



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY EM CADEIRA DE RODAS

Fundada em 03 de março de 2008 - CNPJ:09.581.629/0001-47

Medalha de Bronze no Panamericano de 2011 e 2013

Campeão Sul Americano 2013 e 2014

Representação no CONADE

Filiada ao Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB

Filiada a International Wheelchair Rugby Federation - IWRF

I FASE DE TREINAMENTO DAS SELEÇÕES BRASILEIRA DE RUGBY EM CADEIRA DE RODAS - EQUIPES A E B

Planejamento

Período: 06 à 10/03

Local: ANDEF, RJ

Atletas Equipe A:

Alexandre Giuriato, Daniel da Silva Gonçalves, Davidson Daniel oliveira Alves, Flavio Henrique de Paula Sacramento, Gilson Dias Wirzma, Guilherme Figueiredo Camargo, José Higino Oliveira Sousa, José Raul Schoeller Guenther, Julio Cezar Braz da Rocha, Marcilio Nunes dos Santos, Miguel Soares Paulino, Rafael Hoffmann.

Atletas Equipe B:

Claudio Portilho Magalhães, Gabriel de Souza Simplício, Ibraim Cantarino Junior, Jairo André da Conceição, Jeferson Aparecido da Silva, Jeferson José Ferreira, Paulo Henrique Amarante Neto, Marcos Henrique Zacarias, Raphael Cardozo, Ricardo Gomes Franchini, Ronaldo Soares Serafim, Tainá Melany Santos.

Comissão Técnica:

Técnicos Equipe A: Ana Paula Boito Ramkrapes e Antonio Manoel Pereira.
Técnicos Equipe B: Luiz Gustavo de Souza Pena e Marcelo Martins Kamarowski
Coordenação Técnica: Michelle Domiciano
Médico: José Luiz da Prata
Fisioterapeuta: Marcia Fernandes
Enfermeiro: Francisco José Oliveira Lopes
Fisiologista: Patricia Vigário
Psicóloga: Rita de Oliveira Souza
Apoios: Severino Fernandes
Mecânico: Marco Aurélio Pereira
Preparador Físico: David Lobato Borges

06/03/2017 – Segunda-Feira

Horário	Atividade
8 hs	Chegada da Delegação no Aeroporto Santos Dumont
9 hs	Saída da Delegação para a ANDEF
10hs	Chegada da Delegação na ANDEF
11:30	Reunião da Diretoria da ABRC com os Técnicos das Equipes A e B
12:00	Almoço
13 às 14 hs	Reunião de Boas Vindas – Diretoria Executiva da ABRC

End. Legal: Av. Rio Branco, 120 – sl. 833 - Centro - Cep: 20040-040, RJ

Website: www.rugbiabrc.org.br / e-mail: diretoria@rugbiabrc.org.br e/ou presidente@rugbiabrc.org.br



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY EM CADEIRA DE RODAS

Fundada em 03 de março de 2008 - CNPJ:09.581.629/0001-47

Medalha de Bronze no Panamericano de 2011 e 2013

Campeão Sul Americano 2013 e 2014

Representação no CONADE

Filiada ao Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB

Filiada a International Wheelchair Rugby Federation - IWRF

14às 14:30hs	Reunião do Dep. Técnico
14:30 às 15 hs	Avaliação dos Atletas pelo Dep. Medicina Esportiva, Enfermagem, Fisioterapia e Apoio.
14 hs às 16hs	
16 hs às 16:30hs	Lanche da tarde (Refeitório)
17 às 19 hs	Avaliação dos Atletas pelo Dep. Medicina Esportiva, Enfermagem Fisioterapia e Apoio.
18hs	Workshop de Psicologia Desportiva (Auditório)
19hs	Jantar
20:30 às 21 hs	Avaliação Geral (Feedback do dia – Comissão Técnica) OBS: TODOS OS INTEGRANTES DA COMISSÃO TÉCNICA DEVERÃO ESTAR PRESENTE.
21 às 22 hs	Avaliação, atendimento e tratamento dos atletas pelo Dep de Saúde (Medicina/Enfermagem/Apoio/ Fisioterapia)
22:00hs	Descanso da Delegação / Início dos Exames de Polissonografia (4 atletas)
Recursos Necessários:	Fichas de Avaliação.

07/03/2017- Terça-Feira

Horário	Atividade
6 às 7:00hs	Atendimento aos Atletas – Dep Saúde (Enfermagem e Apoio)
8:00 às 8:30hs	Café da Manhã
9 às 12hs	Testes Físicos
12 às 13 hs	Almoço
13 às 15 hs	Avaliação/Atendimento dos Atletas pelo Dep Saúde (Medicina, Enfermagem, Fisioterapia, Psicologia e Apoio)
16hs	Lanche da Tarde (Refeitório)
17hs às 21hs	Treino em Quadra (2hs para cada equipe A e B)
20 às 22hs	Jantar
22hs	Avaliação Geral (Feedback do dia – Comissão Técnica) OBS: TODOS OS INTEGRANTES DA COMISSÃO TÉCNICA DEVERÃO ESTAR PRESENTE.
22h30	Avaliação, atendimento e tratamento dos atletas pelo Dep de Saúde (Medicina/Enfermagem/Apoio/ Psicologia/Fisioterapia)
24 hs	Descanso da Delegação/ Início dos Exames de Polissonografia (4 atletas)
Recursos Necessários:	Fichas de avaliação, 02 bolas de Medicine Ball de 1Kg, trena de 20 metros, 20 cones, 10 bolas de rugby, fita para marcar área chave. Coletes e bolas de rugby. Reservar Auditório e/ou sala de jogos.
OBS:	x.x.x

08/03/2017 – Quarta-Feira

End. Legal: Av. Rio Branco, 120 – sl. 833 - Centro - Cep: 20040-040, RJ

Website: www.rugbiabrc.org.br / e-mail: diretoria@rugbiabrc.org.br e/ou presidente@rugbiabrc.org.br



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBYEM CADEIRA DE RODAS

Fundada em 03 de março de 2008 - CNPJ:09.581.629/0001-47

Medalha de Bronze no Panamericano de 2011 e 2013

Campeão Sul Americano 2013 e 2014

Representação no CONADE

Filiada ao Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB

Filiada a International Wheelchair Rugby Federation - IWRF

Horário	Atividade
6 às 8hs	Atendimento aos Atletas – Dep Saúde (Enfermagem e Apoio)
8 às 9hs	Café da manhã
9h30 às 13h30	Treino em quadra (2hs para cada equipe A e B)
12h às 14hs	Almoço
14 às 15 hs	Avaliação/Atendimento dos Atletas pelo Dep Saúde (Medicina/Enfermagem/Apoio/ Psicologia/Fisioterapia)
15 hs às 17hs	Treino tático com vídeo (uma hora para cada equipe A e B)
16hs	Lanche da Tarde durante o treino tático
17 às 21hs	Treino em Quadra (2hs para cada equipe A e B)
20 às 22hs	Jantar
22hs	Avaliação Geral (Feedback do dia – Comissão Técnica) OBS: TODOS OS INTEGRANTES DA COMISSÃO TÉCNICA DEVERÃO ESTAR PRESENTE.
22h30	Avaliação, atendimento e tratamento dos atletas pelo Dep de Saúde (Medicina/Enfermagem/Apoio/ Psicologia/Fisioterapia)
24hs	Descanso da Delegação /Início dos Exames de Polissonografia (4 atletas)
Recursos Necessários:	x.x.x.x

09/03/2017 – Quinta-Feira

Horário	Atividade
6 às 8hs	Atendimento aos Atletas – Dep Saúde
9hs	Café da Manhã
11 às 13hs	Treino de Quadra (Coletivo)
12h às 14hs	Almoço
14 às 15 hs	Avaliação/Atendimento dos Atletas pelo Dep Saúde
15 hs às 17hs	Treino tático com vídeo (uma hora para cada equipe A e B)
16hs	Lanche da Tarde durante o treino tático
17 às 19hs	Treino em Quadra (Coletivo)
20 às 22hs	Jantar
22hs	Avaliação Geral (Feedback do dia – Comissão Técnica) OBS: TODOS OS INTEGRANTES DA COMISSÃO TÉCNICA DEVERÃO ESTAR PRESENTE.
22h30	Avaliação, atendimento e tratamento dos atletas pelo Dep de Saúde (Medicina/Enfermagem/Apoio/ Psicologia/Fisioterapia)
24hs	Descanso da Delegação/ Início dos Exames de Polissonografia (4 atletas)
Recursos Necessários:	x.x.x.x



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY EM CADEIRA DE RODAS

Fundada em 03 de março de 2008 - CNPJ:09.581.629/0001-47

Medalha de Bronze no Panamericano de 2011 e 2013

Campeão Sul Americano 2013 e 2014

Representação no CONADE

Filiada ao Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB

Filiada a International Wheelchair Rugby Federation - IWRF

10/03/2017 – Sexta-Feira

Horário	Atividade
Recursos Técnicos Necessários:	Vans de passeio e de carga.

OBS:

- ✓ Para o exame de polissonografia, serão escolhidos 16 atletas, oito da equipe A e oito da equipe B. Os nomes serão informados após primeira avaliação do departamento de saúde. Em outra etapa de treinamento ou no Campeonato Brasileiro, vamos fazer um esforço redobrado para que os demais atletas tenham também a oportunidade de fazer o exame, pois só temos quatro aparelhos disponíveis.
- ✓ A apresentação da Delegação Brasileira de Rugby em Cadeira de Rodas, será no dia 06 de março, às 8 horas, no embarque do Aeroporto Santos Dumont, com excessão do Sr. Luiz Claudio Pontes e do Sr. José Luiz da Prata, pois, estes se apresentarão na ANDEF às 11 hs.
- ✓ Os atletas que residem no RJ, poderão se apresentar até as 11:30hs na ANDEF. Quem não cumprir o determinado poderá sofrer sanções administrativas disciplinares.
- ✓ Todos os atletas deverão trazer forros protetores de colchão, squeezes para hidratação, seus materiais/equipamentos, suplementos nutricionais e medicamentos para uso diário.
- ✓ Todos os atletas deverão se apresentar com o equipamento (cadeira de rodas e implementos) em plenas condições de uso e trazer materias para reposição (câmaras de ar, luvas etc).
- ✓ A ABRC levará uma cadeira de banho.
- ✓ Os atletas obrigatoriamente deverão entregar no ato da avaliação os exames solicitados pelo Dep. de Medicina Esportiva da ABRC impressos. Não serão aceitos protocolos. Quem não cumprir o determinado poderá sofrer sanções administrativas disciplinares.
- ✓ Serão realizados 16 Exames de Polissonografia durante esta Fase de Treinamento, sendo 08 exames para os atletas da Equipe A e 08 da Equipe B. O Departamento de Saúde divulgará os nomes dos atletas que serão submetidos a esse exame, após a avaliação, obedecendo os critérios para a realização do mesmo.

End. Legal: Av. Rio Branco, 120 – sl. 833 - Centro - Cep: 20040-040, RJ

Website: www.rugbiabrc.org.br / e-mail: diretoria@rugbiabrc.org.br e/ou presidente@rugbiabrc.org.br



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBYEM CADEIRA DE RODAS

Fundada em 03 de março de 2008 - CNPJ:09.581.629/0001-47

Medalha de Bronze no Panamericano de 2011 e 2013

Campeão Sul Americano 2013 e 2014

Representação no CONADE

Filiada ao Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB

Filiada a International Wheelchair Rugby Federation - IWRF

*"Algumas pessoas querem que aconteça;
outras desejam que aconteça; outras fazem acontecer."*

Michael Jordan

Sejam todos bem vindos a I Fase de Treinamento das Seleções Brasileira de Rugby em Cadeira de Rodas!

Luiz Claudio Pereira

**Associação Brasileira de Rugby em Cadeira de Rodas
Presidente**