeonato Mundial Junior Campeonato Mundial Sub23 para as respectivas categorias (semana 31).

A tabela 1 apresenta todas as avaliações organizadas por tipo de teste:

<b>Tabela 1: avaliações obrigatórias previstas temporada 2022</b>		
<b>Tipo de teste</b>	<b>Frequência na temporada</b>	<b>Período de aplicação em relação ao evento alvo (semanas antes)</b>
<b>500m máximo</b>	3 avaliações <i>Período de base e pré-competitivo</i>	Junior e Sub23 #1 22 semanas #2 14 semanas #3 09 semanas
		Sênior #1 27 semanas #2 13 semanas #3 05 semanas
<b>2.000m máximo</b>	1 avaliação <i>Início pré-competitivo</i>	Junior e Sub23 #1 14 semanas
		Sênior #1 13 semanas





<b>6.000m máximo</b>	1 avaliação <i>Período de base</i>	Junior e Sub23 #1 22 semanas
		Sênior #1 27 semanas
<b>30' @20</b>	4 a 8 avaliações <i>Período de base e pré-competitivo</i>  <i>A avaliação deve ser realizada com <b>média final de 20 remadas por minuto</b> para ser considerada válida.</i>	Junior e Sub23 #1 26 semanas #2 22 semanas #3 14 semanas #4 09 semanas #5 04 semanas
		Sênior #1 35 semanas #2 31 semanas #3 27 semanas #4 23 semanas #5 18 semanas #6 13 semanas #7 09 semanas #8 05 semanas

A tabela 2 apresenta todas as avaliações previstas, ordenadas e detalhadas por data sugerida para a realização. Nesta tabela também consta a data limite para o envio dos resultados das avaliações.

<b>Tabela 2.a: Junior e Sub23 (evento alvo: Mundiais Junior e Sub23)</b>		
data	avaliação	Prazo envio
24/janeiro	30' cad. 20 #1	31/janeiro
21/fevereiro	500m máximo #1	28/fevereiro
23/fevereiro	6km máximo	
25/fevereiro	30' cad. 20 #2	
18/abril	500m máximo #2	25/abril
20/abril	2km máximo	
22/abril	30' cad.20 #3	
25/maio	500m máximo #3	30/maio
26/maio	30' cad.20 #4	
28/junho	30' cad.20 #5	04/julho

<b>Tabela 2.b: Sênior (evento alvo: Jogos Sul-americanos 2022)</b>		
data	teste	Prazo envio
24/janeiro	30' cad.20 #1	31/janeiro
22/fevereiro	30' cad.20 #2	28/fevereiro
21/março	500m máximo #1	28/março
23/março	6km máximo	
25/março	30' cad.20 #3	
19/abril	30' cad.20 #4	25/abril
23/maio	30' cad.20 #5	30/maio
27/junho	500m máximo #2	04/julho
29/junho	2km máximo	





01/julho	30' cad.20 #6	
27/julho	30' cad.20 #7	01/agosto
22/agosto	500m máximo #3	29/agosto
24/agosto	30' cad.20 #8	

Os resultados deverão ser enviados para o e-mail [resultados@remobrasil.com](mailto:resultados@remobrasil.com).

Havendo dúvidas ou sugestões, favor entrar em contato antecipadamente.

### Comissão Técnica Remo Olímpico

