



Confederação Brasileira de Remo

10/02/2024

Boletim Técnico – Nº 05/2024

Programa NEBAR II

Remo Olímpico – Sub19 e Sub23

Informativo Nº01

O PROGRAMA NÚCLEO DE BASE DE ALTO RENDIMENTO NA MODALIDADE DE REMO (NEBAR) converge diversas ações para a formação e o desenvolvimento dos atletas brasileiros oferecendo condições de treinamento adequadas aos remadores, organizado em polos regionais para envolver remadores e técnicos, aumentando o crescimento da modalidade na base e proporcionando um desempenho adequado nas equipes de representações internacionais.

Permeando as possibilidades do esporte através da temática alto rendimento, a Confederação Brasileira de Remo, instituição responsável promover e fomentar a prática do esporte em nível nacional, apresenta neste programa a proposta de manutenção da estrutura esportiva do Centro de Treinamento Nacional de Base para o remo brasileiro expandindo sua atuação através dos núcleos formadores.

O programa atenderá diretamente cerca de 80 atletas de diferentes regiões do país, com foco nas categorias sub 19 e sub 23, nas idades entre 15 e 22 anos e que estejam com registro ativo nas entidades de regionais de administração da modalidade.

Polo 1 – Rio de Janeiro (RJ) – Técnico responsável: Edson Salles

Polo 2 – Aracaju (SE) – Técnico Responsável – A contratar

Polo 3 – Rio Grande do Norte – Natal – Técnica responsável: Ana Luiza de Souza

Polo 4 – Clube São Salvador – Salvador – Técnica responsável: Marilene Silva

Polo 5 – Clube Náutico América – Blumenau – Técnico responsável: Roque Ricardo Zimmermann

Para otimizar as categorias de base (sub 19 e Sub 23) é de grande importância que tenhamos uma cultura onde o desenvolvimento dos jovens remadores identificados com potencial talento seja acompanhado constantemente pelos técnicos, orientados no





mesmo sistema de controle de indicadores de performance e que frequentemente interajam em campos de treinamento regionais, onde possamos motivar e incentivar a troca de experiências entre os jovens atletas e os técnicos locais, amplificando o aperfeiçoamento e o envolvimento destes remadores e técnicos com a modalidade.

Neste sistema, concentraremos o investimento e os esforços em um objetivo nacional de desempenho esportivo, contribuindo para a melhoria física e técnica dos atletas aumentando as oportunidades para remadores e técnicos, desde a identificação de talentos até a categoria sênior. A consequência da estruturação da base do remo brasileiro será a conquista de resultados expressivos pela Seleção Brasileira em um ciclo de crescimento abrangente e que beneficiará todo o sistema nacional.

Na primeira etapa de implantação do programa, o principal objetivo é mapear e incluir remadores para progredirem juntos, em busca do progresso de desempenho da Seleção Brasileira.

1. OBJETIVOS DO PROGRAMA

- Mapear potenciais talentos em todas as regiões do Brasil;
- Melhorar o nível técnico dos atletas beneficiados, através de avaliações de performance regulares, aplicabilidade de plano de treinos e campings pré-definidos;
- Proporcionar condições adequadas para o desenvolvimento e aprimoramento das equipes de base da modalidade;
- Implementar uma metodologia única treino e planejamento esportivo.

2. VETORES CHAVE

Polos	Técnicos Clubes	Técnicos Polos	Campo de Treinamento Regional e Nacional
Infraestrutura para realização dos campos de treinamento regionais	São ferramentas importantes para identificar talentos e manter os treinamentos nos clubes de origem	Lideram as ações na sua região, agregando clubes e técnicos	Organizados e realizados conforme calendário nacional
Fundamentais na identificação de talentos e treinamento dos integrantes do	Participam dos campos de treinamento regionais	Organizam os campos de treinamento	Integrar técnicos e remadores para evoluir





programa			
Importância na organização dos campos de treinamento regionais	Ativos constantemente no acompanhamento	Compartilham metodologia e reúnem ideias dos técnicos da região	Campos regionais e nacionais realizados com atletas selecionados

3. COMO FUNCIONA O PROGRAMA

A seguir, explicamos qual é o funcionamento básico do programa, as formas de ingresso e de permanência, as responsabilidades e os compromissos importantes para os participantes, e aspectos gerais da organização dos campos de treinamento regionais e nacionais.

3.1. REMADORES

3.1.1 Mapeamento

O remador interessado em participar do NEBAR II deverá enviar seu perfil esportivo através do formulário disponível no site da CBR com a documentação completa, conforme abaixo:

a. Informações antropométricas, pessoais e de contato
b. Declaração de candidatura assinada pelos responsáveis e pelo técnico do clube
<ul style="list-style-type: none">• Avaliações em remoergômetro Concept2: devem ter sido realizadas em até duas semanas antes do envio da candidatura. <p><i>Categoria Sub 17 (nascidos em 2008 adiante)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Teste de pico máximo em watts (10'')• Teste de 1min V20• Teste 4k V20 <p><i>Categoria sub 19 e sub 23 (nascidos entre 2007 e 2002)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Teste de pico máximo em watts (10'')• Teste de 1min V20• Teste de 2000m• Teste 4km V20
c. Vídeo de 20 segundos remando Single Skiff ou Dois Sem





3.1.2 Requisitos para permanência no programa

a. Treinamento e Avaliações: <ul style="list-style-type: none">• Deverá realizar o treinamento mínimo previsto na programação semanal;• Deverá realizar as avaliações previstas no calendário do programa;
b. Campos de treino: <ul style="list-style-type: none">• O treinamento em campos regionais é essencial para progressão dos remadores participantes do programa. A participação é obrigatória em todos os períodos previstos em calendário;
c. Disciplina e comprometimento: <ul style="list-style-type: none">• Boa conduta esportiva individual e coletiva, tanto na rotina do clube quanto em campos de treinamento é primordial.• O comprometimento com o treinamento e com os estudos é um dos principais valores para a evolução do jovem atleta!
d. Remadores que não atendam aos requisitos de permanência serão afastados do programa a qualquer momento da temporada. O reingresso será possível conforme melhora no quesito com resultado insuficiente, submetido pelo Técnico Regional e a Comissão Técnica Nacional.
e. Comparecimento aos treinamentos através de um formulário diário (https://forms.gle/9BFTwxYQKEbsxGiQ6)

3.2. TÉCNICOS RESPONSÁVEIS

Os técnicos responsáveis do programa têm uma intervenção positiva em cada região de atuação pensando no planejamento dos treinos, organização dos atletas em treinos e campos de treinos e o acompanhamento para uma constante evolução dos atletas envolvidos

COMPROMISSOS:

a. Receber e organizar o mapeamento de remadores candidatos ao programa, contribuindo ativamente no processo de ingresso;
b. Manter ampla comunicação com os treinadores da região, orientando sobre planejamento de treinamento, metodologia do programa e ensino;
c. A realização das avaliações periódicas é responsabilidade do Técnico, quando previstas para período de treinamento no clube;
d. Envio de relatório mensal dos remadores do programa;
e. Manter amplo acompanhamento da progressão dos demais remadores do seu clube, motivando-os a evoluírem para ingressarem no programa;
f. Reunir sugestões e inovações dos Técnicos de clubes, para adequações na região e no programa em geral;





g. Receber, compilar e enviar relatórios mensais sobre atividades da região, conforme modelo nacional;
h. Planejar e organizar os campos de treinamento regionais, utilizando como base o Polo RemoBrasil Futuro;
i. Desenvolver estratégias de inclusão e de melhoria dos clubes da região
j. Participar dos campos de treinamento nacionais, liderando os remadores selecionados na sua respectiva região;
k. Acompanhar o engajamento dos clubes da região em atividades de promoção e captação de novos remadores;

3.3 CAMPO DE TREINO REGIONAL

Os campos de treinamento regionais têm grande impacto no desenvolvimento da base do remo, sendo momento de intensa troca entre remadores e técnicos, em ambiente de respeito, com sadia e construtiva competitividade.

3.3.1 Organização e realização

a. Os campos serão realizados em alinhamento com o calendário nacional e regional, permitindo que os remadores e técnicos atendam também aos compromissos competitivos dos seus clubes, preferencialmente, ao mesmo tempo em todas as regiões;
b. O Técnico de cada polo é responsável pela organização geral em trabalho conjunto com os técnicos de clubes;
c. Os campos serão realizados nos Polos estabelecidos em cada região, com suporte da federação local, envolvendo atletas das categorias alvo;
d. O Polo e o Técnico responsável deverão buscar soluções para facilitar ou viabilizar a participação de remadores e técnicos integrantes;
e. Os barcos alvo dos campos de treinamento serão Single Skiff, Double Skiff, Four Skiff, Dois Sem, Quatro Sem, Quatro Com e Oito Com;

3.3.2. Programação, relatórios e planejamento futuro

a. Nos campos de treinamento, será realizado o treinamento, avaliações e outras atividades esportivas e educativas, conforme previsto no programa regional e incrementado pelos técnicos envolvidos;
b. Ao final de cada campo de treinamento, as atividades serão relatadas, com atenção aos aspectos técnicos, comportamentais, indicadores de resultado e planejamento de ações futuras.





3.3.3 Critérios de convocação

a. Serão selecionados cerca de 20 remadores para participação, conforme a realidade de cada região;
b. Os atletas serão selecionados através dos perfis enviado no formulário conforme o item 3.1.1. O técnico responsável de cada polo juntamente com o coordenador técnico do programa e o técnico chefe da CBR fará a convocação dos atletas para os polos pré-definidos, com base nas avaliações enviadas. Podendo ao longo do ano ter ingresso de novos atletas no programa.

3.4. CAMPO DE TREINO NACIONAL

Os campos de treinamento nacionais têm por objetivo envolver remadores e técnicos do programa no evento de maior porte, para treinamento e avaliação de guarnições para possível ingresso na Seleção Brasileira, primando pelos valores esportivos desenvolvidos nos campos regionais.

3.4.1 Organização e realização

a. A CBR viabilizará a realização de dois campos de treinamento nacionais, conforme o calendário estabelecido;
b. Os campos serão realizados no centro de alto rendimento da CBR, ou conforme conveniência em outro local com estrutura adequada, que viabilize a boa organização;
c. Os campos serão subsidiados pela CBR, com o maior investimento possível, dentro dos limites orçamentários. Os atletas selecionados terão suas despesas básicas cobertas pela CBR;
d. Será utilizado equipamento da CBR disponível no local e equipamentos disponibilizados pelos clubes no local do campo;

3.4.2 Programação, relatórios e planejamento futuro

a. Nos campos de treinamento, será realizado o treinamento, avaliações e outras atividades esportivas e educativas, conforme previsto no programa nacional e incrementado pelos técnicos envolvidos;
b. Ao final de cada campo de treinamento, as atividades serão relatadas, com atenção aos aspectos técnicos, comportamentais, indicadores de resultado e planejamento de ações futuras.





3.4.3. Critérios de convocação

a. Serão selecionados entre 16 e 24 atletas para participação dos campos nacionais;
b. Serão selecionados os atletas com os melhores resultados através dos perfis enviado no formulário (item 3.1.1), independente da região do atleta. Este grupo participará do campo nacional, juntamente com técnicos da Seleção Brasileira, com objetivo de formar guarnições para competições internacionais nos próximos anos.

4. ETAPAS DO ANO

Data	Programação / Atividades Previstas	Local
15/fevereiro	Divulgação do informativo do programa	Web site
15/fevereiro a 10/março	Realização dos testes	Clubes
11 a 22/ Março	Envio dos testes	Web Site
2 a 6/ Abril	Capacitação dos Técnicos responsáveis	Online
3 a 5/ Abril	Divulgação dos atletas em cada polo regional	Web Site
12 a 14/ Abril	Camping Regional 1	Polos
1 a 5/ Maio	Camping Nacional 1	Á definir
22 a 26/ Julho	Camping Nacional 2	Á definir
29 a 31/ Agosto	Camping Regional 2	Polos

Obs: Os Campings Regionais poderão sofrer mudanças de datas, caso haja conflitos de datas nos campeonatos estaduais.

