Confederação Brasileira de Remo
04/01/2023

Boletim Técnico nº 02 - Temporada 2023

Informativo Complementar do Boletim Nº 01/2023

O presente informativo tem por objetivo complementar as ações referentes à primeira avaliação do Calendário da Temporada de 2023 dos atletas postulantes a Seleção Brasileira de Remo Paralímpico.

A avaliação será realizada na data de **14 de Janeiro** do corrente ano, e terá como objetivo prioritário, a mensuração da relação média de produção de energia (Watts) com a frequência cardíaca (FC) durante os quatro estímulos de seis minutos.

1.0 – Preparação do Sistema Cardiovascular (Aquecimento):
O aquecimento será livre e de no mínimo cinco minutos, ficando a critério do atleta/técnico a definição do mesmo.

2.0 – Programação do Monitor do Remoergômetro:

2.1 – O equipamento da avaliação será o Concept 2;

2.2 – No monitor deverá ser programado o tempo de cada estímulo, que será de seis minutos; 2.3 – Também deverá ser programado o tempo de intervalo/descanso, que deve ser ativo de quatro minutos;

2.4 – Também deverá constar o fator de dragagem da avaliação, que nesta primeira oportunidade será de livre escolha do atleta/técnico;

2.5 – O ritmo de remadas (spm) será livre, cabendo ao atleta/técnico definir sua estratégia de avaliação.

3.0 – Frequencímetro Cardíaco:

3.1 – Deverá o atleta postulante à avaliação utilizar equipamento de registro da Frequência Cardíaca (FC), de forma contínua durante a avaliação. O ideal é que o mesmo possa ser sincronizado com o monitor do ergômetro.

3.2 – No caso da impossibilidade de sincronização, o técnico responsável deverá realizar os registros à cada minuto, de cada estímulo programado para a avaliação.

4.0 – Identificação do atleta postulante: No resumo à ser enviado à Confederação Brasileira de Remo, deverão constar as seguintes informações:

4.1- Foto do monitor do ergômetro, com o resumo da avaliação, nas unidades de WATTS e também outra na unidade Split/500mts;

4.2- Nome completo do atleta;

4.3- Clube ao qual o atleta está filiado;

4.4- Data de nascimento;

4.5- Peso corporal antes da avaliação;

4.6- Identificação do técnico avaliador. Vale relembrar que os atletas postulantes à integrar a Seleção Brasileira de ParaRemo, que por motivos médicos, não possam realizar esta avaliação deverão enviar atestado médico com a descrição do fator incapacitante, bem como o CID, caso aplicável.

Comissão Técnica

CONFED. BRASILEIRA DE REMO
Brazilian Rowing Federation
Filiada à FISA – World Rowing
E-mail: cbr@remobrasil.com
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