Convênio nº 812775/2014

Relatório de Cumprimento do Objeto

Projeto Olímpico CBDN – Ano 3

CBDN CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS NA NEVE

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

I. Histórico

O presente projeto teve como foco a proposta de detecção, desenvolvimento e preparação de atletas de modalidades Olímpicas de neve, Biathlon, Cross Country, Ski Alpino, Ski Freestyle e Snowboard, por meio da utilização de conhecimento das áreas da ciencia aplicada ao esporte e etapas de treinamento no Brasil e no exterior. Dentre as principais atividades realizadas com os recursos financeiros destinados à este projeto, tem-se a contração de profissionais voltados para as atividades técnicas de apoio aos atletas das diversas modalidades esportivas integrantes do escopo de esportes Olímpicos praticados na neve, aquisição de materiais esportivos e realização de treinamentos e testes físicos, que incluiam ajuda de custo de manutenção, hospedagem e transporte aéreo dos atletas e equipe técnica durante o período do projeto.

Os investimentos realizados proporcionaram incremento significativo de performance das equipes da CBDN, culminando com a obtenção de recordes, classificações inéditas, além de títulos e medalhas nunca obtidos por atletas brasileiros.

O presente relatório apresenta detalhamento a execução do projeto à luz do objeto, objetivos gerais e específicos, metas e cronograma propostos.

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

a) *Atividades realizadas:*

→ contratação da equipe técnica multidisciplinar de Cross Country e Biathlon de inverno, composta por: treinador chefe de Biathlon de Inverno, preparador físico, psicólogo esportivo, fisioterapeuta, treinador de Cross Country no exterior e treinador de Cross Country no Brasil.

→ contratação da equipe técnica multidisciplinar de Snowboard composta por: Treinador de Snowboard e psicólogo esportivo de Snowboard;

→ Contratação da equipe técnica multidisciplinar de Ski Freestyle composta por: treinador de Ski Freestyle, treinador acrobático no Brasil, preparador físico e fisioterapeuta;

→ Contratação de preparador físico de ski alpino;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento das equipes de Cross Country e Biathlon de inverno na Suécia;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento das equipes de Cross Country e Biathlon de inverno na Áustria;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento das equipes de Cross Country e Biathlon de inverno na Argentina;

→ Realização de *camps* de treinamento das equipes de Cross Country e Biathlon de inverno em São Carlos (SP), São Paulo (SP) e Gramado (RS);

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento da equipe de Ski Freestyle nos Estados Unidos;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento da equipe de Ski Freestyle em Belarus;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento da equipe de Ski Freestyle no Chile;

→ Realização de *camp*s de treinamento da equipe de Ski Freestyle em São Roque (SP) e Gramado (RS);

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento da equipe de Ski Alpino no Chile;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento da equipe de Snowboard no Chile;

→ Realização de *camps* internacionais anuais de treinamento das equipes de Snowboard nos Estados Unidos;

→ Realização de testes físicos anuais em São Paulo (SP), incluindo avaliações físicas, médicas e nutricionais;

→ Acesso ao centro de treinamento das modalidades de endurante, ski cross country e biathlon de inverno, no Canadá.

→ Aquisição de 55 pares completos de *rollerskis* para o treinamento de Cross Country e Biathlon de Inverno em território nacional;

→ Aquisição de 8 bicicletas, remo ergômetro e 3 ski ergômetro para treinamento das equipes de Cross Country e Biathlon de Inverno em território nacional;

b) *Principais resultados quantitativos e qualitativos obtidos*:

→ Realização dos testes físicos anuais em São Paulo no mês de junho de 2015 e maio de 2016 e 2017, reunindo atletas e treinadores de todas as modalidades, compreendendo exames médicos, avaliação nutricional, testes físicos gerais e específicos para cada modalidade, além de palestras motivacionais e educacionais acerca de temas que permeiam o esporte de alto rendimento;

→ Realização de 75 dias de *training camps* de Cross Country e Biathlon, reunindo atletas das equipes nacionais, nas cidades de São Carlos, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento em ambiente controlado;

→ Realização de 10 dias de *training camps* de Cross Country e Biathlon, reunindo atletas das equipes nacionais, na cidade de Gramado, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 41 dias de *training camps* de Cross Country e Biathlon, reunindo atletas das equipes nacionais, na Argentina, utilizando Ushuaia como base para treinamento técnico específico, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 39 dias de *training camps* de Cross Country e Biathlon, reunindo atletas das equipes nacionais, na Suécia, para treinamento técnico específico, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 77 dias de *training camps* de Cross Country e Biathlon, reunindo atletas das equipes nacionais, na Áustria, para treinamento técnico específico, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 92 dias de *training camps* de Ski Freestyle, reunindo atletas das equipes nacionais, nas cidades de São Roque e São Paulo, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento em ambiente controlado;

→ Realização de 12 dias de *training camps* de Ski Freestyle, reunindo atletas das equipes nacionais, na cidade de Gramado, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 33 dias de *training camps* de Ski Freestyle, reunindo atletas das equipes nacionais, no Chile, utilizando a região de El Colorado, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 99 dias de *training camps* de Ski Freestyle, reunindo atletas das equipes nacionais, nos Estados Unidos, utilizando Park City como base para treinamentos acrobáticos em rampa artificial e na neve, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 60 dias de *training camps* de Ski Freestyle, reunindo atletas das equipes nacionais, na Belarus, utilizando a cidade de Minsk como base para treinamentos acrobáticos em rampa artificial, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 174 dias de *training camps* de Snowboard, reunindo atletas da equipe nacional, no Chile, utilizando a região de El Colorado, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 34 dias de *training camps* de Snowboard, reunindo atletas da equipe nacional, nos Estados Unidos, utilizando Copper Mountain como base para

treinamentos técnicos específicos, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Realização de 15 dias de *training camps* de Ski Alpino, reunindo atletas da equipe nacional, no Chile, utilizando a região de Valle Nevado, proporcionando períodos importantes de intensificação de treinamento específico em ambiente controlado;

→ Treinamento das equipes brasileiras de Ski Alpino, Snowboard, Cross Country, Biathlon de Inverno e Ski Freestyle acompanhados por equipes técnicas multidisciplinares durante 26 meses, envolvendo 14 profissionais e beneficiando 85 atletas, sendo 55 deles parte das categorias de base das equipes brasileiras;

→ Consolidação da liderança continental brasileira. Conforme o objetivo geral proposto pelo projeto, a meta de conquistar 20 novas posições entre os melhores atletas do continente na categoria junior foi alcançada, registrando 52 posições Top 5 + Top 15, comparado com 17 antes do projeto, sendo 18 dessas no Top 5 do Ranking Latino Americano mais do que o triplo, quando comparado ao início do projeto (5).

→ Consolidação da liderança continental brasileira também na categoria adulta, passando de 16 para 23 posições no Top 5 dos rankings Latino Americanos de neve, e de 37 para 45 posições no Top 15 dos mesmos rankings.

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

→ No total, o Brasil figura agora em 120 posições continentais TOP 15, entre os rankings adulto e junior das modalidades de neve, sendo 41 delas no TOP 5, um aumento de mais de 70%, superando o objetivo estipulado no projeto.

→ Durante o projeto, 11 atletas alcançaram o índice técnico para os Jogos Olímpicos de Inverno de PeyongChang, recorde absoluto nacional;

→ Durante o período de execução do projeto, os atletas brasileiros de neve quebraram 21 recordes brasileiros 31 vezes, sendo 13 recordes adultos quebrados 21 vezes e 8 recordes júnior quebrados 10 vezes;

→ Os brasileiros conquistaram 193 medalhas internacionais em 6 modalidades diferentes, entre elas 99 medalhas em competições oficiais válidas para o ranking mundial das modalidades;

→ Os atletas da CBDN conquistaram 99 medalhas em provas oficiais, entre elas 36 de ouro, 32 prata e 31 de bronze;

→ Durante o período do projeto, o Brasil foi representado em 370 provas, sendo 293 oficias, somando 1160 starts;

→ Isabel Clark conquistou durante o período 10 medalhas na Copa Sul-Americana, sendo 9 delas de Ouro e 1 de Bronze, sangrando-se Campeã Sul-Americana na temporada 2015-16 e vice campeã em 2016-17;

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

→ Isabel Clark chegou em 88% das finais da Copa do Mundo de Snowboard Cross, terminando o período no TOP 20 da Olympic Quota Allocation List, ranking que decide as 30 atletas que se classificação para os Jogos Olímpicos de 2018;

→ Michel Macedo quebrou 4 recordes brasileiros de Ski Alpino 8 vezes, incluindo o recorde brasileiro de Slalom com 32,90 ponto FIS, melhor resultado absoluto da história do país;

→ Michel Macedo conquistou 8 melhas em provas oficiais durante o período, sendo 1 de Ouro, 4 de prata e 3 de bronze, figurando agora como o atleta brasileiro mais premiado da modalidade;

→ O jovem atleta Michel Macedo conquistou o TOP 15 na prova de Super G dos Jogos Olímpicos da Juventude, melhor resultado da história brasileira na modalidade em eventos Olímpicos;

→ Michel termina o período no Top 3 do Ranking Latino Americano Junior de 4 disciplinas, Slalom, Slalom gigante, Super g e Downhill;

→ Guilherme Grahn quebrou 2 recordes brasileiros de Ski Alpino 3 vezes;

→ Guilherme conquista sua primeira medalha de ouro em provas oficiais, durante a prova FIS de Bollnaes, na Suécia;

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

→ Jaqueline Mourão conquista 5 resultados abaixo de 100 pontos FIS de Cross Country durante o projeto;

→ Os resultados da atleta renderam duas medalhas na Copa Norte Americana de Cross Country, um dos mais importantes circuitos da modalidade;

→ Jaqueline quebrou 3 recordes brasileiros 4 vezes ao longo do projeto;

→ A atleta lidera os Rankings Latino Americano de Sprint e Distance;

→ Com os resultados Jaqueline conquistou ainda, o inédito índice para participação direta no Campeonato Mundial Nórdico de 2017;

→ Victor Santos quebrou 5 recordes brasileiros de Cross Country 6 vezes durante o projeto;

→ Victor conquistou ainda 10 medalhas oficias na modalidade, sendo 4 de Ouro, 4 de Prata e 2 de Bronze;

→ Lucas Lima conquista o melhor resultado brasileiro masculino de cross country em provas no hemisfério norte, ao registrar 177.26 pontos FIS na prova de 10 km em técnica livre na Eslováquia;

→ Lucas Lima conquista o melhor resultado brasileiro em Campeonatos Mundias Junior de Cross Country ao registrar 230.27 pontos FIS na prova de 10 km em técnica livre;

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

→ A equipe Brasileira enviada ao Campeonato Patagônico, o Sul-Americano de Cross Country até 16 anos, contou com 6 atletas em cada temporada que conquistaram 8 medalhas, sendo 6 de Ouro e 2 de prata;

→ O jovem atleta Rhaick Bomfim conquistou a medalha de Ouro na categoria Sub-14 do troféu patagônico, realizado em Bariloche, Argentina no dia 26 de Setembro 2015. Pela performance destacada, o atleta recebeu, pelo segundo ano consecutivo, o prêmio Francisco Jerman, dado ao melhor atleta do evento;

→ O jovem atleta Rhaick Bomfim conquistou a 31ª colocação de 165 participantes no Trofeo Topolino, um dos mais importantes eventos U16 do mundo;

→ Rhaick Bomfim conquista 3 resultados Top 5 em provas Austríacas Sub-16 de cross country;

→ Eduarda Ribeira se tornou a primeira atleta do Brasil a conquistar uma medalha em campeonatos infantis internacionais ao chegar na segunda colocação da prova de 3 km técnica livre do Campeonato Patagonico de 2016;

→ Classificação inédita para os Jogos Olímpicos da Juventude de 2016 no Ski Cross Country, quando Altair Firmino representou o país em 3 provas da modalidade, com destaque para o resultado conquistado dentro do índice Olímpico;

→ Gabriela Neres quebrou 2 recordes júnior de Biathlon de Inverno 2 vezes;

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

→ A atleta Mirlene Picin conquistou 2 medalhas na etapa de Portillo, Chile, do Sul-Americano de Biathlon de Inverno;

→ Primeira participação da história do país em um revezamento da IBU, quando as atletas Bruna Moura e Gabriela Neres junto com Leandro Lutz e Caio Moreira, realizam o revezamento misto da IBU Cup 2, em Ridnaun, Italia;

→ O Brasil participou com 7 atletas de 28 provas válidas por 19 etapas de Copa do Mundo em 4 diferentes modalidades;

→ O Brasil participou com 11 atletas de 29 provas válidas por Campeonatos Mundiais em 4 modalidades diferentes;

→ Consolidação do PMA – *Projeto de Monitoramento Avançado*, projeto iniciado na temporada 2012/2013, monitorando o atleta Olímpico de Cross Country, Leandro Ribela, através de instrumentos psicométricos de avalição, entre eles a PSE – Percepção Subjetiva de Esforço, DALDA – *Daily Analyses of Life Demand in Athletes*, WURSS-21 – *Wisconsin Upper Respiratory Symptom Survey* e o TQR – *Total Quality Recover*, método pelo qual 15 atletas são hoje monitorados;

→ Durante o projeto, a CBDN teve 04 trabalhos cientificos aprovados e publicados, com destaque para o primeiro artigo científico internacional publicado pela organização: Speed and power predictors of change of direction ability in elite snow

athletes na revista Journal of Human Sport & Exercise, abaixo a lista completa de todos os trabalhos publicados:

-> INFLUÊNCIA DO TIPO DE TREINAMENTO NO DESEMPENHO DOS ATLETAS DA SELEÇÃO BRASILEIRA JUNIOR DE SKI CROSS-COUNTRY, publicado no 38º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte – CELAFISCS;

-> O DESEMPENHO DE POTÊNCIA DOS ATLETAS DE NEVE DA EQUIPE NACIONAL É DEPENDENTE DA MODALIDADE?, publicado no VI Congresso de Ciência do Desporto e V Simpósio Internacional de Ciência do Desporto;

-> INFLUÊNCIA DO NÍVEL E DA FASE DA COMPETIÇÃO EM PARÂMETROS DE DESEMPENHO EM COMPETIÇÕES DE VELOCIDADE DE ROLLERSKI, publicado no 39º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte – CELAFISCS;

-> Speed and power predictors of change of direction ability in elite snow athletes, publicado na revista científica internacional JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE;

→ Criação de programa de educação para desenvolvimento de conhecimento e capacitação de pessoas para trabalhar nas modalidades de neve de acordo com planejamento de longo prazo da entidade, realizando 4 cursos, com 62 participantes ao longo do projeto;

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

→ Disseminação e desenvolvimento de conhecimento técnico das modalidades de neve através de aulas em Universidades, no total foram 05 aulas em 03 instituições de ensino superior atingindo aproximadamente 180 futuros profissionais de esporte e educação física;

→ Desenvolvimento de ciência e tecnologia para apoio ao planejamento, controle e ajuste do treinamento dos atletas através da criação de dois bancos de dados para resultados esportivos e desempenho em testes físicos, com mais de 3500 resultados sobre 86 diferentes variáveis, gerando 112.520 dados distintos;

→ Na área de comunicação, mais de 344 horas de conteúdo sobre os esportes de Neve foram ao ar em canais de televisão abertos e por assinatura;

→ Durante a realização do projeto, a fan page do Facebook da CBDN registrou mais de 695.000 vizualições organicas;

→ 179 releases foram elaborados e distribuidos para a imprensa;

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

II. Descrição

a) Cenário anterior:

O desempenho esportivo é influenciado por inúmeros aspectos tanto ambientais quanto individuais. Nesse cenário, a melhoria do desempenho esportivo da forma mais eficiente está diretamente relacionada ao controle e eficiencia dos aspectos ambientais, como carga de treinamento, tipo de treinamento, periodização da temporada, entre outros, uma vez que os aspectos individuais, como a genética e passado esportivo de um atleta, não são controláveis.

Adicionalmente, é preciso considerar o cenário em que se inserem as modalidades de neve: esportes individuais que envolvem riscos elevados (velocidades de até 140km/h, saltos, acrobacias, descidas com múltiplos participantes e até mesmo em alguns casos, obstáculos nas pistas) e condições climáticas extremas (altitude, frio, vento e nevascas), que tornam a melhoria do desempenho esportivo ainda mais complexa.

Asssim, o presente projeto teve como principal objeto, a melhora do desempenho esportivo dos atletas brasileiros das modalidades olímpicos de neve.

Para tanto, a CBDN busca ativamente os melhores métodos para desenvolver seus atletas, nos aspectos controláveis do treinamneto, apoiada pelo desenvolvimento e aplicação de diversas áreas da ciencia aplicada ao esporte, com foco no oferecimento dos estimulos de treinamento corretos através de uma equipe multidisciplinar de qualidade e infraestrutura adequada para os treinamentos, no Brasil e no exterior.

CBDN
Confederação Brasileira de Desportos na Neve

b) *A relevância ou resultado esperado*:

O Projeto Olímpico CBDN visa oferecer para as equipes brasileiras das modalidades de neve as melhores condições de desenvolvimento dentro dos aspectos controláveis do treinamento, de forma a melhorar o desempenho esportivos dos atletas brasileiros nas modalidades Olímpicas de neve.

Para tanto, o projeto foi estruturado embasando-se no que há de mais moderno em termos de metodologia de treinamento, e no oferecimento de suporte técnico de qualidade, através das equipes multidisciplinares, e infra estrutura de qualidade para treinamentos, tanto no Brasil quanto no exterior.

Desta forma, durante o Projeto Olímpico CBDN – Ano 3, suporte individualizado e personalizado a cada um dos beneficiarios foi oferecido, visando à máxima qualidade de treinamento, através de uma equipe multidisciplinar qualificada e de um programa de treinamento individual. Programa esse desenvolvido com base em no estabelecimento de metas em três áreas – física, técnica e psicológica – elaborado pelos profissionais das respectivas áreas de forma interdisciplinar.

Os dados gerados durante a execução do projeto foram analisados semanalmente, de forma a trazer feedback para a equipe multidisciplinar controlar e ajustar o treinamento dos atletas em todos seus detalhes.

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

Com o suporte oferecido, almejou-se maximizar a eficiencia no desenvolvimento esportivo de atletas, e consequentemente seus resultados, projetando a consolidação da liderança continental brasileira nos esportes de neve.

c) *O impacto ou benefícios:*

O projeto Olímpico CBDN – Ano 3 faz parte do ciclo Olímpico de PeyongChang (2014-2018) visando, além da preparação dos atletas brasileiros para os Jogos, o desenvolvimento do pais nas modalidades de neve pautadas pelo planejamento estratégico de longo prazo desenvolvido pelo CBDN, focando nesse período, a consolidação do pais no cenário Latino Americano das modalidades Olímpicas de Neve, principalmente no que diz respeito ao posicionamento do Brasil nas categorias junior dessa modalidade.

Durante o projeto, 85 atletas de 5 modalidades Olímpicas foram beneficiados, com suporte técnico de qualidade e acesso à locais de treinamento no Brasil e no exterior adequados à necessidade de cada um.

Além disso, o projeto permitiu relevante desenvolvimento e aplicação de ciência em diversas áreas do esporte. Como resultado, diversos estudos foram publicados pela entidade, bancos de dados e análises foram desenvolvidos, resultando em treinamento mais eficiente para os atletas, conforme abaixo:

-> INFLUÊNCIA DO TIPO DE TREINAMENTO NO DESEMPENHO DOS ATLETAS DA SELEÇÃO BRASILEIRA JUNIOR DE SKI CROSS-COUNTRY, publicado no 38º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte – CELAFISCS;

-> O DESEMPENHO DE POTÊNCIA DOS ATLETAS DE NEVE DA EQUIPE NACIONAL É DEPENDENTE DA MODALIDADE?, publicado no VI Congresso de Ciência do Desporto e V Simpósio Internacional de Ciência do Desporto;

-> INFLUÊNCIA DO NÍVEL E DA FASE DA COMPETIÇÃO EM PARÂMETROS DE DESEMPENHO EM COMPETIÇÕES DE VELOCIDADE DE ROLLERSKI, publicado no 39º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte – CELAFISCS;

-> Speed and power predictors of change of direction ability in elite snow athletes, publicado na revista científica internacional JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE;

- banco de dados de resultados em testes físicos e técnicos com mais de 1300 medidas de desempenho de 64 atletas;

- banco de dados de desempenho em competição com mais 100.000 dados sobre os atletas;

Considerando o objetivo geral proposto durante o projeto, em especial, a consolidação do Brasil nos rankings continentais, o impacto do projeto foi superior ao esperado, passando de 17 posições nos TOP 5 e TOP 15 nos rankings júnior para

52 posições, 15 acima do objetivo traçado de 37 posições nos TOP 5 e TOP 15 dos rankings Latino Americanos junior.

Adicionalmente, o objetivo de manutenção da posição continental conquistada até então nos rankings adultos, 53 até a aprovação do projeto, também foi superada, terminando o projeto com 68 posições nos TOP 5 e TOP 15.

Assim, o convênio Nº: 812775/2014 possibilitou às modalidades de neve do Brasil um período de desenvolvimento acelerado, incluindo 31 quebras de recordes brasileiros, a consolidação do Brasil na liderança continental assumindo 120 posições nos TOP 5 e TOP 15 dos rankings Latino Americanos adulto e junior, sendo 41 no TOP 5 e 79 no TOP 15 cumprindo assim o objetivo geral traçado para o projeto.

d) *A área geográfica:*

Não se aplica ao projeto

e) *As características demográficas, socioeconômicas, ambientais e culturais da população; e o estágio de organização e mobilização das comunidades, quando for o caso:*

Não se aplica ao projeto

III. Objetivo Geral:

Consolidar a posição de liderança no cenário latino-americano de esportes de neve, ocupando 62 posições no TOP 15 e 28 posições no TOP 5 dos rankings latino-americanos junior e adulto somados no último ranking vigente dentro do período do presente projeto.

IV. Objetivos Específicos:

→ Viabilizar recursos para a contratação de profissionais qualificados nas diversas áreas esportivas necessárias para o desenvolvimento dos atletas brasileiros;

→ Viabilizar recursos para prover a estrutura e o apoio operacional – deslocamentos aéreos, hospedagem e alimentação – necessários para realização dos encontros técnicos e training camps;

→ Viabilizar recursos para a implantação de um centro de treinamento de endurance.

V. Etapas/Fases

1) *Profissionais Contratados*

A contratação de 14 profissionais que trabalharam no desenvolvimento das equipes brasileiras foi uma das etapas mais importantes do projeto. A seguir detalhamos um

breve histórico das funções e atividades exercidas, bem como resultados mais importantes obtidos e o período de execução. Mais à frente, no item "Equipe Técnica", os referidos profissionais são novamente relacionados, com seus nomes e currículos.

a) *Preparador físico de Cross Country e Biathlon de Inverno:*

Ao longo de todo o período de execução do convênio, as equipes de Cross country e Biathlon de inverno receberam suporte na preparação física e estabelecimento de metas, através da execução de um plano de treinamento anual, reavaliado e suportado periodicamente através dos resultados dos testes físicos e competições realizadas. Além disso, o suporte foi também oferecido em alguns dos *training camps* da equipe e nos testes físicos.

Os serviços oferecidos foram de fundamental importância no planejamento e acompanhamento dos treinamentos da equipe, periodizando a preparação física dos atletas.

b) *Psicólogo Esportivo de Cross Country e Biathlon de Inverno:*

Ao longo de todo o período de execução do convênio, as equipes de Cross country e biathlon de inverno receberam suporte intensivo e extensivo de preparação psicológica, desenvolvendo com sucesso as habilidades psicológicas dos atletas da

equipe, através de diferentes atividades e instrumentos. O suporte foi oferecido também durante alguns dos training camps e dos testes físicos, além de treinamentos e competições. Através de reunioes em grupo, sessoes individuais, dinamicas em grupo, palestras, Workshops e consultoria virtual (e-mails e Skype), o desenvolvimento dessa área auxiliou as equipes de Cross Country e Biathlon a atingirem suas metas durante o período do projeto.

c) *Fisioterapeuta de Cross Country e Biathlon:*

Ao longo de todo o período de execução do convênio, as equipes de Cross Country e Biathlon de inverno receberam apoio de fisioterapia, através de diferentes atividades e instrumentos. Os serviços foram oferecidos inclusive em alguns dos training camps e testes físicos e acompanhou o desenvolvimento dos atletas durante os treinamentos e competições. A atuação se deu no campo da reabilitação, prevenção e emergência em qualquer desordem ou lesão musculoesquelética através de métodos analgésicos, anti-inflamatórios e regenerativos, com técnicas de eletroterapia, cinesioterapia e terapias manuais realizados em sessões individuais e de acordo com a necessidade de cada atleta, entre sessões de treinamento e em necessidades específicas de cada atleta.

Dado o alto volume e intensidade de treinamentos exigido pelas modalidades em questão, a fisioterapia foi de fundamental importância no suporte aos atletas da

equipe e manutenção da saúde muscoloesquelética para lidar com as altas cargas impostas pela modalidade.

d) Nutricionista esportivo:

A CBDN realizou, como parte dos testes físicos de 2015 e 2016, a avaliação da composição corporal dos atletas de neve através do exame de bioimpedância e posterior consulta com nutricionista especializada em nutrição esportiva.

Adicionalmente, o profissional em questão trabalhou junto a equipe técnica de cada modalidade para a criação de um plano de nutrição para cada atleta com metas de composição corporal, monitorando os resultados e ajustando o plano ao longo do projeto.

e) Médico do Esporte:

De acordo com as normas estabelecidas pelo COB e preocupada com o pleno desenvimento dos atletas e, consequentemente, com sua saúde e bem estar, o projeto viabilizou a realização de exames médicos anuais. Sob a supervisão de um médico especialista em medicina do esporte, a realização dos exames constituiu uma importante etapa para a liberação médica visando a participação esportiva/competitiva, além de avaliar a capacidade cardiovascular dos atletas avaliados. No total, 25 atletas de 5 modalidades esportivas realizaram os testes.

f) Treinador Acrobático de Freestyle:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, a equipe de freestyle recebeu serviços de treinamento acrobático de qualidade, através de diferentes atividades, em especial, desenvolvimento das habilidades acrobáticas em trampolim acrobático e transição dessas habilidades para o salto com ski, em rampa artificial e na neve.

g) Preparador físico de Ski Alpino e Ski Freestyle:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, as equipes de freestyle e ski alpino receberam serviços de treinamento físico de qualidade com abordagem individualizada, focando primeiro diagnosticar onde o atleta se encontra dentro da curva do plano de treinamento de logo prazo para então traçar metas e objetivos de acordo com as necessidades de cada atleta. Adicionalmente, o controle e ajuste do treinamento e das cargas, tanto físicas quanto técnica, foram oferecidos através do Programa de Monitoramento Avançado.

h) Treinador de Cross Country no Brasil:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, a equipe de ski cross country recebeu serviços de treinamento técnico de qualidade, no Brasil, através do rollerski, equipamento que emula a técnica do ski cross country, e que foi integrado pela FIS – Federação Internacional de Ski, ou seja, provas de rollerski valem para o ranking internacional de ski cross country. Durante o período, o treinamento teve foco no desenvolvimento técnico dos atletas, realizando atividades na cidade de São Paulo,

e camps de treinamento em São Carlos, onde é possível intensificar os treinamentos em ambiente controlado, viabilizando uma periodização ótima para os atletas.

i) Fisioterapeuta de Aerials:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, a equipe de Aerials recebeu suporte de fisioterapia, através de diferentes atividades e instrumentos. Devido ao perfil da modalidade de alta intensidade e considerável impacto em articulações, a atuação se deu no campo da reabilitação, prevenção e emergência em caso de qualquer sinal e sintoma de lesão musculoesquelética, ligamentar ou traumas ósseos, através de métodos ultrassom, eletroestimulação, laser, estímulos de resistência muscular localizada, para ganho estabilidade articular e muscoesquelética e ganho de flexibilidade ligamentar, realizados em sessões individuais e de acordo com a necessidade de cada atleta.

j) Treinador de Snowboard:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, o treinador de Snowboard prestou serviços na qualidade de treinador chefe da equipe, sendo o responsável pela equipe multidisciplinar da modalidade, unindo as metas físicas e psicológicas de cada atleta aos treinamentos e parâmetros técnicos quantitativos e qualitativos. Ademais, traçou o planejamento competitivo e de ciclos de treinamentos durante as temporadas, selecionando datas, locais de treinamento e competição.

O treinador conquistou resultados expressivos em etapas da Copa do Mundo de Snowboardcross e títulos da Copa Sul-americana. O profissional foi ainda fundamental no acompanhamento da equipe em viagens internacionais, participando das reuniões de treinadores e preparação das pranchas e esteve presente nos testes físicos.

k) Treinador de Cross Country:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, o treinador prestou serviços na qualidade de treinador chefe de Cross Country, sendo o responsável pelo desenvolvimento da equipe multidisciplinar da modalidade, colaborando e dando suporte ao estabelecimento das metas físicas e psicológicas de cada atleta, aos treinamentos e parâmetros técnicos quantitativos e qualitativos, através análise da técnica do movimento por meio de vídeos e acompanhamento do desenvolvimento da performance por meio de testes de campo, simulados de provas e treinamentos de intensidade. No período, o treinador teve papel fundamental nas marcas da atleta Jaqueline Mourão, que encerrou o período do convênio líder dos ranking Latino-americano de Cross Country Sprint e Distance.

O profissional foi ainda fundamental no acompanhamento da equipe em viagens internacionais, participando das reuniões de treinadores e preparação dos esquis e esteve presente nos testes físicos.

l) Psicólogo Esportivo de Snowboard:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, o psicólogo apoiou a equipe de Snowboard de maneira intensiva e extensiva, desenvolvendo com sucesso as habilidades psicológicas nos atletas da equipe.

O profissional utilizou sessões presenciais e à distância com cada um dos integrantes da equipe de treinamento, atletas, técnico, assim como através de sessões com parte da equipe e com a equipe completa. Sua participação envolveu ainda trabalho na pista, nos treinamentos no Chile, em análises de vídeo, em mentalizações e nas competições, trabalhando ativamente e em coordenação com a área técnica para potencializar os recursos e controlar todos os aspectos relevantes nos contextos de competição.

m) Treinador de Biathlon:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, o treinador prestou serviços na qualidade de treinador de Biathlon, sendo o responsável pela equipe multidisciplinar da modalidade, unindo as metas físicas e psicológicas de cada atleta aos treinamentos e parâmetros técnicos quantitativos e qualitativos.

O profissional foi ainda fundamental no acompanhamento da equipe em viagens internacionais, participando das reuniões de treinadores e preparação dos esquis. Ademais, traçou o planejamento competitivo e de ciclos de treinamentos para a equipe durante as temporadas, selecionando datas, locais de treinamento e

competições, sendo o responsável pela logística destes períodos em um programa de desenvolvimento esportivo específico para a Equipe Brasileira de Biathlon.

n) Treinador de Freestyle:

Ao longo de todo o período de execução do convênio, o treinador prestou serviços na qualidade de treinador assistente de Freestyle, sendo o responsável pela equipe da modalidade, unindo as metas físicas e psicológicas de cada atleta aos treinamentos e parâmetros técnicos quantitativos e qualitativos.

O profissional foi ainda fundamental no acompanhamento da equipe em viagens internacionais, participando das reuniões de treinadores e preparação dos esquis e esteve presente nos testes físicos realizados na cidade de São Paulo.

Ademais, traçou o planejamento competitivo e de ciclos de treinamentos para a equipe durante as temporadas, selecionando datas, locais de treinamento e competições, sendo o responsável pela logística destes períodos em um programa de desenvolvimento esportivo específico para a Equipe de Ski Freestyle, com foco no desenvolvimento de longo prazo do programa da modalidade.

CBDN
Confederação Brasileira de Desportos na Neve

2) *Estrutura e apoio operacional*

2.1) Passagens Aéreas:

As passagens aéreas para atletas e membros das equipes técnicas multidisciplinares foi uma etapa fundamental do projeto, possibilitando a realização dos testes físicos anuais em 2015, 2016 e 2017 e de uma série de training camps em São Paulo, São Carlos, São Roque, Gramado, Argentina, Chile, Suécia, Áustria, Estados Unidos, Belarus. A seguir detalhamento das atividades e beneficiados por local de hospedagem.

→ Passagens aéreas para 10 atletas e 3 treinadores para a cidade de São Paulo, para a realização de testes físicos, reuniões de planejamento e training camps na cidade de São Paulo, São Carlos e São Roque, durante os meses de maio de 2015, junho de 2016 e maio de 2017;

→ Passagens aéreas para 39 atletas e 6 treinadores, 1 preparador físico e 3 gestores da modalidade para a cidade de Porto Alegre, para a realização de training camps em Gramado durante os meses de maio e junho de 2015, junho e setembro de 2016, maio e julho de 2017;

→ Passagens aéreas para 14 atletas e 2 treinadores e 2 gestores da modalidade para a cidade de Ushuaia, para a realização de training camps em Ushuaia durante os meses de julho e agosto de 2015 e 2016;

CBDN
Confederação Brasileira
de Desportos na Neve

→ Passagens aéreas para 9 atletas e 5 treinadores treinadores para a cidade de Santiago, para a realização de training camps em Valle Nevado e El Colorado durante os meses de julho e agosto de 2015, 2016 e 2017;

→ Passagens aéreas para 1 atleta e 1 treinador para a cidade de Denver, para a realização de training camp em Copper Mtn durante o mês de janeiro de 2016;

→ Passagens aéreas para 5 atletas e 2 treinadores para a cidade de Salt Lake City, para a realização de training camps em Park City durante os meses de julho, agosto, setembro e dezembro de 2015, e março e abril de 2017;

→ Passagens aéreas para 12 atletas e 2 treinadores para a cidade de Estocolmo, para a realização de training camps na Suécia durante os meses de novembro e dezembro de 2015 e 2016;

→ Passagens aéreas para 11 atletas e 2 treinadores para a cidade de Munique, para a realização de training camps na Áustria durante os meses de janeiro e fevereiro de 2016 e 2017;

→ Passagens aéreas para 2 atletas e 2 treinadores para a cidade de Minsk, para a realização de training camps em Minsk durante os meses de janeiro, fevereiro, março, abril e maio de 2017;

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

2.2) Hospedagem:

A hospedagem para atletas e membros das equipes técnicas multidisciplinares foi uma etapa fundamental do projeto, possibilitando a realização dos testes físicos anuais em 2015, 2016 e 2017 e de uma série de training camps em São Paulo, São Carlos, São Roque, Gramado, Argentina, Chile, Suécia, Áustria, Estados Unidos, Belarus. A seguir detalhamento das atividades e beneficiados por local de hospedagem.

a) Hospedagem em São Paulo:

→ Hospedagem de 12 atletas e 3 treinadores e 1 nutricionista esportivo na cidade de São Paulo, para a realização de testes físicos e reuniões de planejamento durante os meses de maio de 2015, junho de 2016 e maio de 2017;

→ Hospedagem de 3 atletas em São Paulo para a realização de training camp de preparação física durante os meses de Outubro a Dezembro 2015, Janeiro a Abril de 2016, Abril de 2017;

b) Hospedagem em São Carlos:

→ Hospedagem de 30 atletas, 8 treinadores, 1 preparador físico, 1 psicologo esportivo, 1 fisioterapeuta, 1 nutricionista esportivo e 6 gestores esportivos na cidade de São Carlos, para a realização de trainings camps durante o meses de Julho, outubro e novembro de 2015, abril, maio, julho, outubro e novembro de 2016 e abril, maio e junho de 2017;

c) Hospedagem em São Roque:

→ Hospedagem de 7 atletas, 2 treinadores na cidade de São Roque, para a realização de training camps durante os meses de agosto, outubro e novembro de 2015, março, abril e julho de 2016;

d) Hospedagem em Gramado:

→ Hospedagem de 39 atletas, 7 treinadores, 1 preparador físico, 2 gestores das modalidade, na cidade de Gramado, para a realização de training camps durante os meses de maio e junho de 2015, junho e setembro de 2016, maio e julho de 2017;

e) Hospedagem no Chile, Valle Nevado:

→ Hospedagem de 4 atletas e 3 treinadores em Valle Nevado, para a realização de training camps durante os meses agosto de 2015 e 2016;

f) Hospedagem no Chile, El Colorado:

→ Hospedagem de 6 atletas e 3 treinadores em El Colorado, para a realização de training camps durante os meses de julho e agosto de 2015 e 2016 e julho de 2017;

g) Hospedagem na Argentina, Ushuaia:

→ Hospedagem de 14 atletas e 4 treinadores em Ushuaia, para a realização de training camps durante os meses de julho e agosto de 2015 e 2016;

h) Hospedagem nos Estados Unidos, Park City:

→ Hospedagem de 5 atletas e 2 treinadores em Park City, para a realização de training camps durante os meses de julho, agosto, setembro e dezembro de 2015 e março e abril de 2017;

i) Hospedagem nos Estados Unidos, Copper Mtn:

→ Hospedagem de 1 atleta e 1 treinador em Copper Mtn, para a realização de training camp durante o mês de janeiro de 2016;

j) Hospedagem na Suécia:

→ Hospedagem de 12 atletas e 2 treinadores na Suécia, para a realização de training camps durante os meses de novembro e dezembro de 2015 e 2016;

k) Hospedagem na Áustria:

→ Hospedagem de 11 atletas e 2 treinadores na Áustria, para a realização de training camps durante os meses de janeiro e fevereiro de 2016 e 2017;

l) Hospedagem na Belarus, Minsk:

→ Hospedagem de 2 atletas e 2 treinadores em Minsk, para a realização de training camps durante os meses de janeiro, fevereiro, março, abril e maio de 2017;

2.3) Ajuda de custo de manutenção em viagem

A ajuda de custo de manutenção em viagem para atletas e membros das equipes técnicas multidisciplinares foi uma etapa fundamental do projeto, viabilizando a alimentação durante a realização dos testes físicos anuais em 2015, 2016 e 2017 e de uma série de training camps em São Paulo, São Carlos, São Roque, Gramado, Argentina, Chile, Suécia, Áustria, Estados Unidos, Belarus. A seguir detalhamento das atividades e beneficiados.

a) *Ajuda de manutenção no Brasil em Reais:*

Ajuda de manutenção para 54 atletas e 25 membros das equipes multidisciplinares, residentes no Brasil para a realização das ações no Brasil de testes físicos e training camps nas cidades de São Paulo, São Carlos, São Roque e Gramado;

b) *Ajuda de manutenção no Brasil em Dólares:*

Ajuda de manutenção para 13 atletas e 3 membros das equipes multidisciplinares, residentes no Brasil para a realização de training camps no Chile, Argentina, Estados Unidos e Belarus;

c) *Ajuda de manutenção no Brasil em Euros:*

Ajuda de manutenção para 12 atletas e 4 membros das equipes multidisciplinares, residentes no Brasil para a realização de training camps na Suécia e Áustria;

d) *Ajuda de manutenção no Exterior em Reais:*

Ajuda de manutenção para 1 atleta e 3 membros das equipes multidisciplinares, residentes no exterior para a realização das ações no Brasil de testes físicos e training camps nas cidades de São Paulo, São Carlos, São Roque e Gramado;

e) *Ajuda de manutenção no Exterior em Dólares:*

Ajuda de manutenção para 1 atleta e 5 membros das equipes multidisciplinares, residentes no exterior para a realização de training camps no Chile, Argentina, Estados Unidos e Belarus;

2.4) Acesso aos meios de elevação

Para treinamento de algumas das modalidades de neve é necessário o pagamento para acesso aos meios de elevação, "cadeirinhas" que te levam ao topo das pistas das montanhas, assim a etapa foi uma etapa fundamental do projeto, viabilizando o acesso à atletas e equipes técnicas aos locais de treinamento para training camps no Chile e Estados Unidos. A seguir detalhamento das atividades e beneficiados.

a) *Acesso aos meios de elevação no Chile, El Colorado:*

→ Acesso aos meios de elevação para 6 atletas, 3 treinadores no Chile, para a realização de training camp durante os meses de julho e agosto de 2015 e 2016 e julho de 2017;

b) *Acesso aos meios de elevação nos Estados Unidos, Park City:*

→ Acesso aos meios de elevação para 5 atletas e 2 treinadores nos Estados Unidos, para a realização de training camp durante os meses de julho, agosto, setembro e dezembro de 2015 e março e abril de 2017;

c) *Acesso aos meios de elevação nos Estados Unidos, Copper Mountainn:*

→ Acesso aos meios de elevação para 3 atletas e 3 treinadores nos Estados Unidos, para a realização de training camp durante o mês de janeiro de 2016;

2.5) Transporte

O transporte em viagem para atletas e membros das equipes técnicas multidisciplinares foi uma etapa fundamental do projeto, viabilizando os diversos deslocamentos dos atletas durante os camps de treinamento na Argentina, Chile, Suécia, Áustria e Estados Unidos. A seguir detalhamento das atividades e beneficiados.

a) *Transporte no Chile, El Colorado:*

→ Transporte para 5 atletas e 2 treinadores no Chile, para a realização de training camp durante o meses de julho e agosto de 2015 e 2016;

b) Transporte nos Estados Unidos, Copper Mountain:

→ Transporte para 1 atletas e 1 treinador nos Estados Unidos, para a realização de training camp durante o mês de janeiro de 2016;

c) Transporte nos Estados Unidos, Park City:

→ Transporte para 5 atletas e 2 treinadores nos Estados Unidos, para a realização de training camp durante o meses de julho, agosto, setembro e dezembro de 2015 e março e abril de 2017;

d) Transporte na Argentina, Ushuaia:

→ Transporte para 14 atletas e 4 treinadores na Argentina, para a realização de training camp durante os meses de julho e agosto de 2015 e 2016;

e) Transporte na Suécia

→ Transporte para 12 atletas e 2 treinadores na Suécia, para a realização de training camp durante os meses de novembro e dezembro de 2015 e 2016;

f) Transporte na Áustria:

→ Transporte para 11 atletas e 2 treinadores na Áustria, para a realização de training camp durante os meses de janeiro e fevereiro de 2016 e 2017;

CBDN
Confederação Brasileira de Desportos na Neve

3) Centro de treinamento de Endurance:

Visando oferecer a melhor estrutura possível para que os atletas disponham de condições adequadas de treinamento e, sendo o Biathlon de inverno uma modalidade que exige estruturas de treinamento específicas, utilizou-se durante o período do convênio local localizado nas proximidades de Quebec (Canadá).

Além disto, em uma parceria com o Parque Eco-Esportivo Damha, localizado em São Carlos (SP), a CBDN vem desenvolvendo atividades de treinamento e clínicas de rollerski no parque Eco-Esportivo Damha, localizado em São Carlos (SP).

Durante o período do convenio a entidade importou 55 pares de rollerskis objetivando ampliar tais atividades visando o desenvolvimento do Cross Country e Biathlon de Inverno. O rollerski é um equipamento que simula muito bem as exigências físicas e técnicas do ski nórdico (utilizada em ambas as modalidades) e apresenta uma alta taxa de transferência para a neve.

Dado o volume de treinamento das modalidades de endurance, o cross training, desenvolvimento de outras capacidades físicas, em especial a resistencia aeróbia, através de outras modalidades de endurance é bastante comum visando diminuir a sobrecarga sobre as articulações mais demandadas em cada modalidade de endurance. Assim, adquiriu-se durante o convenio, 8 bicicletas para treinamento, 1 remo ergometro e 3 ski ergometros.

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil
Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

VI. Metodologia Empregada

O Projeto Olímpico CBDN Ano 3 trouxe como metodologia de trabalho, o suporte individualizado e personalizado a cada um de seus atletas visando à máxima qualidade de treinamento, através de uma equipe multidisciplinar qualificada e de um programa de treinamento individual, que tem como base o estabelecimento de metas nas três áreas: física, técnica e psicológica, elaborado pelos profissionais das respectivas áreas, de forma interdisciplinar além do monitoramento do processo de treinamento.

O programa de estabelecimento de metas é baseado na psicologia esportiva que sugere em sua literatura que o estabelecimento de metas de curto, médio e longo prazo, qualitativo e quantitativo, leva a um melhor rendimento esportivo via um aumento de foco nas atividades desenvolvidas (treinamentos e provas), além de funcionar como fator motivacional (ex: “sei porque estou treinando e o que quero alcançar com isso”).

Adicionalmente, para o monitoramento do processo de treinamento desenvolveu-se o Programa de Monitoramento Avançado, contando com medidores de carga de treinamento, fontes e sintomas de estresse e fontes e sintomas de infecções do trato respiratório superior. Esses dados eram tabulados e analisados pela CBDN, e devolvidos às equipes multidisciplinares como informações precisas para o controle e ajuste do treinamento de cada atleta.

Os dados relativos aos testes físicos também foram coletados e armazenados de forma metodológica em um banco de dados desenvolvido pela entidade que propicia o cruzamento e análise de informações de todos os atletas de forma rápida e eficiente, auxiliando o controle e ajuste do treinamento, e também o estabelecimento de metas através de parâmetros, analises estatísticas e outras ferramentas.

Com os dados armazenados durante os treinamentos e testes físicos desenvolve-se também a ciência aplicada ao esporte no que tange o conhecimento prático de treinamento para essa determinada população, incluindo a publicação de trabalhos científicos, rigorosamente embasados no que diz respeito a metodologia e achados. Durante o projeto o conhecimento gerado resultou na publicação de 3 trabalhos em congressos internacionais especializados em esporte, além da publicação de artigo cientifico internacional na revista Journal of Human Sport & Exercise.

VII. Avaliação Processual

a) Atividade: monitoramento de treino

Indicadores do Progresso: carga interna de treinamento e volume de treino

Índices obtidos: PSE – Percepção Subjetiva de Esforço, Monotonia de treinamento, *Strain* do treinamento

Meios de Verificação: planilha semanal de treinamento contendo dados quantitativos sobre o processo de treinamento, tratados e enviados às equipes técnicas multidisciplinares para ajustes da carga de treinamento de cada atleta.

b) *Atividade:* estabelecimento de metas

Indicadores do Progresso: percentual atingido de cada meta

Índices obtidos: metas físicas, técnicas e psicológicas, qualitativas e quantitativas definidas no tempo para cada atleta

Meios de verificação: comparação dos resultados obtidos (testes físicos, testes técnicos, provas oficiais), com as metas traçadas.

VIII. Avaliação de Resultados

a) *Atividade:* Análise objetiva da evolução física, técnica e psicológica dos atletas através do acompanhamento científico-esportivo nas diferentes áreas.

Indicadores do Progresso: Testes físicos e monitormento de treino

Índices obtidos: mensuração de capacidades físicas e técnicas específicas nas modalidades como força, potencia, resistencia de potência, agilidade, entre outros.

Meios de verificação: Comparação entre diferentes momentos do atleta durante a temporada que possibiltam direcionamento e ajuste das cargas de treinamento.

b) *Atividade:* Análise objetiva dos rankings latino americanos nas diversas modalidades esportivas Olímpicas de neve em que os atletas envolvidos no presente projeto figuram.

Indicares do Progresso: Posição no ranking

Índices obtidos: 120 posições TOP 5 e TOP 15, nos rankings adulto e junior das modalidades de neve medidas no ultimo ranking do periodo do convênio.

Meios de avaliação: comparação das posições nos rankings continentais durante o período do projeto, com resultados brasileiros anteriores.

c) *Atividade*: Análise objetiva dos resultados competitivos decorrente das diferentes competições em que os atletas envolvidos no presente projeto competiram.

Indicares do Progresso: Resultados em provas oficiais

Índices obtidos: Quebra de 21 recordes brasileiros 31 vezes durante o periodo do convênio.

Meios de avaliação: comparação dos resultados esportivos obtidos em provas oficiais durante o período do projeto, com resultados brasileiros anteriores.

CBDN
Confederação Brasileira de Desportos na Neve

IX. Avaliação de Impacto

Não se aplica ao projeto

X. Orçamento do Projeto

O quadro abaixo apresenta o resumo orçamentário do projeto após geração do relatório de execução financeira do convênio, enquanto o segundo quadro apresenta os valores finais após a discriminação de todos os OBTVs para convenente.

Meta	Item de despesa	Previsto	Realizado	Comentários
1	Passagens Aéreas	R$ 1.032.565,70	R$ 438.693,18	Etapa realizada em sua plenitude
2	Hospedagem	R$ 1.349.914,30	R$ 540.598,65	Etapa realizada em sua plenitude
3	Ajuda de Manutenção	R$ 1.405.514,00	R$ 884.583,77	Etapa realizada em sua plenitude
4	Centros de Treinamento	R$ 446.259,03	R$ 216.831,51	Etapa realizada em sua plenitude
5	Recursos Humanos	R$ 3.193.040,37	R$ 2.759.969,00	Etapa realizada em sua plenitude
6	Acesso aos Meios de Elevação	R$ 219.711,98	R$ 87.513,58	Etapa realizada em sua plenitude
7	Transporte	R$ 186.055,60	R$ 92.604,87	Etapa realizada em sua plenitude
	TOTAL REPASSE	R$ 7.833.060,98	R$ 5.020.794,56	
8	Contrapartida	R$ 160.466,06	R$ 74.055,31	Etapa realizada em sua plenitude
	TOTAL PROJETO	R$ 7.993.527,04	R$ 5.094.849,87	Projeto realizado em sua plenitude dentro do valor orçado

Quadro com os valores finais após a discriminação de todos os OBTVs realizados:

Meta	Item de despesa	Previsto	Realizado	Comentários
	TOTAL REPASSE	R$ 7.833.060,98	R$ 5.061.266,30	Etapa realizada em sua plenitude
8	Contrapartida	R$ 160.466,06	R$ 103.685,24	Etapa realizada em sua plenitude
	TOTAL PROJETO	R$ 7.993.527,04	R$ 5.164.951,54	Projeto realizado em sua plenitude dentro do valor orçado

O orçamento do Projeto Olímpico CBDN – Ano 3 foi satisfatório para o cumprimento do objeto, sendo o mesmo, executado em sua plenitude dentro dos valores orçados. Os recursos financeiros, repassados pelo Concedente, atenderam todas as necessidades propostas dentro de valores compatíveis com o mercado esportivo.

XI. Equipe Técnica

Durante o projeto, as equipes técnicas multidisciplinares foram formadas por 6 treinadores, 2 preparadores físicos, 2 psicólogos esportivos e 2 fisioterapeutas, 1 nutricionista e 1 médico, trazendo suporte técnico de qualidade aos atletas brasileiros. Encontram-se anexos os currículos dos profissionais que prestaram serviços aos atletas brasileiros durante o projeto e a seguir, seus nomes e especializações:

a) Preparador físico de Cross Country e Biathlon de Inverno:

Roberto Carnevalle – profissional graduado em Educação Física pela USP e Mestre em educação física pela USP, parte do quadro da RVC ME.

b) Psicólogo Esportivo de Cross Country e Biathlon de Inverno:

Arthur Marcondes Ferraz Filho – profissional graduado em Psicologia pela PUC-SP, e especialista em Psicologia Esportiva pelo Instituto Sedes Sapientiae, parte do quadro da CELIA MARCONDES FERRAZ CONSULTORES ASSOCIADOS LTDA.

c) Fisioterapeuta de Cross Country e Biathlon:

Bruno Cesar Morais da Rocha - profissional graduado em Fisioterapia pela UNIP e pós-graduado em Reabilitação Músculo Esquelética Desportiva pela Universidade Gama Filho, parte do quadro do Instituto de Fisioterapia Lucano Ltda.

d) Nutricionista esportivo:

Marcos Orsini – profissional que atua com foco genético, aplicado em especial para nutrição clínica e esportiva nutrigenômica e nutrigenética, alimentos funcionais.

e) Médicina do Esporte:

Suporte prestado por duas organizações reconhecidas no mercado pela sua excelência e por *know how* na realização de exames e tratamento de atletas.

f) Treinador Acrobático de Freestyle:

Sarah Maria Fernandes – profissional graduada em Esporte pela Escola de Educação Física e Esporte da USP, parte do quadro da DASI Serviços Técnicos Ltda ME.

g) Preparador físico de Ski Alpino e Ski Freestyle:

Ademir Felipe Schultz de Arruda – profissional graduado em Esporte Escola de Educação Física e Esporte da USP e Mestre em treinamento esportivo pela USP, parte do quadro ADEMIR FELIPE SCHULTZ DE ARRUDA MEI.

h) Treinador de Cross Country no Brasil:

Leandro Ribela – atleta Olímpico de Cross Country nos Jogos Olímpicos de 2010, Vancouver e 2014, Sochi, parte do quadro da Ski Experience Treinamentos Esportivos LTDA – ME

i) Fisioterapeuta de Aerials:

Suporte prestado por organização reconhecida no mercado pela sua excelência e por *know how* na prevenção e tratamento de atletas.

j) Treinador de Snowboard:

Iván Fuenzalida – profissional chileno, mestre em treinamento de alto rendimento pela Universidade Andres Bello (Chile).

k) Treinador de Cross Country:

Guido Visser – treinador canadense, ex atleta da seleção canadense de Ski Cross Country e Mountain Bike.

l) Psicólogo Esportivo de Snowboard:

Gaston Ortiz – psicólogo chileno, graduado em Psicologia na Universidade Central do Chile e treinador nível 2, formado pela Federação Canadense de Treinadores de ski.

m) Treinador de Biathlon:

Anna Maria Nilson – treinadora sueca, ex atleta da seleção sueca de biathlon, graduada na Mid Sweden University em ciencia do esporte e especialista em treinamento de alto rendimento pela Swedish School of Sport and Health Sciences / Tobias Torgeresen – treinador noroegues, ex atleta da seleção noroeguesa de biathlon, graduado em ciencia do esporte na Norwegian School of Sport Science com espelização em treinamento de biathlon.

n) Treinador de Freestyle:

Ryan Jay Snow – treinador nível 5 formado pela Associação Americana de Ski e Snowboard, ganhador de medalha de prata como treinador nos Jogos Olimpicos de Vancouver, 2010.

XII. Comunicação do Projeto

A comunicação do projeto teve como foco a elaboração e divulgação de:

- press releases: no total, 179 textos foram produzidos e distribuidos à imprensa especializada em esporte no país para divulgação das atividades e resultados das equipe brasileiras das modalidades Olímpicas de Neve, alcançando 180 publicações em grandes portais de internet do Brasil

- newsletters: 12 publicações foram feitas, sendo 10 em portugues e 2 em ingles, durante o período do projeto, levando informações detalhadas do desenvolvimento e desempenho técnico dos atletas brasileiros para interessados nos esportes de neve no Brasil e no Mundo;

- publicações no site da CBDN: conforme o plano de mídia, o logo do Ministério do Esporte ficou em evidencia na home page do site da CBDN, durante toda a duração do projeto. Adicionalmente, todos os textos distribuidos pela CBDN para mídia foram também distribuidos para as pessoas interessadas em esportes de neve através de email direto e publicação no site que foi vizualido por mais de 63.000 pessoas ao longo do projeto.

- publicações em redes sociais: seguindo a tendencia de comunicação no mundo atual e o plano de mídia do projeto, a CBDN divulgou seus atletas e esportes de maneira dinâmica e bastante visual em redes sociais. Ao longo do projeto as divulgações das modalidades de neve geraram 896.354 visualizações, além de 69.305 interações no Facebook.

- relatórios tecnicos: o logo do Ministério do esporte foi evidenciado como parceiro da CBDN em todos os relatórios produzidos no período, totalizando 22 relatórios sobre diversos temas, atividades esportivas, testes físicos, competições organizadas, comunicação e relatórios especiais, sendo 4 deles produzidos também em inglês. Os documentos foram publicados para os principais stakeholders da CBDN, incluindo Ministério do Esporte, atletas, parceiros, federações internacionais, comites nacionais, público interno, entre outros.

- banners em áreas de treinamento e competição: dada a relevancia do projeto e da parceria entre CBDN e Ministério do Esporte, em adição ao plano de mídia, inclui-se banners do Ministério do esporte em todas as competições organizadas pela entidade no Brasil, totalizando 11 eventos, com imagens distribuidas para o todo o mundo através do Flickr da CBDN que contabilizou mais de 211.000 visualizações ao longo do período.

XIII. Cronograma de Atividades

	2015								2016												2017						
	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
Equipes Multidisciplinares	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Preparador Físico de Cross Country e Biathlon	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Psicologo Esportivo de Cross Country e Biathlon	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Fisioterapeuta de Cross Country e Biathlon	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Nutricionista Esportivo											■	■		■		■				■					■		
Médico do Esporte			■											■													
Treinador Acrobático de Ski Freestyle			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Preparador Físico de Ski Alpino e Freestyle		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Treinador de Cross Country	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Fisioterapeuta de Aerials	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Recursos Humanos Estrangeiros	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Treinador de Snowboard no exterior	■	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Treinador de Cross Country no exterior	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Psicólogo Esportivo de Snowboard no exterior	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Treinador de Biathlon no exterior				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				
Treinador de Freestyle no exterior	■	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Testes físicos e training camps nacionais e internacionais	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Testes Físicos e Training Camps em São Paulo		■				■	■	■	■	■	■	■	■											■	■		
Training Camps em São Carlos			■			■	■				■	■	■		■			■	■					■	■	■	■
Training Camps em São Roque				■		■	■				■	■			■												
Training Camps em Gramado	■	■												■			■								■		■
Training Camps em Ushuaia			■	■											■	■											
Training Camps em Valle Nevado				■												■											
Training Camps em El Colorado			■	■											■	■											■
Training Camps em Copper Mountain									■																		
Training Camps em Park City			■	■	■			■															■	■			
Training Camps na Suécia							■	■											■	■							
Training Camps na Áustria									■	■											■	■					
Training Camps em Minsk																					■	■	■	■	■		
Acesso a centro de treinamento de endurance							■	■	■	■	■	■			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Aquisição de equipamentos											■												■	■			

Rua Pequetita, 145
1º andar – conj. 14
04552-060 São Paulo (SP) Brasil

Tel 011 – 3018 8011
Fax 011 – 3018 8015

visite nosso web site - www.cbdn.org.br

XIV. Conclusão

Visando um excelente desenvolvimento dos atletas modalidades de neve Olímpicas para competições internacionais em geral, e para os Jogos Olímpicos de PeyongChang em 2018, o convênio 812775/2014 firmado entre a CBDN e o Ministério do Esporte foi fundamental na geração e aplicação do conhecimento de diversas áreas da ciência do esporte com objetivo da maximização da performance dos atletas brasileiros, através do oferecimento de equipes técnicas multidisciplinares, favorecendo a detecção e desenvolvimento de talentos esportivos nas modalidades olímpicas de neve para o alto rendimento, e a consolidação da posição de liderança do país no cenário latino-americano de esportes de neve.

Durante o período do projeto, os atletas brasileiros competiram em duas temporadas completas, 2015/2016 e 2016/2017, participando das principais competições de neve no cenário internacionl, dentre elas os Campeonato Mundiais e Campeonatos Mundiais Junior das dversas modalidades. No total, os atletas da CBDN participaram de 370 provas, largando 1160 vezes, quebrando 21 recordes brasileiros 31 vezes que culminaram na conquista de 193 medalhas internacionais, 99 delas em provas oficiais.

O projeto permitiu ainda, a contratação de serviços qualificados trabalhanho de forma multidisciplinar para suporte de qualidade aos atletas Cross Country, Biathlon

de Inverno, Ski Alpino, Snowboard e Ski Freestyle, sendo esta a ferramenta diária para moldar o atleta em todos os planos – físico, técnico e psicológico.

Ao todo, 780 dias de training camp e testes físicos foram executados em 4 cidades do Brasil e 6 outros países, beneficiando 85 atletas de 5 modalidades Olímpicas.

Todas as atividades foram otimizadas pelo apoio oferecido na área da ciência aplicada ao esporte, através dos diversos programas desenvolvidos na CBDN como o Programa de Monitoramento Avançado, Programa de Estabelecimento de Metas, e a criação de novos programas de suporte técnológico através de bancos de dados de desempenho esportivo e de capacidades físicas com mais de 110.000 mil dados em 86 variaveis que podem cruzadas e analisadas instantaneamente.

Ainda no campo da ciência aplicada ao esporte, a produção científica da entidade se consolidou ao publicar 3 trabalhos em congressos internacionais e 1 artigo cientificio na reconhecida revista da area de esporte Journal of Human Sports & Exercise.

Complementando a área científica do projeto e parte muito importante do processo de monitoramento do treinamento, a CBDN organizou testes físicos na cidade de São Paulo, aliando às mensurações das capacidades corporais, avaliações médicas e nutricionais, além de palestras sobre importantes temas.

Os centros de treinamento no Brasil, parte fundamental na estratégia da CBDN de longo prazo, ofereceram infraestrutura adequada para a realização de etapas

importantes de treinamento para as equipes de Ski Freestyle (São Roque) e para as equipes de endurance (São Carlos).

Neste cenário, o Projeto Olímpico CBDN – Ano 3 foi de fundamental importância, proporcionando ainda a aquisição de materiais esportivos para o centro de treinamento de Endurance em São Carlos (SP).

O projeto contribuiu com o desenvolvimento das modalidades de neve no Brasil, oferecendo subsídios para o alcance das metas estabelecidas para as equipes da CBDN durante o ciclo olímpico que se encerrará em fevereiro de 2018, nos Jogos Olímpicos de PeyongChang, Coréia do Sul.

Destaque para os resultados alcançados no que diz respeito a consolidação do Brasil no cenário continental, principal objetivo do projeto. Ao final do projeto, o país figura em 120 posições continentais TOP 15, entre os rankings adulto e junior das modalidades de neve, sendo 41 delas no TOP 5, um aumento de mais de 70%, superando o objetivo estipulado no projeto.