

**Relatório parcial de avaliações**

**2º Semestre de 2018**

# RELATÓRIO DE CUMPRIMENTO

Projeto: **Avaliação Física e Treinamento em Atletas de Alto Rendimento**

PROCESSO: **58000.008470/2016-77**

## Aspectos gerais da Execução

O projeto “Avaliação Física e Treinamento em Atletas de Alto Rendimento” tem como finalidade dar estrutura de treino e avaliações físicas para atletas de elite, visando a otimização de treinamento e melhoria física.

As modalidades escolhidas foram Rugby, Atletismo e Taekwondo. Durante doze meses, 65 atletas treinarão no Núcleo de Alto Rendimento Esportivo de São Paulo, filial do Instituto Península. Eles podem contar com almoço balanceado, estruturas oficiais de treinamento (pista de atletismo, campo de rugby e tatame), equipe especializada e sala de descanso.

Durante a execução do projeto os atletas estão apresentando melhoria física significativa e alcançando bons resultados em competições alvo. Estes resultados serão demonstrados nos relatórios técnicos de cumprimento das metas abaixo.



## Metas

### **Metas Qualitativas:**

#### **Meta 1**

- Melhorar a colocação em competições oficiais das equipes de esportes coletivos em treinamento no NAR durante a realização do projeto.

Os esportes coletivos (Rugby feminino e masculino) foram muito bem em 2018, atingindo a meta de melhora dos resultados em relação ao ano de 2017. Os títulos Sulamericanos podem ser comprovados nos links da tabela informativa abaixo, onde são feitas as comparações com o ano anterior.

#### **Meta 2**

- Melhorar a colocação em competições oficiais dos atletas de esportes individuais em treinamento no NAR durante a realização do projeto.

Os atletas de esportes individuais (Taekwondo e Atletismo) também foram muito bem em 2018, atingindo a meta de melhora dos resultados em relação ao ano de 2017. Os títulos podem ser comprovados nos links da tabela informativa abaixo, onde são feitas as comparações com o ano anterior.

#### **Meta 3**

- Melhorar em 10% a valência Potência Muscular de 50% dos atletas de esportes individuais avaliados no NAR durante a realização do projeto.

Meta ainda não foi atingida, conforme relatório técnico de potência individual de cada atletas, que segue abaixo. Isso está dentro da previsão da comissão técnica pois a fase de aumento de potência mais significativa se dará no primeiro semestre de 2019.

### **Metas Quantitativas:**

#### **Meta 1**



- Atender 65 atletas de Alto Rendimento para treinamento no Núcleo

Foram escolhidos 65 atletas, cujos nomes estão abaixo, no relatório técnico de potência e também em notícia no site <http://www.narsp.com.br/noticias/projeto-incentivado-beneficia-65-atletas-que-treinam-no-nar>

#### **Meta 2**

- Realizar 1.000 avaliações em 1 ano.

Até o momento foram realizadas 525 avaliações, estando dentro da previsão da comissão técnica. Pode ser comprovado pelo relatório técnico abaixo e também pelo site <http://www.narsp.com.br/noticias/projeto-incentivado-beneficia-65-atletas-que-treinam-no-nar>

<b>META 1 QUALITATIVA:</b>			
<b>RUGBY 7s FEMININO ADULTO</b>			
<i>2017</i>	<i>FONTE</i>	<i>2018</i>	<i>FONTE</i>
		<p><b>CAMPEÃ SULAMERICANA (Montevideu – URU)</b></p> 	<p><a href="https://bit.ly/2AY0bEx">https://bit.ly/2AY0bEx</a></p>
		<p><b>CAMPEÃ DOS JOGOS SULAMERICANOS (COCHABAMBA – BOL)</b></p> 	<p><a href="https://bit.ly/2Ehs3HL">https://bit.ly/2Ehs3HL</a></p>

**META 1 QUALITATIVA:**

**RUGBY XV MASCULINO ADULTO**

*2017*

**4º COLOCADO SULAMERICANO A**  
(Montevideu, Santiago e São Paulo)



*FONTE*

*2018*

**CAMPEÃO SULAMERICANO 6 NAÇÕES** (Buenos Aires e São Paulo)



*FONTE*

<https://bit.ly/2B4mYi1>

META 2 QUALITATIVA:					
TAEKWONDO					
NOME	MODALIDADE	2017	FONTE 2017	2018	FONTE 2018
AARON CEZAR VARGAS LIMA	Taekwondo	<b>Campeão</b> da Copa São Paulo	<a href="https://bit.ly/2UIKzh8">https://bit.ly/2UIKzh8</a>	<b>Campeão</b> da Copa São Paulo	<a href="https://bit.ly/2Cciw2C">https://bit.ly/2Cciw2C</a>
BRUNO LEAL ARAÚJO	Taekwondo	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2QXgrzS">https://bit.ly/2QXgrzS</a>	<b>Vice-Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
CELYDIENE KRISTINA SOARES DESOUSA CARNEIRO	Taekwondo	<b>3ª colocada</b> no Grand Slam (Seletiva para Seleção Brasileira)	<a href="https://bit.ly/2EjFZQQ">https://bit.ly/2EjFZQQ</a>	<b>Vice-Campeã</b> no Grand Slam (Seletiva para Seleção Brasileira)	<a href="https://bit.ly/2Gc3rSy">https://bit.ly/2Gc3rSy</a> 
HENRIQUE IGOR DA SILVA	Taekwondo	<b>Campeão Brasileiro</b>	<a href="https://bit.ly/2EjFZQQ">https://bit.ly/2EjFZQQ</a>	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a> 
LEANDRO ABNER FERREIRA DE SOUZA	Taekwondo	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2QXgrzS">https://bit.ly/2QXgrzS</a>	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>

LUCAS FREITAS DE SOUZA	Taekwondo	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2QXgrzS">https://bit.ly/2QXgrzS</a>	<b>3º colocado</b> da Copa do Brasil 	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
MARCOS VINICIUS DANTAS ANDRADE DOS REIS	Taekwondo	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2QXgrzS">https://bit.ly/2QXgrzS</a>	<b>Campeão</b> da Copa do Brasil 	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
PALOMA FERREIRA DE LIMA	Taekwondo	<b>Campeã</b> Paulista (1ª etapa)	<a href="https://bit.ly/2SOIWg3">https://bit.ly/2SOIWg3</a>	<b>Campeã</b> da Copa do Brasil 	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
RENATA CAMARA	Taekwondo	Não competiu (lesionada)		<b>Campeã</b> Brasileira (Liga)	Sem fonte de divulgação
RENATA MORI VIDOTTO	Taekwondo	<b>Vice-Campeã</b> Paulista	<a href="https://bit.ly/2SOIWg3">https://bit.ly/2SOIWg3</a>	<b>Vice-Campeã</b> Pan-americana Universitária	<a href="https://bit.ly/2UHOACA">https://bit.ly/2UHOACA</a>

ROBSON HENRIQUE DO CARMO MAIA	Taekwondo	<b>Campeão</b> dos Jogos Regionais	<a href="https://bit.ly/2SHIyjE">https://bit.ly/2SHIyjE</a>	<b>Vice-Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
TAIRONE TULLER MORAIS	Taekwondo	<b>Campeão</b> Brasileiro (Liga)	Sem fonte de divulgação	<b>Campeão</b> Brasileiro (Liga)	Sem fonte de divulgação
THIAGO DO NASCIMENTO FRADIQUE	Taekwondo	<b>3º colocado</b> na Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2QXgrzS">https://bit.ly/2QXgrzS</a>	<b>Vice-Campeão</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
THIAGO PRADO DOS SANTOS	Taekwondo	<b>Campeão</b> Paulista (1ª e 2ª etapa)	<a href="https://bit.ly/2SOIWg3">https://bit.ly/2SOIWg3</a>	<b>Vice-Campeão</b> Brasileiro	<a href="https://bit.ly/2EjFZQQ">https://bit.ly/2EjFZQQ</a>
VITORIA DA COSTA SIQUEIRA	Taekwondo	<b>Campeã</b> dos Jogos Regionais	<a href="https://bit.ly/2SHIyjE">https://bit.ly/2SHIyjE</a>	<b>Campeã</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>
VITORIA OLIVEIRA DE LIMA	Taekwondo	<b>Campeã</b> Brasileira (Liga)	Sem fonte de divulgação	<b>Campeã</b> da Copa do Brasil	<a href="https://bit.ly/2S5AR76">https://bit.ly/2S5AR76</a>






**META 2 QUALITATIVA:**
**ATLETISMO**

NOME	MODALIDADE	2017	FONTE 2017	2018	FONTE 2018
GABRIEL ALVES DO AMARAL	Atletismo	INICIOU OS TREINAMENTOS EM 2018	NADA CONSTA	<b>1º colocado</b> na categoria de 18 a 20 anos na Santander Track&Field Run Series – Villa Lobos III – USP	<a href="https://bit.ly/2rx777u">https://bit.ly/2rx777u</a>
EDER ANTONIO SOUZA	Atletismo	<b>Campeão brasileiro</b> nos 110 com barreiras <b>Vice-Campeão Sulamericano</b> (Assunção- PAR)	<a href="https://bit.ly/2PwoX3U">https://bit.ly/2PwoX3U</a> <a href="https://bit.ly/2G9n65w">https://bit.ly/2G9n65w</a>	<b>Campeão</b> do GP Internacional Pedro Gálvez Velaverde (Lima- PER) nos 110 com barreiras <b>Campeão</b> do GP Internacional David Torrence (Lima- PER) <b>4º colocado</b> nos Jogos Sulamericanos <b>6º colocado</b> no Troféu Brasil	<a href="https://bit.ly/2EdmGZy">https://bit.ly/2EdmGZy</a> <a href="https://bit.ly/2UvPPoe">https://bit.ly/2UvPPoe</a> <a href="https://bit.ly/2zT2ZTJ">https://bit.ly/2zT2ZTJ</a> <a href="https://bit.ly/2RNI3Vd">https://bit.ly/2RNI3Vd</a>
GABRIELA ARAÚJO LOPES	Atletismo	<b>6ª colocada</b> na Etapa Regional do Campeonato Estadual nos 100 com barreiras	<a href="https://bit.ly/2L6S1yb">https://bit.ly/2L6S1yb</a>	<b>5ª colocada</b> no Campeonato Brasileiro sub 23 nos 100 com barreiras <b>Campeã</b> paranaense do revezamento 4x100 m	<a href="https://bit.ly/2zSEnKS">https://bit.ly/2zSEnKS</a> <a href="https://bit.ly/2Qnv93E">https://bit.ly/2Qnv93E</a>
GUILHERME ADEMILSON DOS ANJOS SANTOS	Atletismo	<b>8ª colocado</b> no Circuito Caixa nos 10.000 m (Campo Grande)	<a href="https://bit.ly/2UyB301">https://bit.ly/2UyB301</a>	<b>5º colocado</b> na Santander Track&Field Run Series – Villa Lobos III - USP	<a href="https://bit.ly/2rx777u">https://bit.ly/2rx777u</a>



<p>GUILHERME RODRIGUES SANTANA ORENHAS</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>5º colocado</b> no Campeonato Brasileiro sub 20 nos 800 metros</p>	<p><a href="https://bit.ly/2GbusFE">https://bit.ly/2GbusFE</a></p>	<p><b>3º colocado</b> no Troféu Brasil nos 800 metros</p> 	<p><a href="https://bit.ly/2B9FPrX">https://bit.ly/2B9FPrX</a></p>
<p>KETLEN GONÇALVES DE SOUSA</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>5ª colocada</b> no Campeonato Estadual Adulto no salto triplo <b>Campeã Estadual</b> sub 20 no salto triplo</p>	<p><a href="https://bit.ly/2rxJwU4">https://bit.ly/2rxJwU4</a> <a href="https://bit.ly/2QmCbWd">https://bit.ly/2QmCbWd</a></p>	<p><b>Campeã</b> do Torneio Indoor no salto triplo</p>	<p><a href="https://bit.ly/2zQZXiY">https://bit.ly/2zQZXiY</a></p>
<p>LUIS HENRIQUE SBENA VIEIRA</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>15º colocado</b> na Etapa Regional do Campeonato Estadual adulto nos 100 metros rasos</p>	<p><a href="https://bit.ly/2EqInXP">https://bit.ly/2EqInXP</a></p>	<p><b>3º colocado</b> no Torneio FPA adulto nos 100 metros rasos</p>	<p><a href="https://bit.ly/2QHbw5V">https://bit.ly/2QHbw5V</a></p>
<p>MIRNA MARQUES DA SILVA</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>5ª colocada</b> do Campeonato Estadual adulto nos 100 metros</p>	<p><a href="https://bit.ly/2GaBfzr">https://bit.ly/2GaBfzr</a></p>	<p><b>3ª colocada</b> do Campeonato Brasileiro sub 23 nos 100 metros</p> 	<p><a href="https://bit.ly/2PySzxA">https://bit.ly/2PySzxA</a></p>
<p>RAISA MARCELINO DO NASCIMENTO</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>24ª colocada</b> na Tribuna de Santos nos 10 km</p>	<p><a href="https://bit.ly/2GIYqam">https://bit.ly/2GIYqam</a></p>	<p><b>17ª colocada</b> na Tribuna de Santos nos 10 km</p>	<p><a href="https://bit.ly/2C67f3M">https://bit.ly/2C67f3M</a></p>
<p>RODRIGO PEREIRA DO NASCIMENTO</p>	<p>Atletismo</p>	<p><b>13º colocado</b> no Troféu Brasil nos 100 metros rasos</p>	<p><a href="https://bit.ly/2PwoX3U">https://bit.ly/2PwoX3U</a></p>	<p><b>4º colocado</b> no Troféu Brasil nos 100 metros rasos</p>	<p><a href="https://bit.ly/2B9FPrX">https://bit.ly/2B9FPrX</a></p>

THIAGO JULIO SOUZA ALFANO MOURA	Atletismo	<b>7º colocado</b> no Troféu Brasil no salto em altura	<a href="https://bit.ly/2PwoX3U">https://bit.ly/2PwoX3U</a>	<b>4º colocado</b> no Troféu Brasil no salto em altura	<a href="https://bit.ly/2B9FPrX">https://bit.ly/2B9FPrX</a>
VINICIUS ROCHA MORAES	Atletismo	<b>6º colocado</b> no Campeonato Brasileiro sub 20 nos 100 metros	<a href="https://bit.ly/2GbusFE">https://bit.ly/2GbusFE</a>	<b>3º colocado</b> no Campeonato Brasileiro sub 23 nos 100 metros rasos	<a href="https://bit.ly/2PySzxA">https://bit.ly/2PySzxA</a>
VITOR HUGO SILVA MOURÃO DOS SANTOS	Atletismo	<b>Campeão</b> da Etapa Regional do Campeonato Estadual adulto nos 100 metros	<a href="https://bit.ly/2C5qCdq">https://bit.ly/2C5qCdq</a>	<b>Vice-Campeão</b> dos Jogos Sulamericanos nos 200 metros (Cochabamba- BOL) 	<a href="https://bit.ly/2zT2ZTJ">https://bit.ly/2zT2ZTJ</a>
YARA APARECIDA DE CARVALHO	Atletismo	<b>11ª colocada</b> no Campeonato Brasileiro sub 20 nos 5.000 metros	<a href="https://bit.ly/2GbusFE">https://bit.ly/2GbusFE</a>	<b>6ª colocada</b> no Campeonato Brasileiro sub 23 nos 3.000 metros com obstáculos	<a href="https://bit.ly/2RRn1oF">https://bit.ly/2RRn1oF</a>

**META 3 QUALITATIVA / META 1 E 2 QUANTITATIVA****ATLETISMO**

Eder Antonio Souza

Gabriel Alves Do Amaral

Gabriela Araújo Lopes

Guilherme Ademilson Dos Anjos Santos

Guilherme Rodrigues Santana Orenhas

Ketlen Gonçalves De Sousa

Luis Henrique Sena Vieira

Mirna Marques Da Silva

Raisa Marcelino Do Nascimento

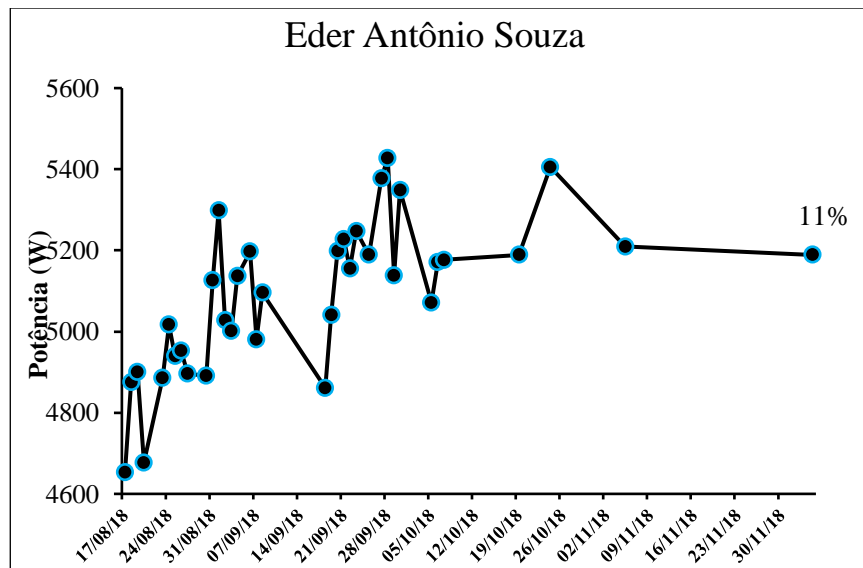
Rodrigo Pereira Do Nascimento

Thiago Julio Souza Alfano Moura

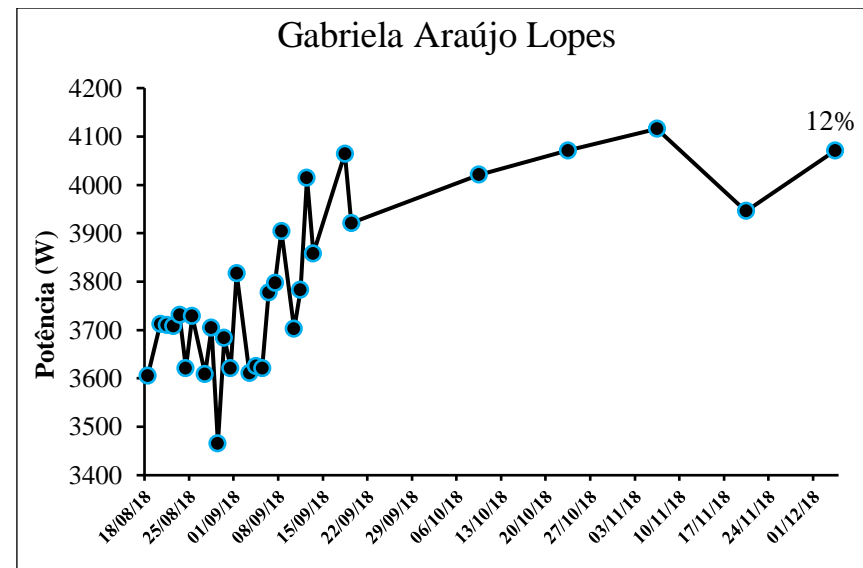
Vinicius Rocha Moraes

Vitor Hugo Silva Mourão Dos Santos

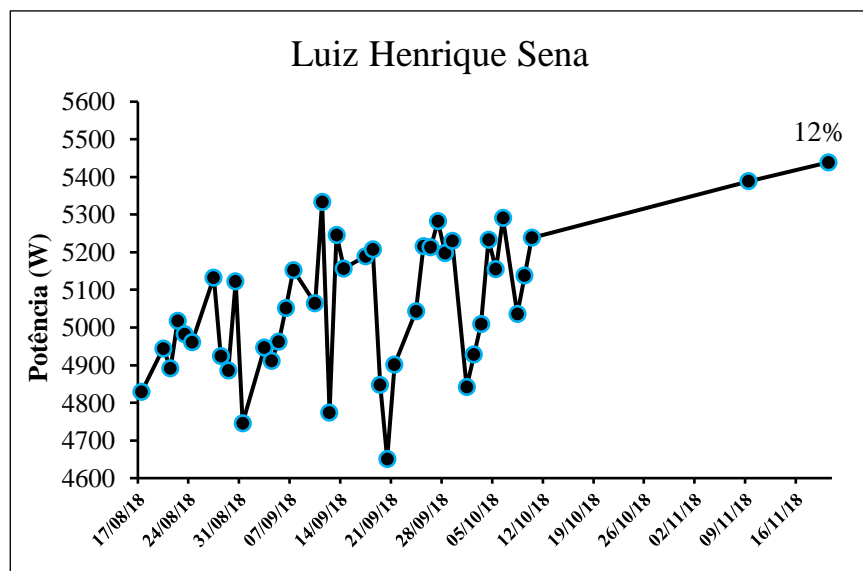
Yara Aparecida De Carvalho



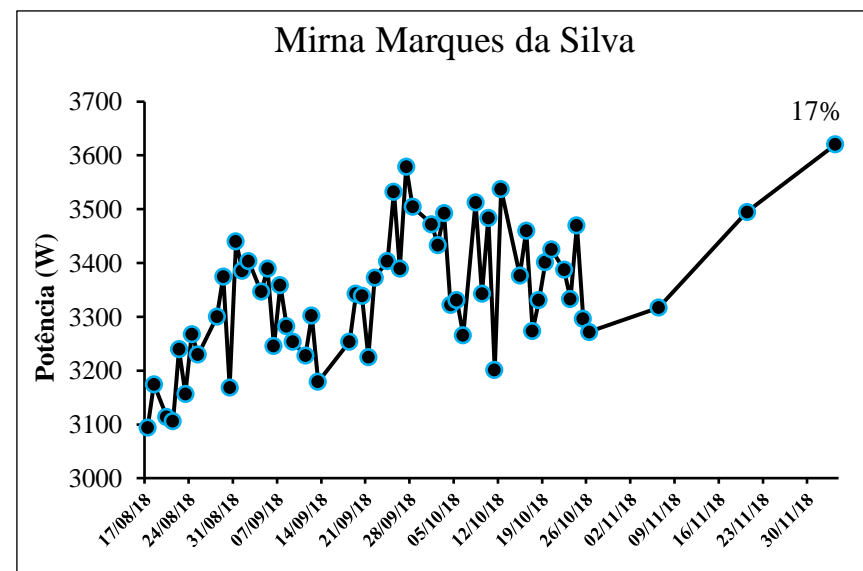
36 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 11% de aumento na potência na última avaliação.



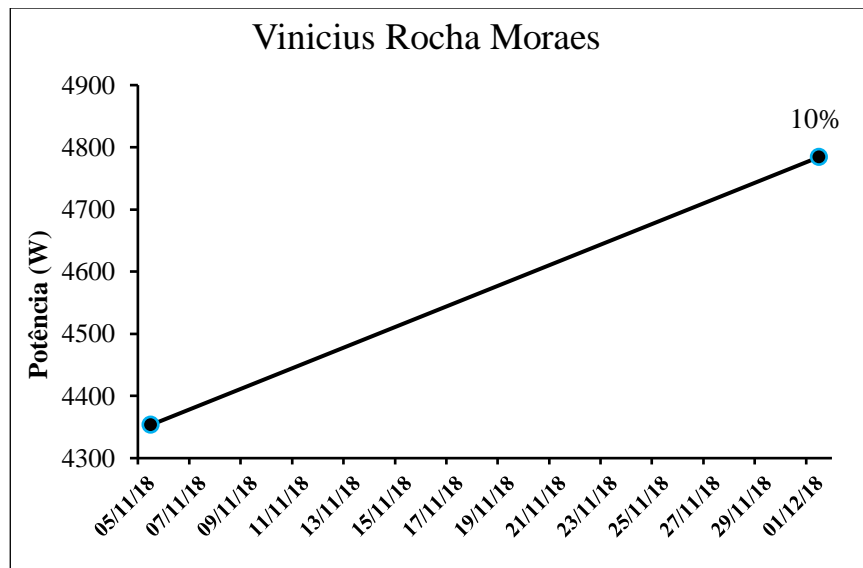
30 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 12% de aumento na potência na última avaliação.



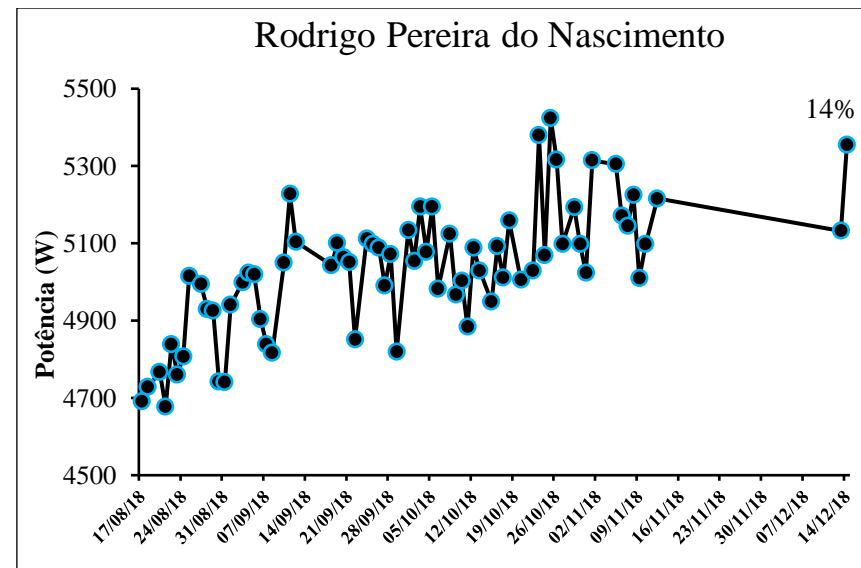
44 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 12% de aumento na potência na última avaliação.



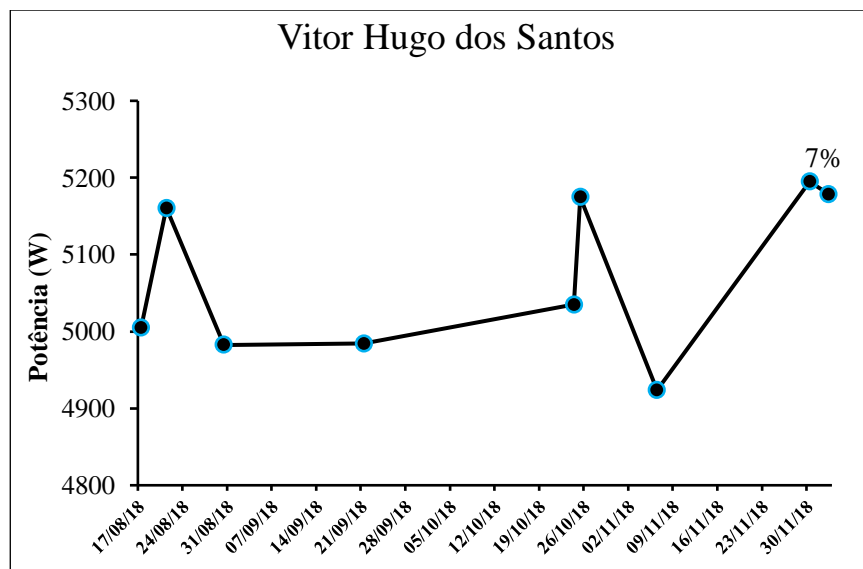
58 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 17% de aumento na potência na última avaliação.



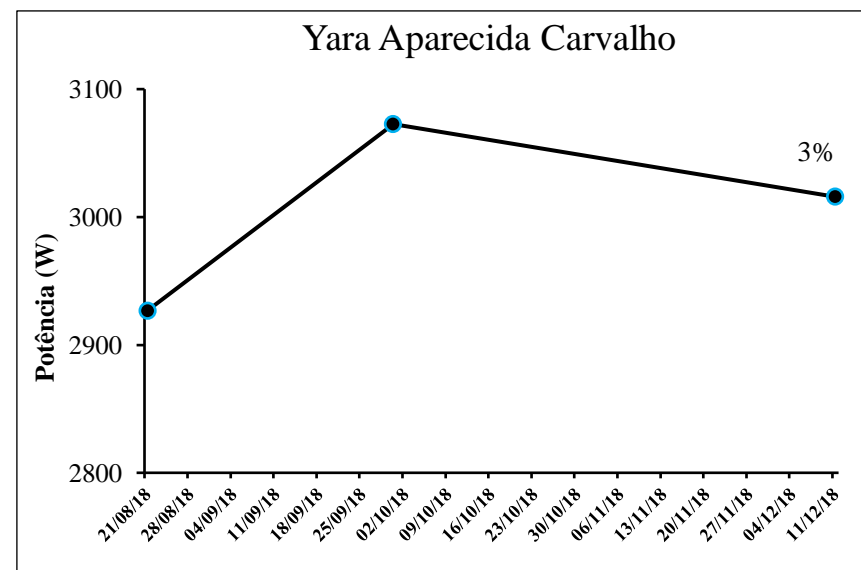
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 10% de aumento na segunda avaliação em relação à primeira.



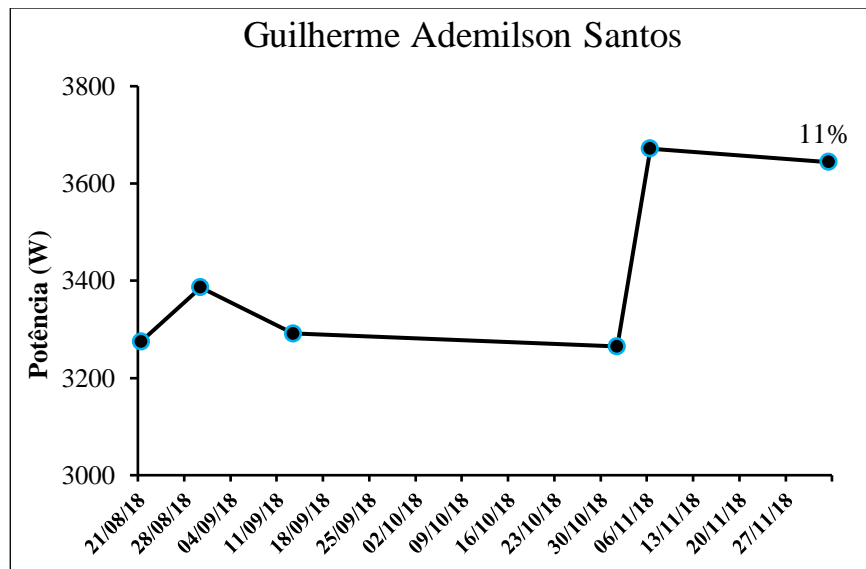
70 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 14% de aumento na potência na última avaliação.



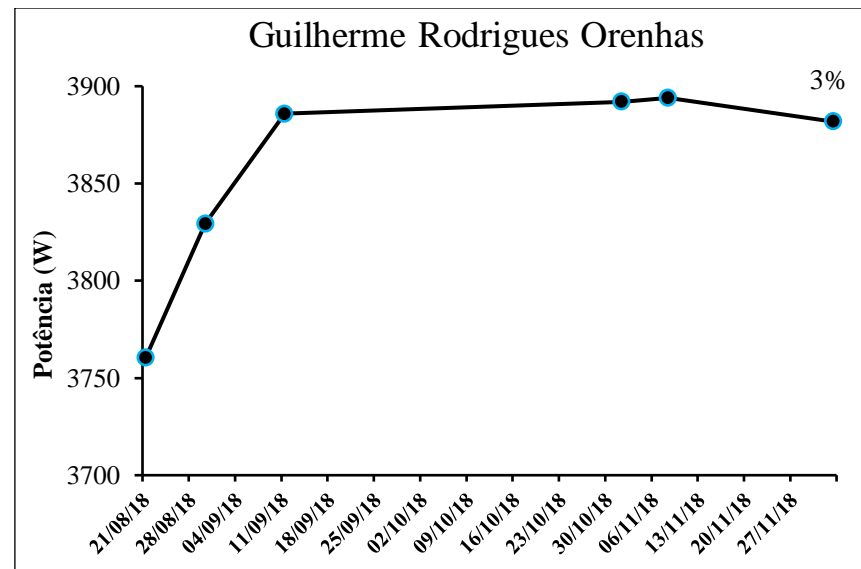
10 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 7% de aumento na potência na última avaliação.



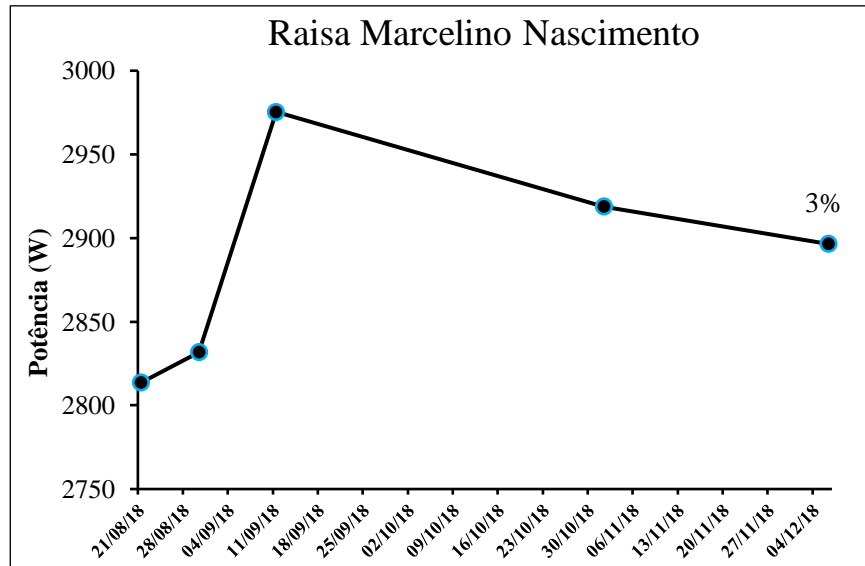
3 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



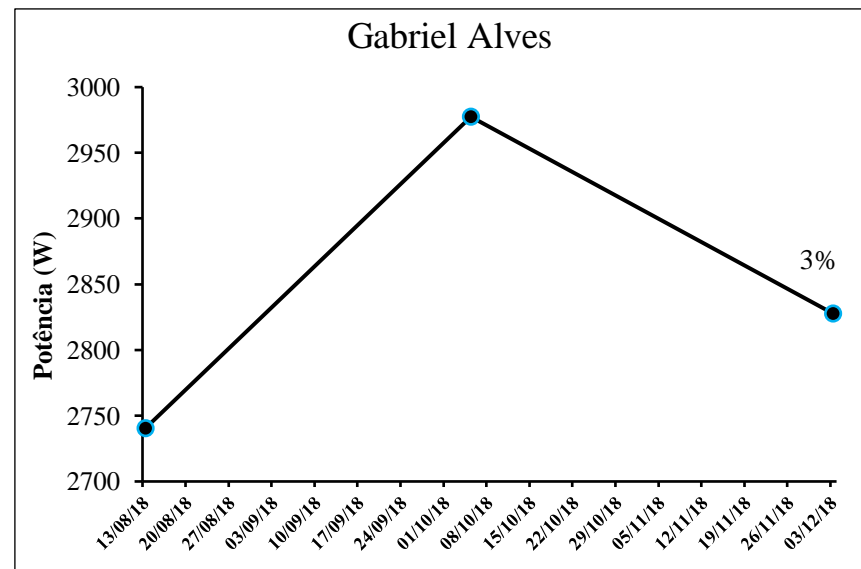
6 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 11% de aumento na potência na última avaliação.



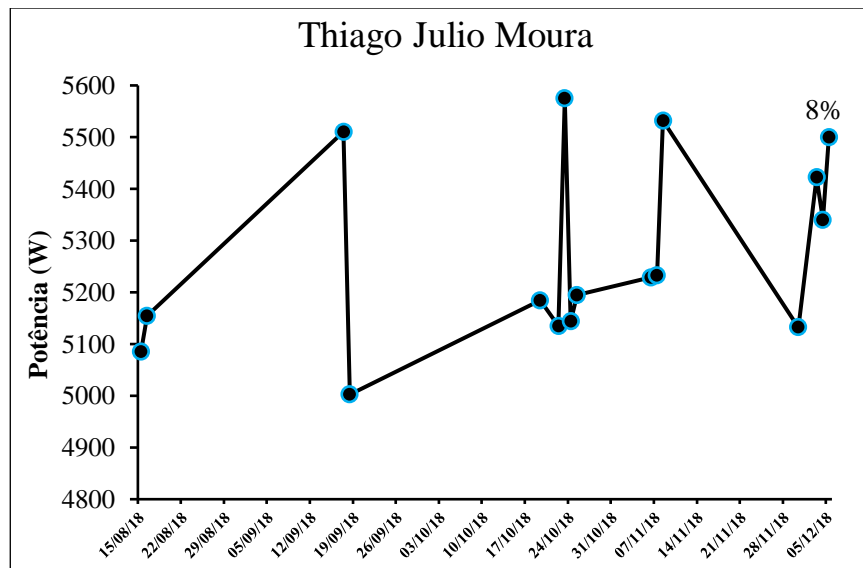
6 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



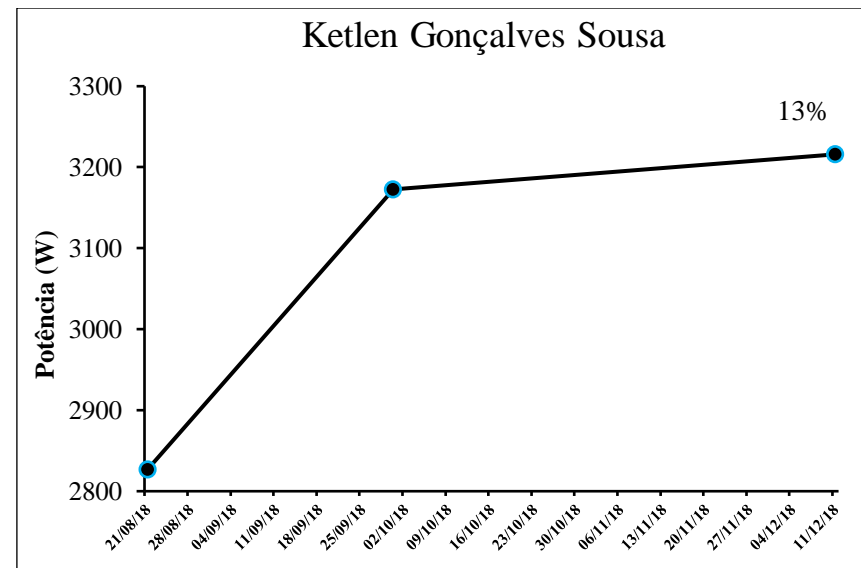
5 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



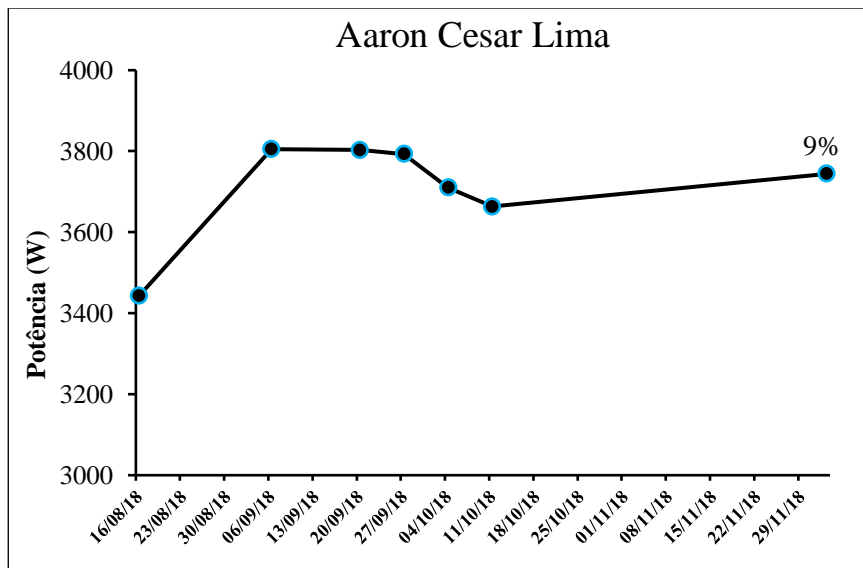
16 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



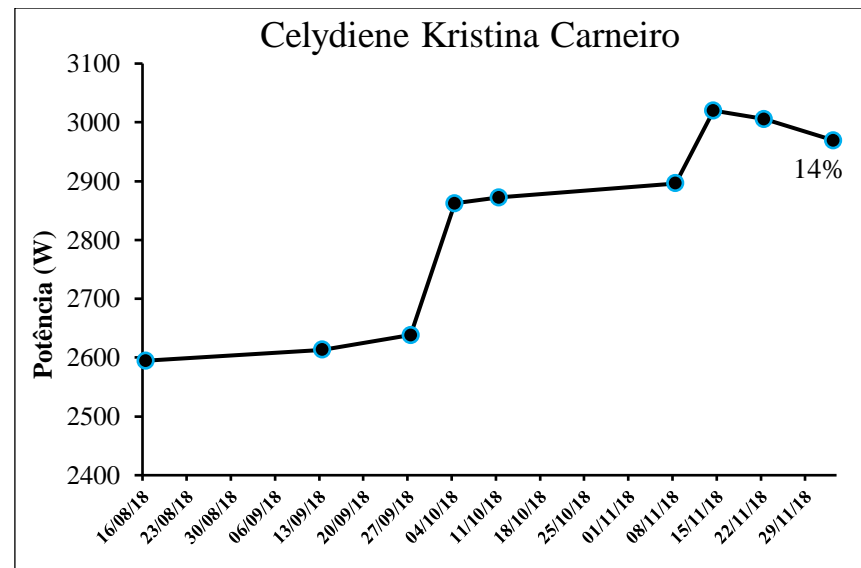
3 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 13% de aumento na potência na última avaliação.



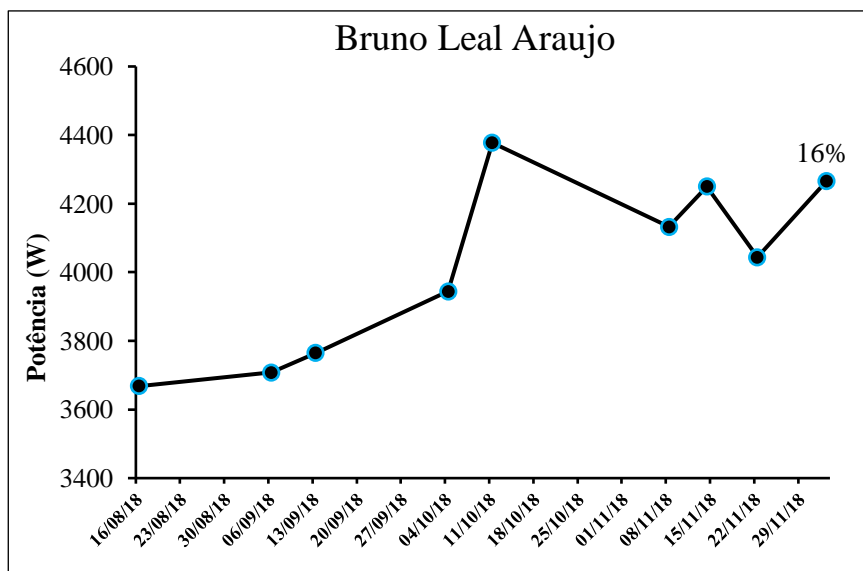
<b>META 3 QUALITATIVA / META 1 E 2 QUANTITATIVA</b>
<b>TAEKWONDO</b>
Aaron Cezar Vargas Lima
Bruno Leal Araújo
Celydiene Kristina Soares De Sousa Carneiro
Henrique Igor Da Silva
Leandro Abner Ferreira De Souza
Lucas Freitas De Souza
Marcos Vinicius Dantas Andrade Dos Reis
Paloma Ferreira De Lima
Renata Camara
Renata Mori Vidotto
Robson Henrique Do Carmo Maia
Tairone Tuller Moraes
Thiago Do Nascimento Fradique
Thiago Prado Dos Santos
Vitoria Da Costa Siqueira
Vitoria Oliveira De Lima



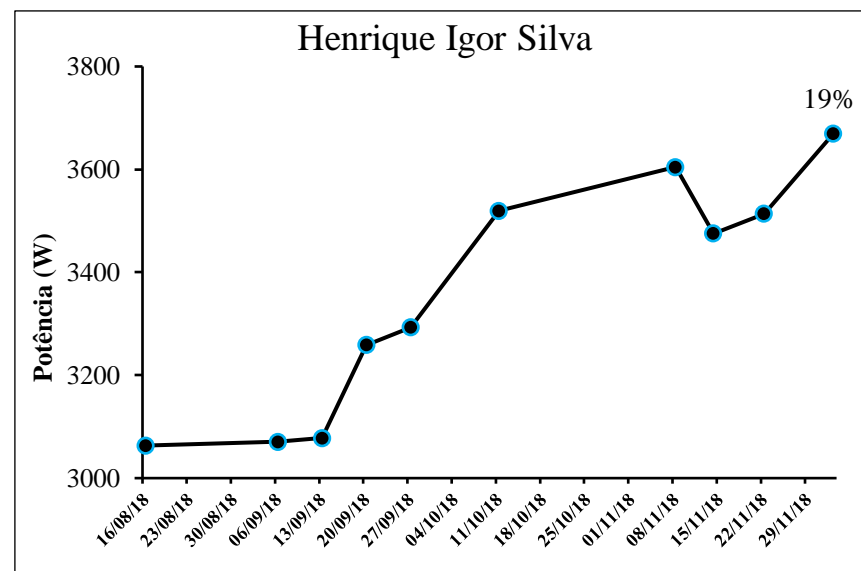
7 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 9% de aumento na potência na última avaliação.



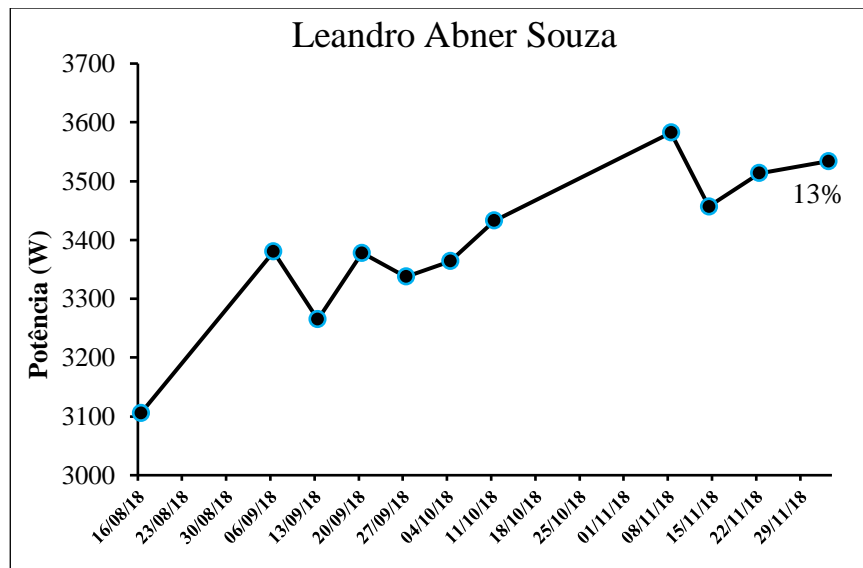
9 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 14% de aumento na potência na última avaliação.



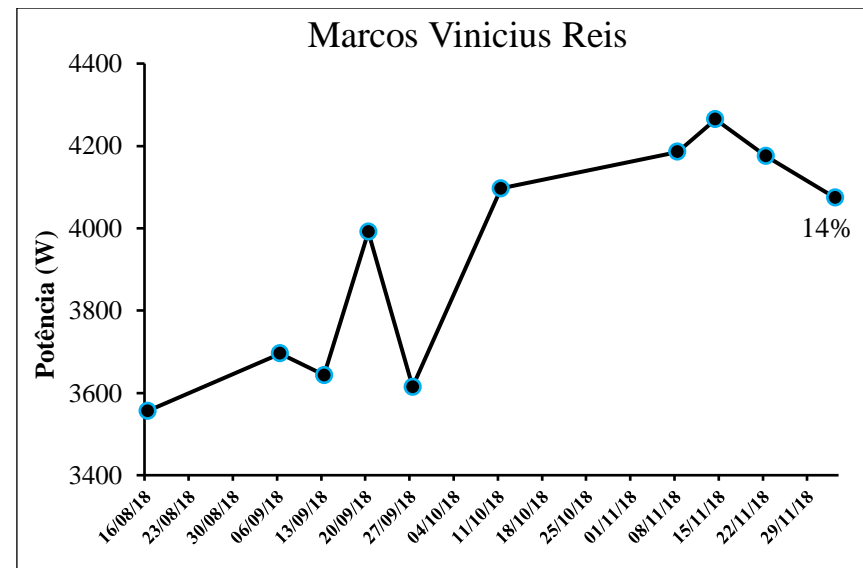
9 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 16% de aumento na potência na última avaliação.



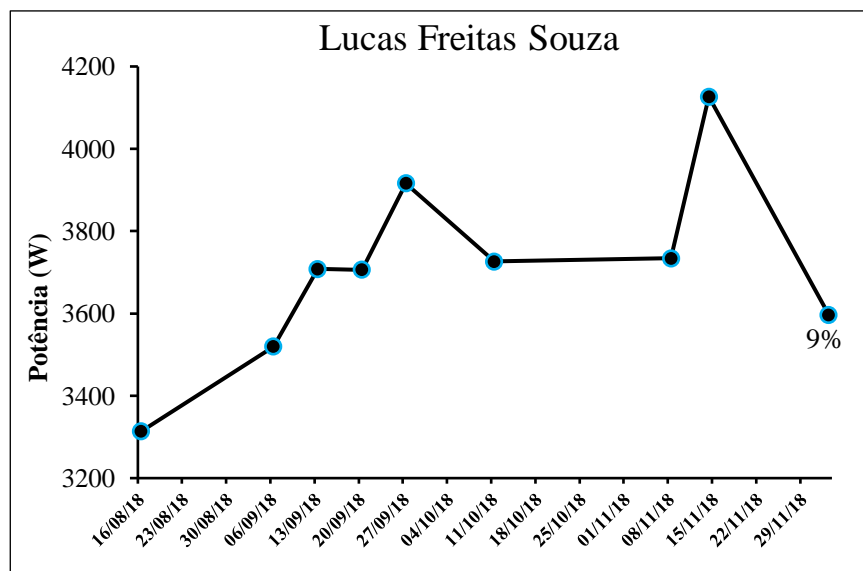
10 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 19% de aumento na potência na última avaliação.



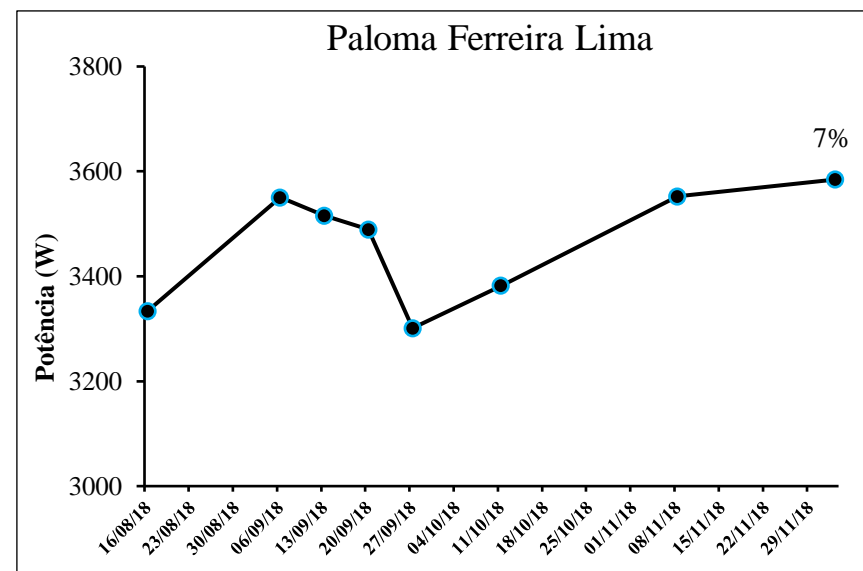
11 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 13% de aumento na potência na última avaliação.



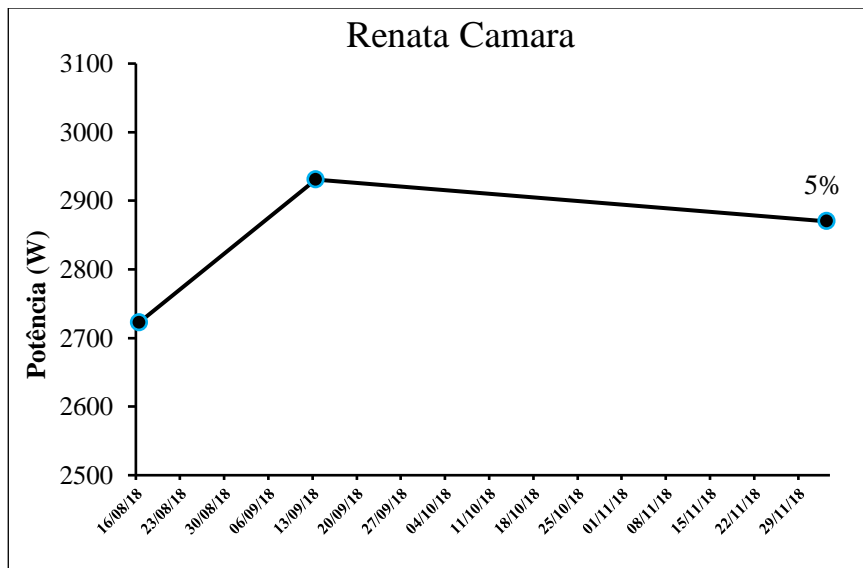
10 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 14% de aumento na potência na última avaliação.



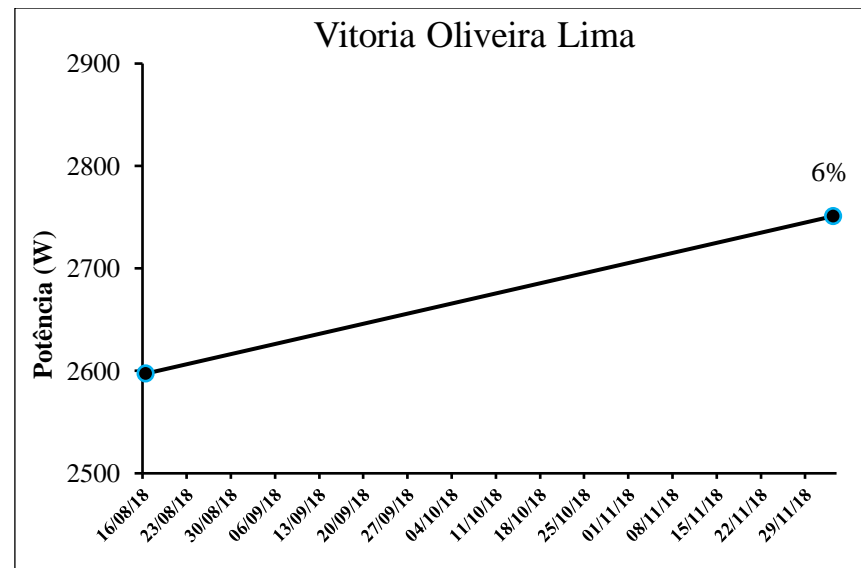
9 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 9% de aumento na potência na última avaliação.



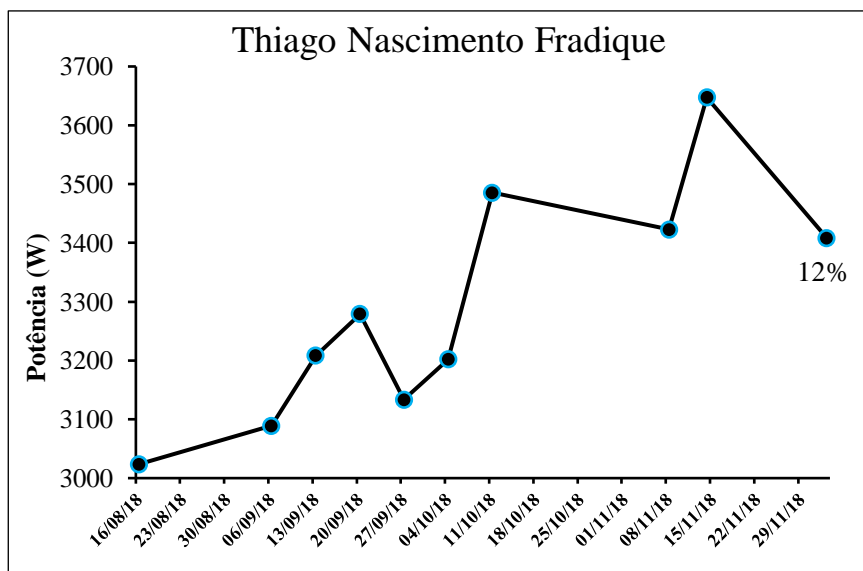
8 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 7% de aumento na potência na última avaliação.



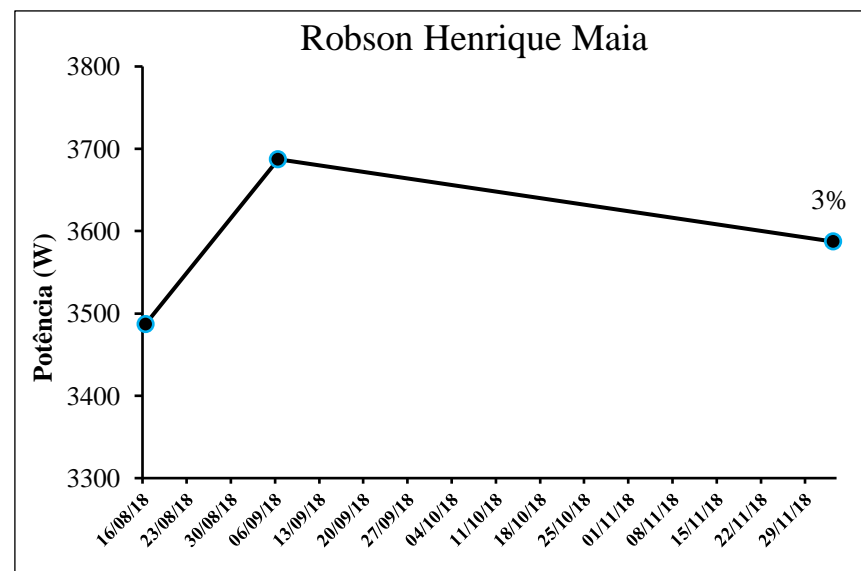
3 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 5% de aumento na potência na última avaliação.



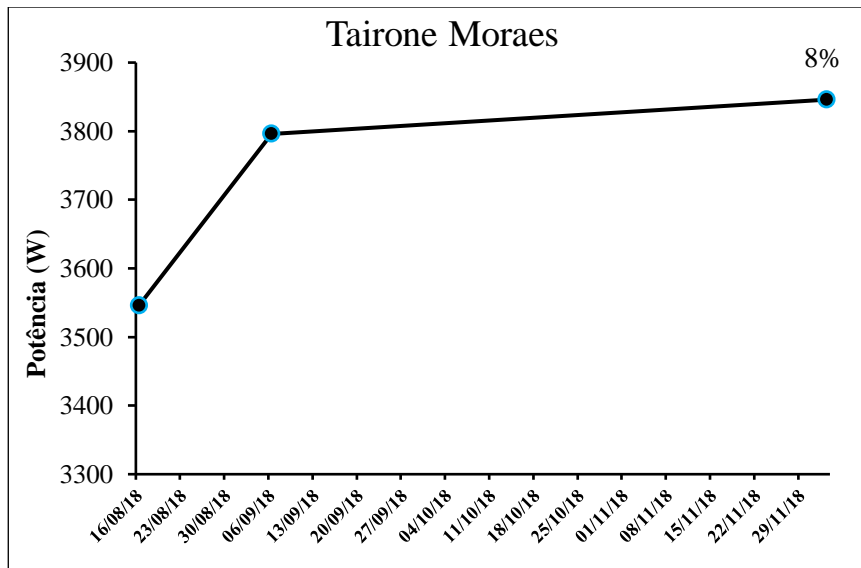
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou uma melhora de 6% após a primeira avaliação.



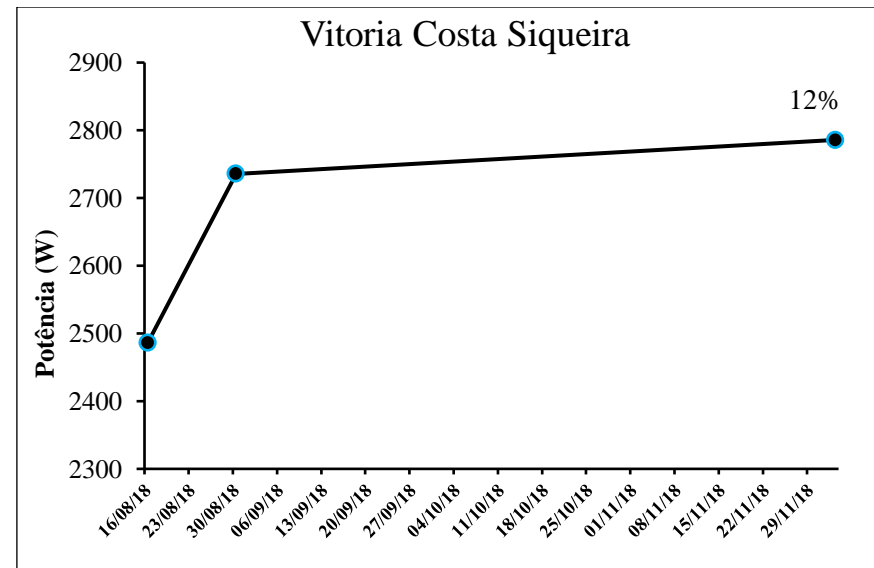
10 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 12% de aumento na potência na última avaliação.



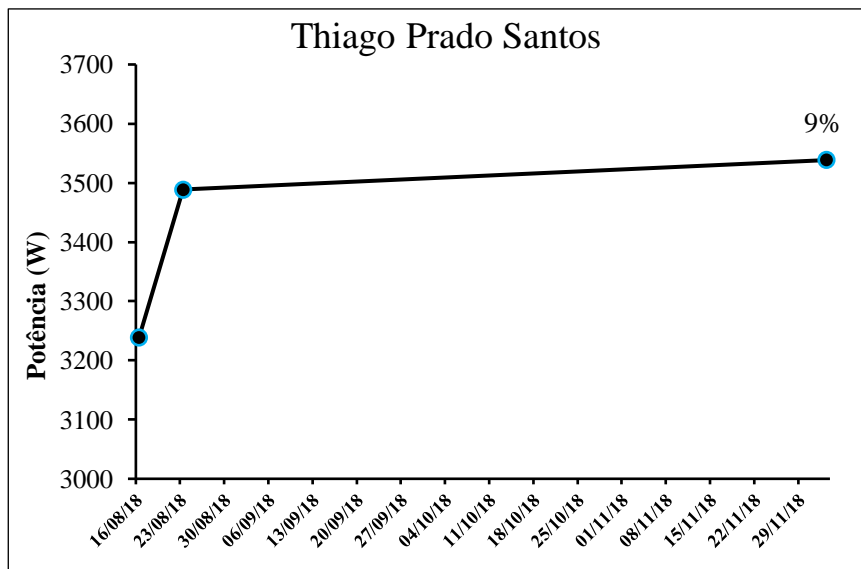
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



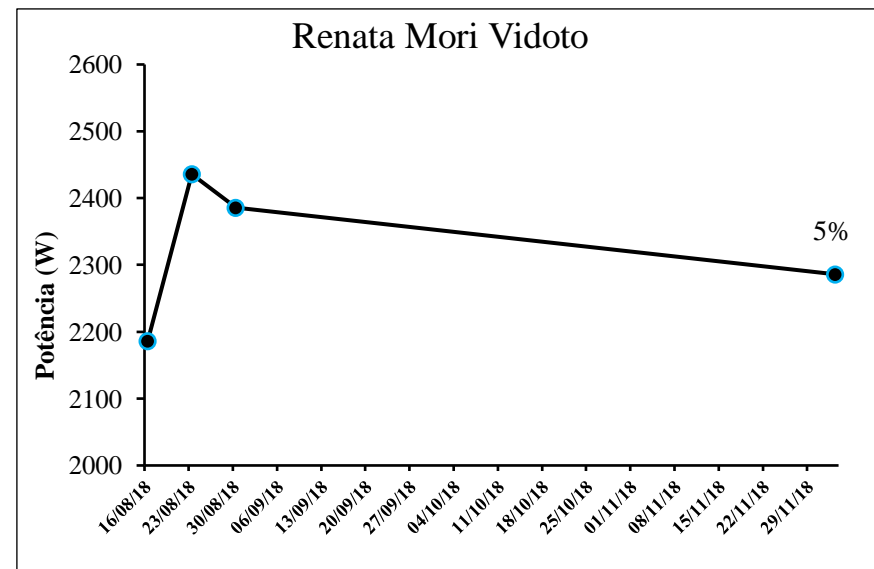
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



3 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 12% de aumento na potência na última avaliação.



3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 9% de aumento na potência na última avaliação.



4 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 5% de aumento na potência na última avaliação.

**META 3 QUALITATIVA / META 1 E 2 QUANTITATIVA****RUGBY**

Aline Ribeiro Furtado

Amanda Carolina Gomes de Araujo

Beatriz Futuro Muhlbauer

Bianca Santos Silva

Brendon Alves Pinheiro

Claudia Jaqueline Lopes Teles

Daniel Lima da Silva

Devon Vincient Muller

Douglas Thiago Rauth

Endy Willian de Jesus Pinheiro

Eshyllen Coimbra Cardoso

Guilherme Forte Dias

Guyllherme Rangel Felis de Farias

Isadora Cerullo

Isadora Lopes de Souza

João Pedro Talamini

Joel Victor Araujo Santos

Kaua Matheus de Oliveira Guimaraes

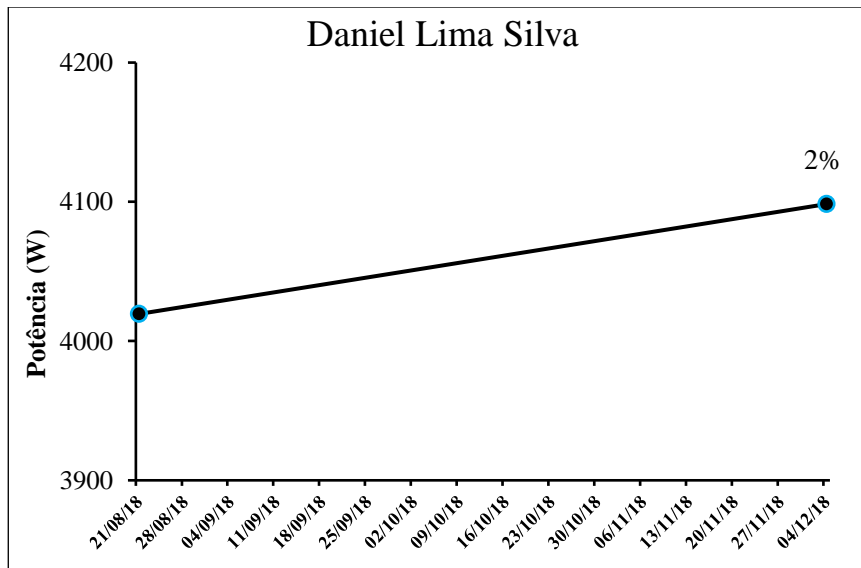
Leila Cassia dos Santos Silva

Leticia Oliveira Martins

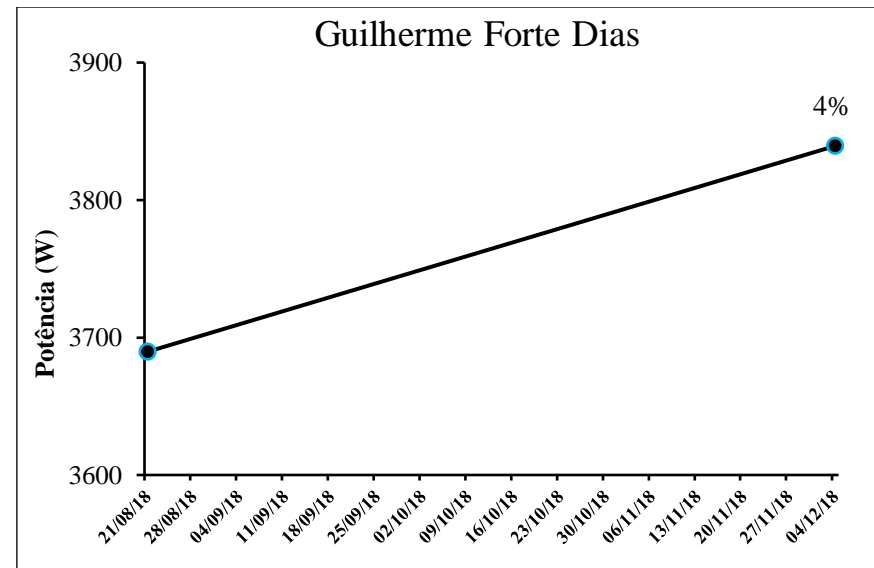
Lucas Amadeu Muller

Luiza Gonzalez da Costa Campos

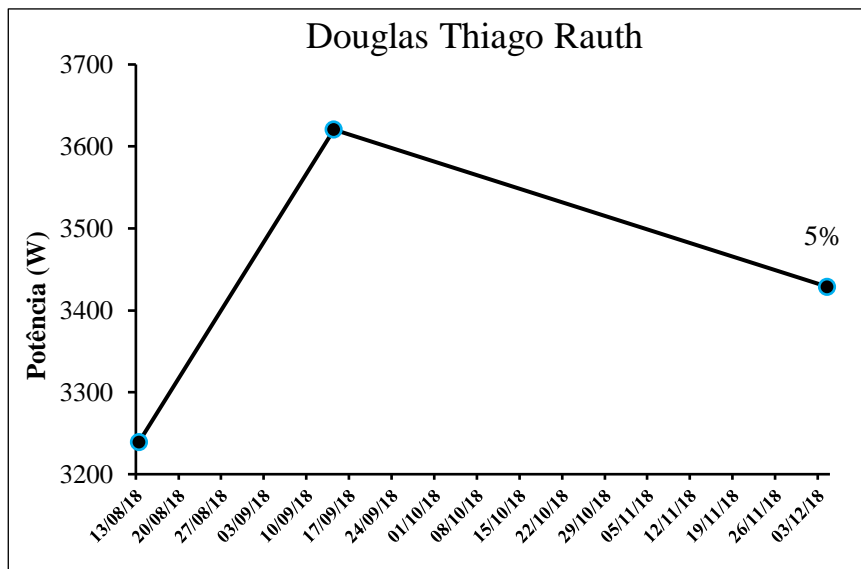
Marcelle da Cruz de Souza
Marcos Civardi
Mariana Nicolau da Silva
Milena Batista Mariano Silva
Pedro Luis Menezes Bengalo
Rafael Carlos Bezerra
Rafaela de Conti Zanellato
Raquel Cristina Kocchann
Robson Alves de Moraes
Thalia da Silva Costa
Thiago Evaristo
Ueligton Rodrigues dos Santos
William Alexander Broderick



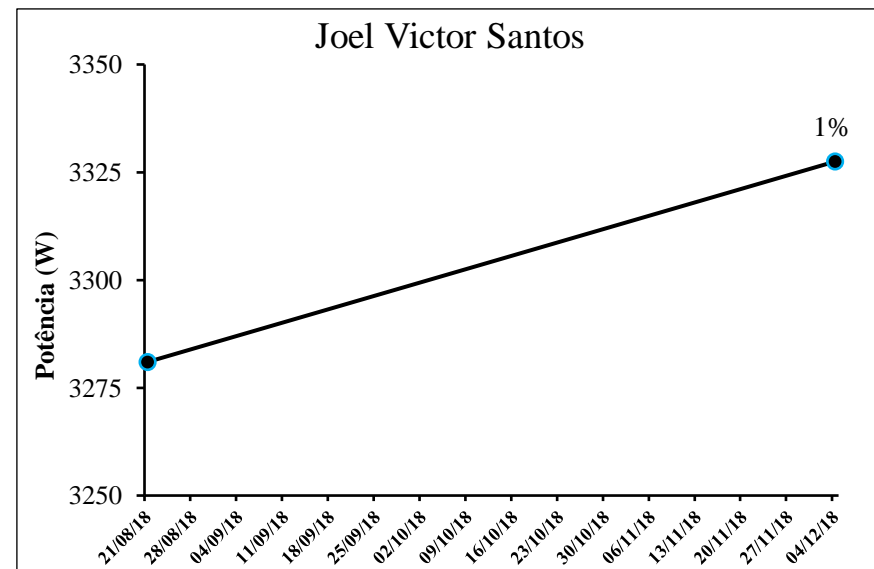
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 4% de aumento na potência na última avaliação.

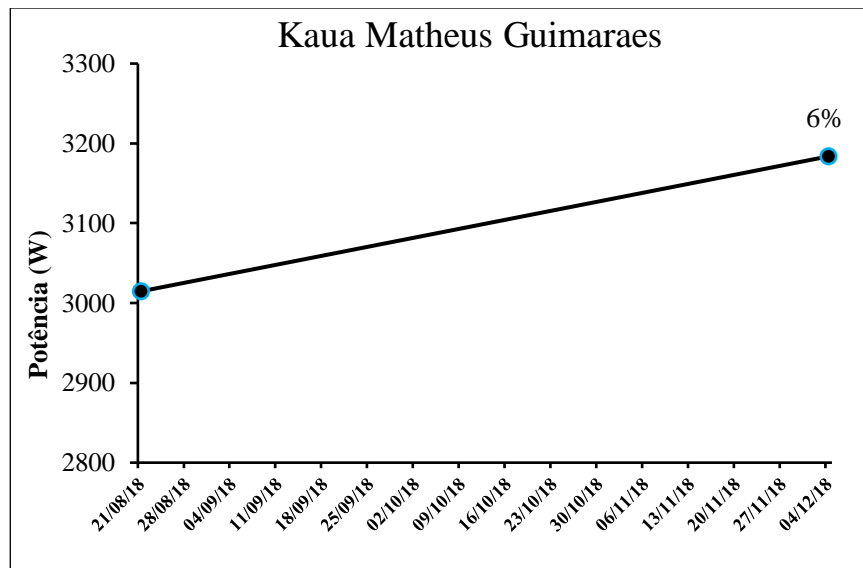


3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 5% de aumento na potência na última avaliação.

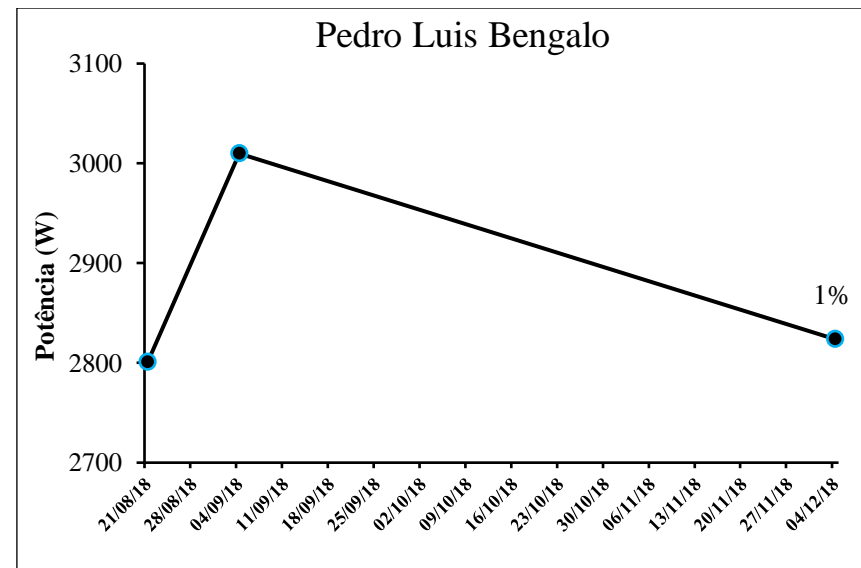


2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 1% de aumento na potência na última avaliação.

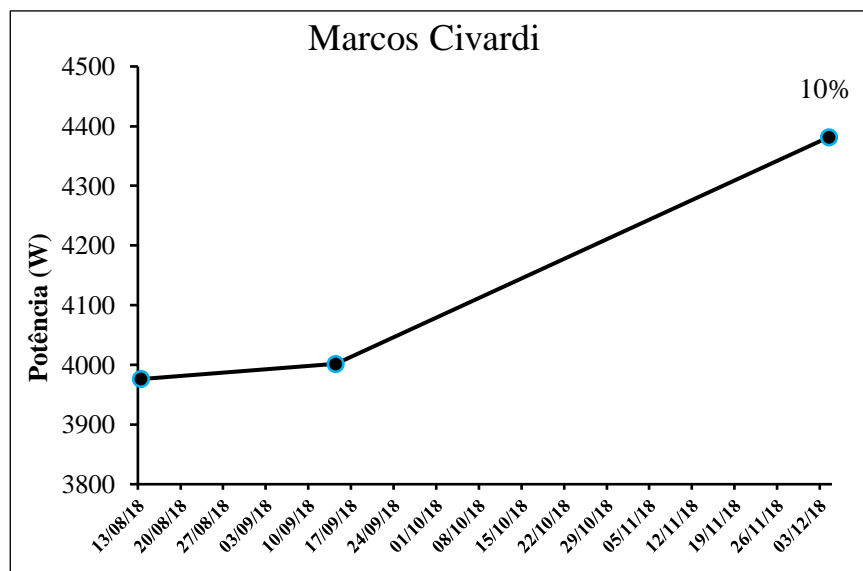




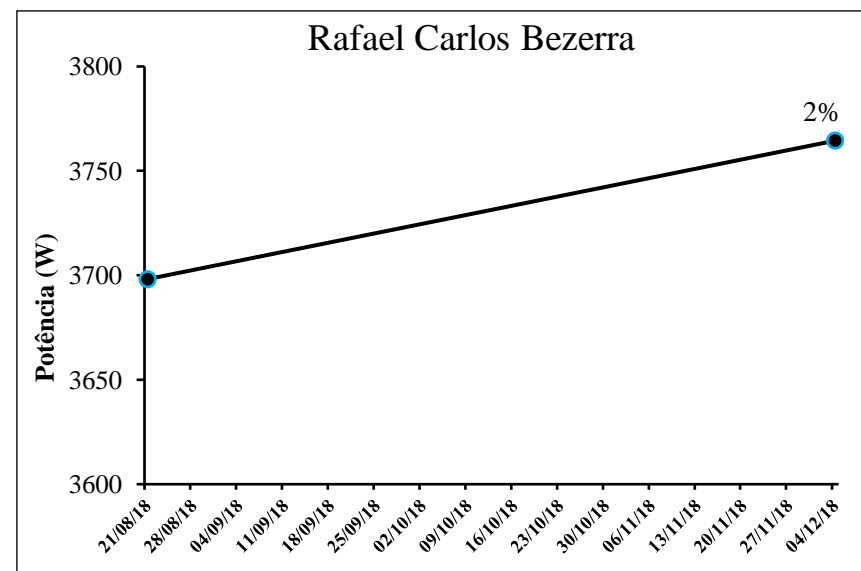
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 6% de aumento na potência na última avaliação.



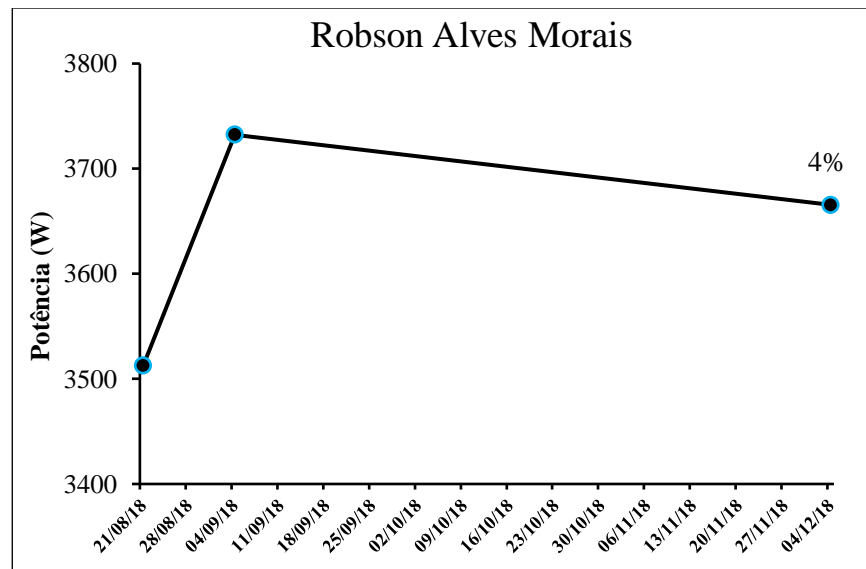
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 1% de aumento na potência na última avaliação.



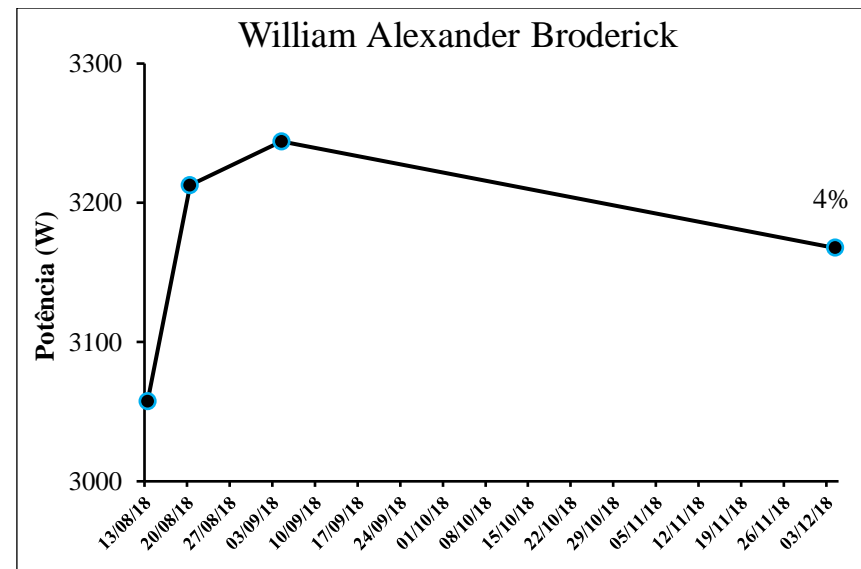
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou um aumento de 10% na potência na última avaliação.



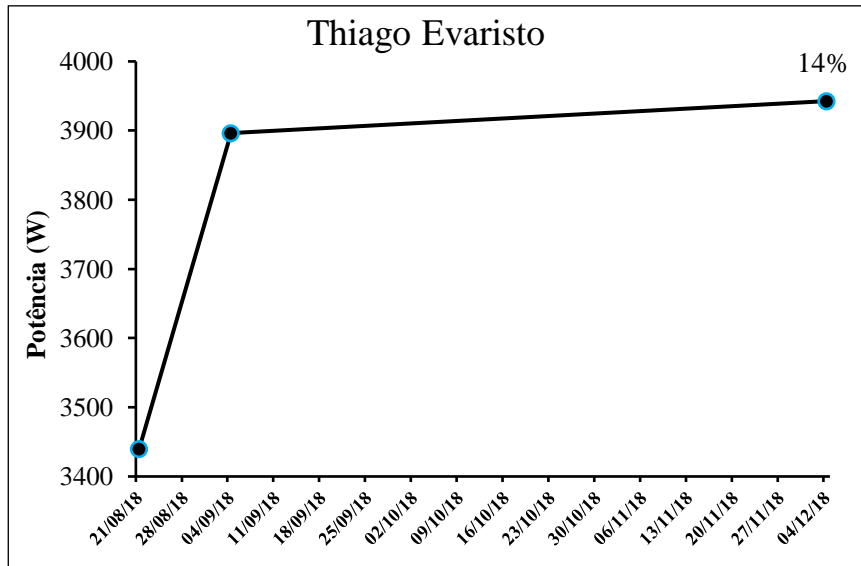
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



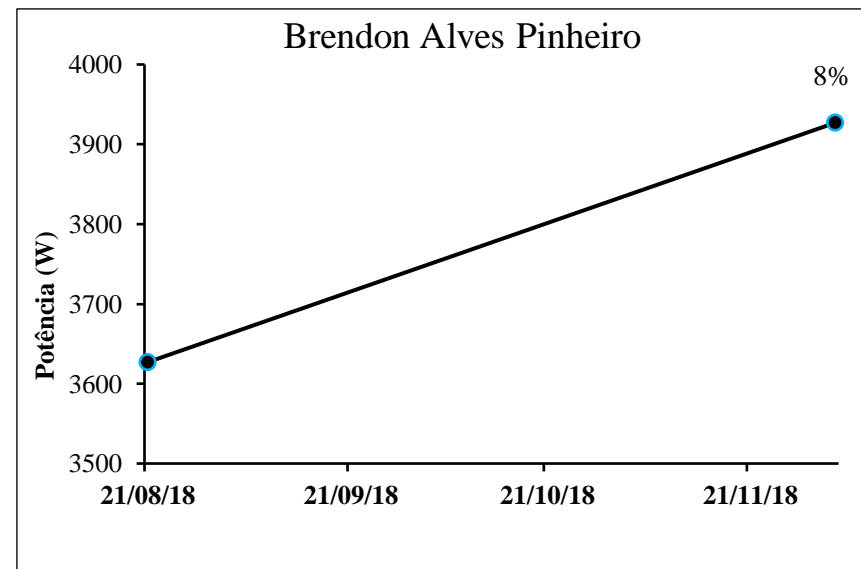
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 4% de aumento na potência na última avaliação.



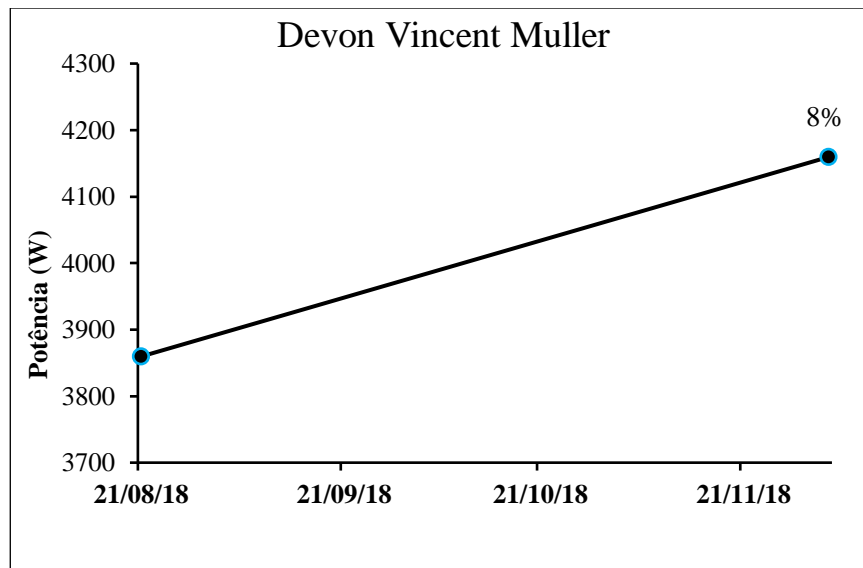
4 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 4% de aumento na potência na última avaliação.



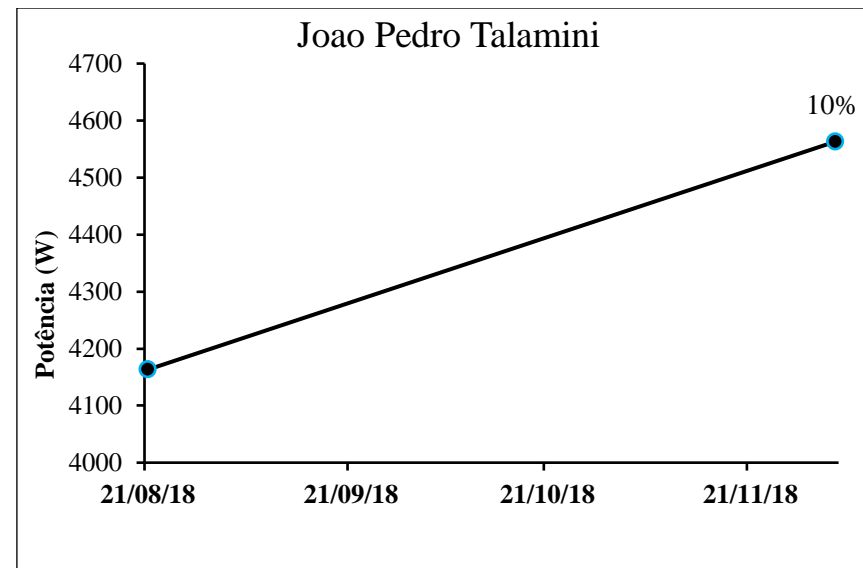
3 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 14% de aumento na potência na última avaliação.



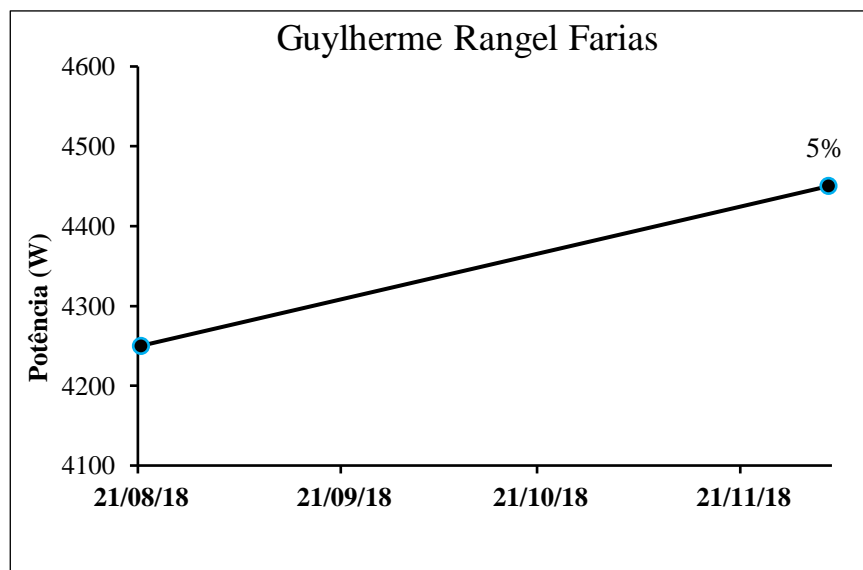
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



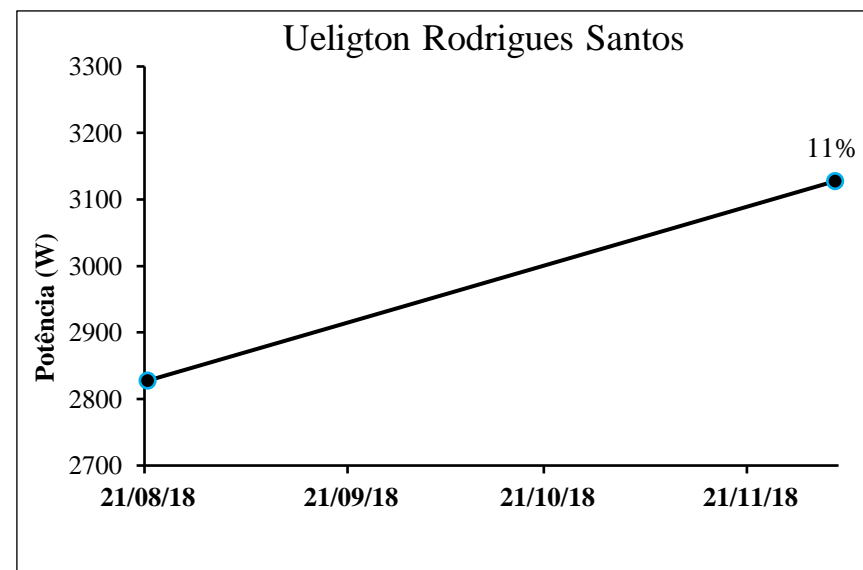
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



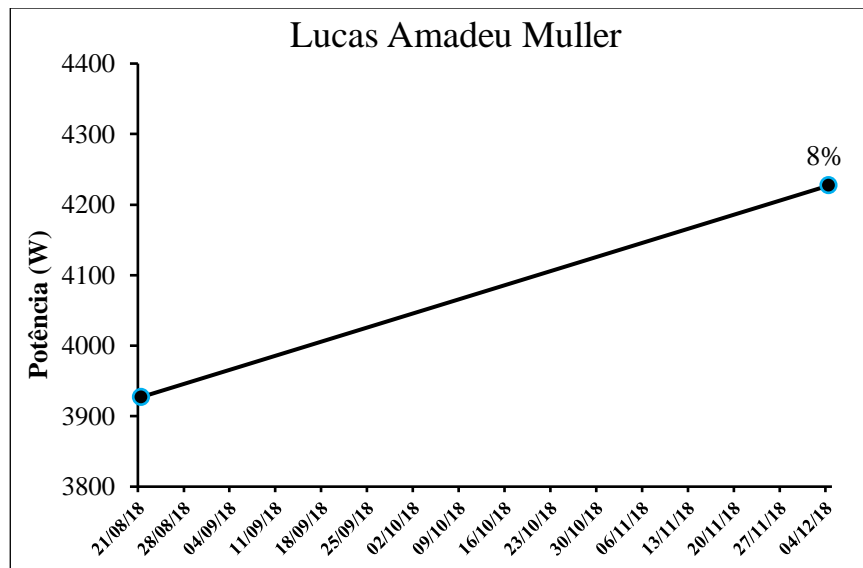
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 10% de aumento na potência na última avaliação.



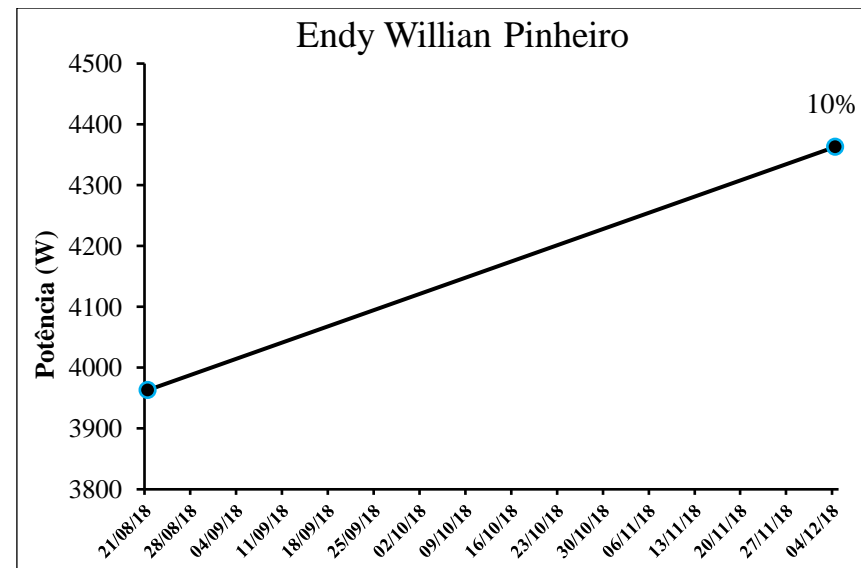
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 5% de aumento na potência na última avaliação.



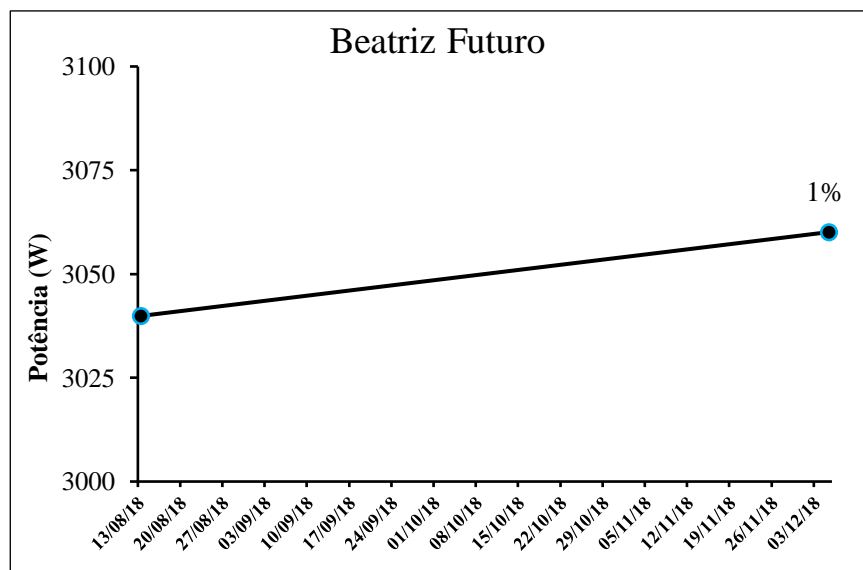
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 11% de aumento na potência na última avaliação.



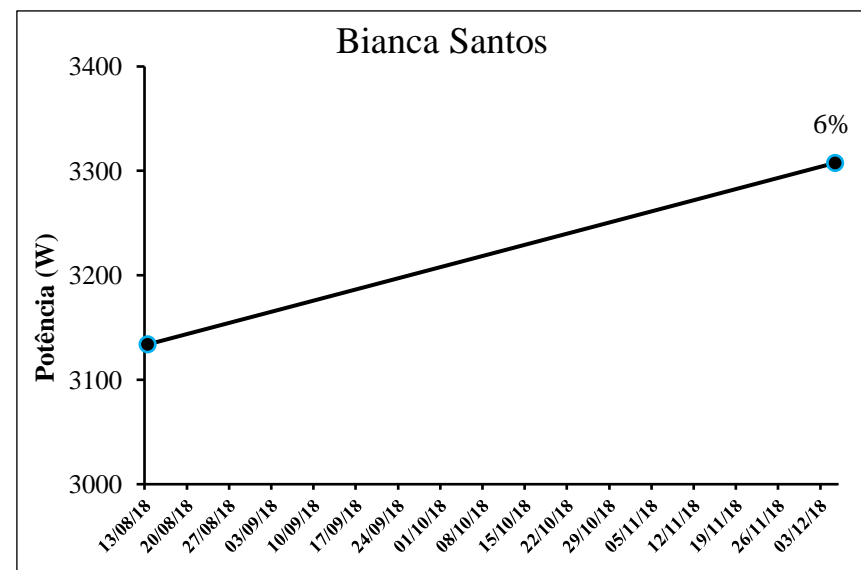
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



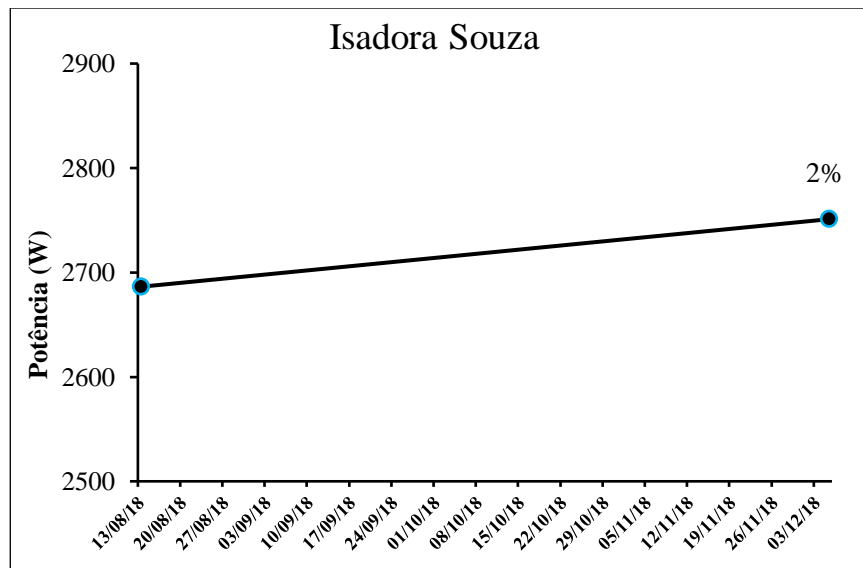
2 avaliações ao longo do semestre. O atleta apresentou 10% de aumento na potência na última avaliação.



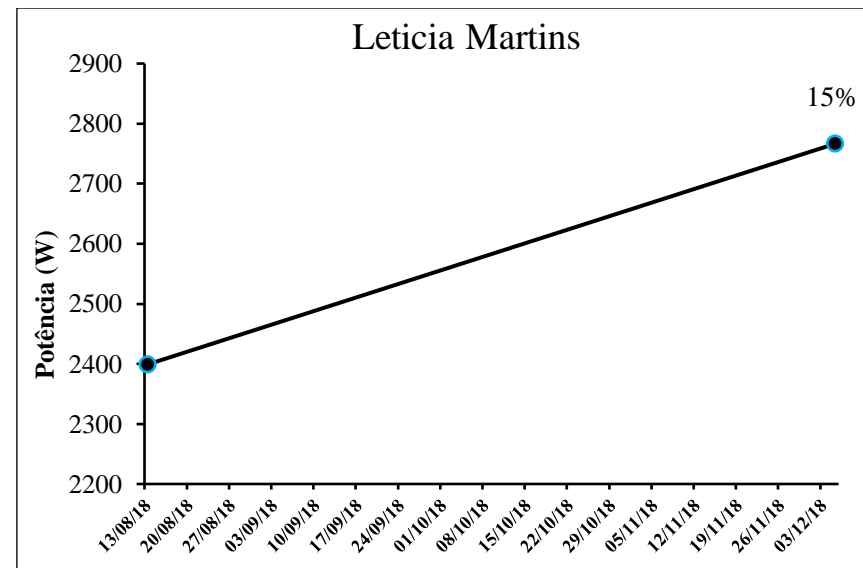
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 1% de aumento na potência na última avaliação.



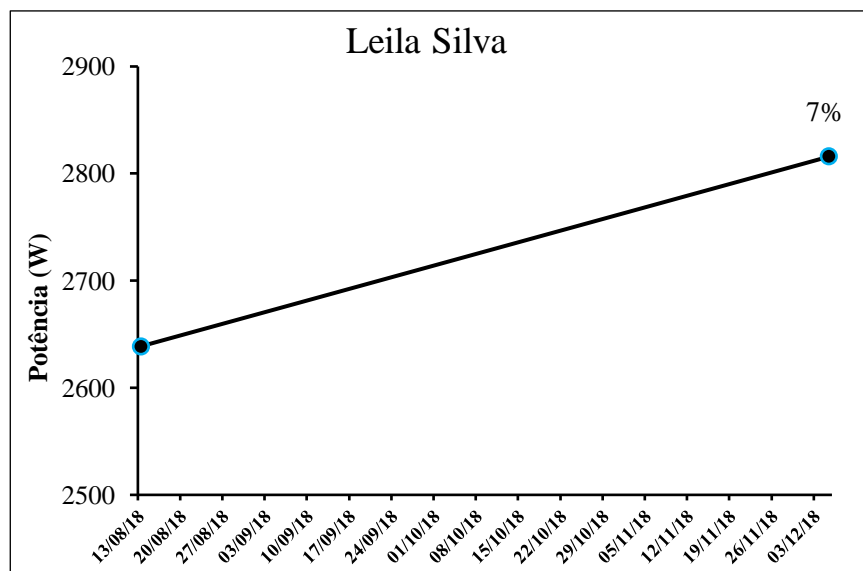
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 6% de aumento na potência na última avaliação.



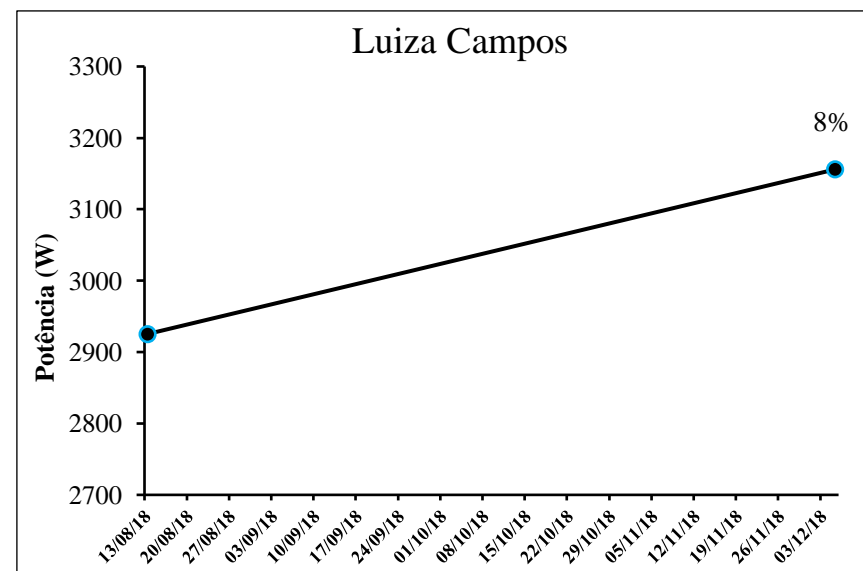
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



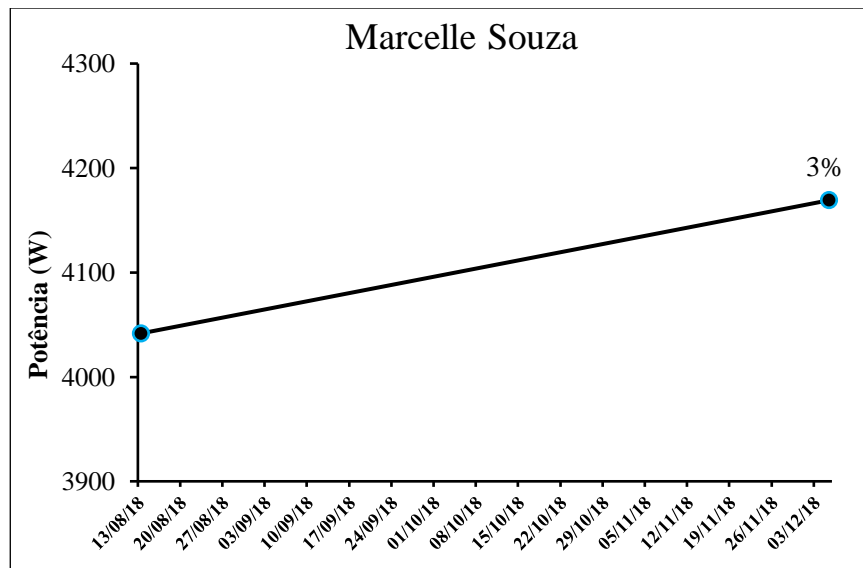
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 15% de aumento na potência na última avaliação.



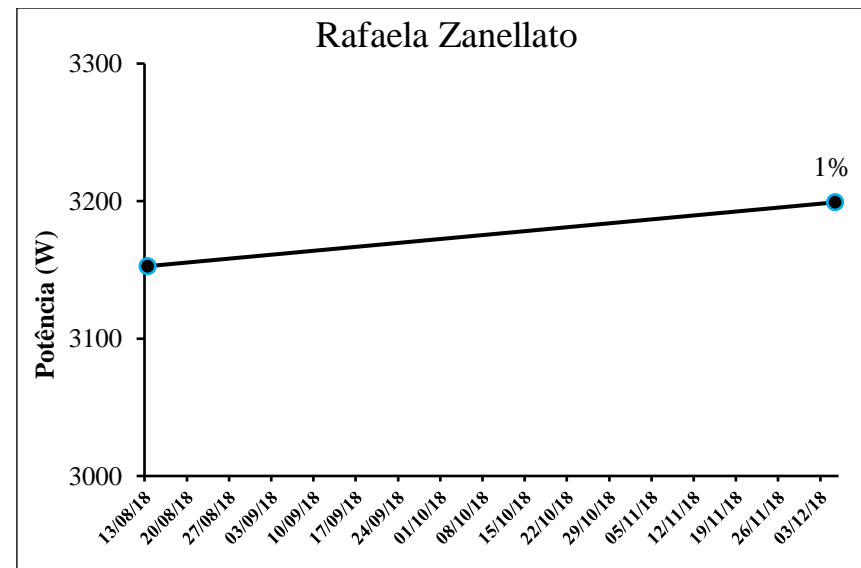
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 7% de aumento na potência na última avaliação.



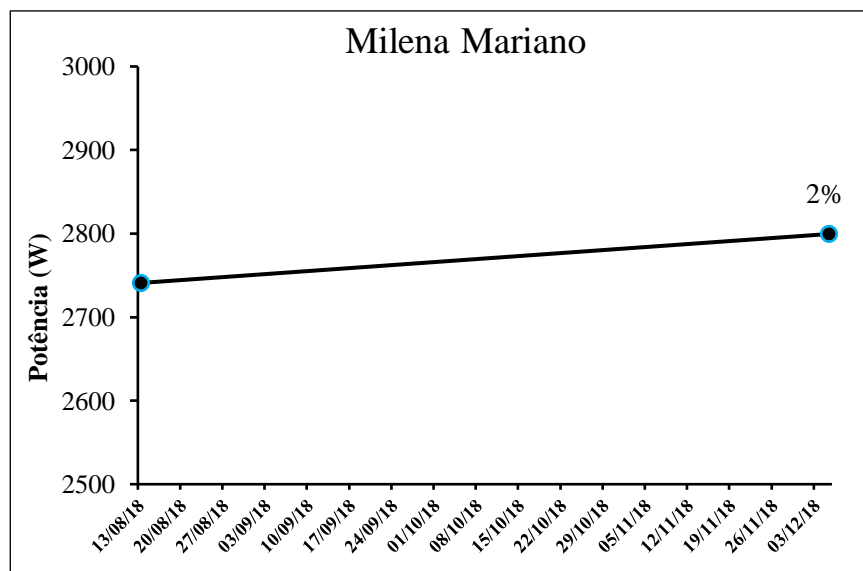
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 8% de aumento na potência na última avaliação.



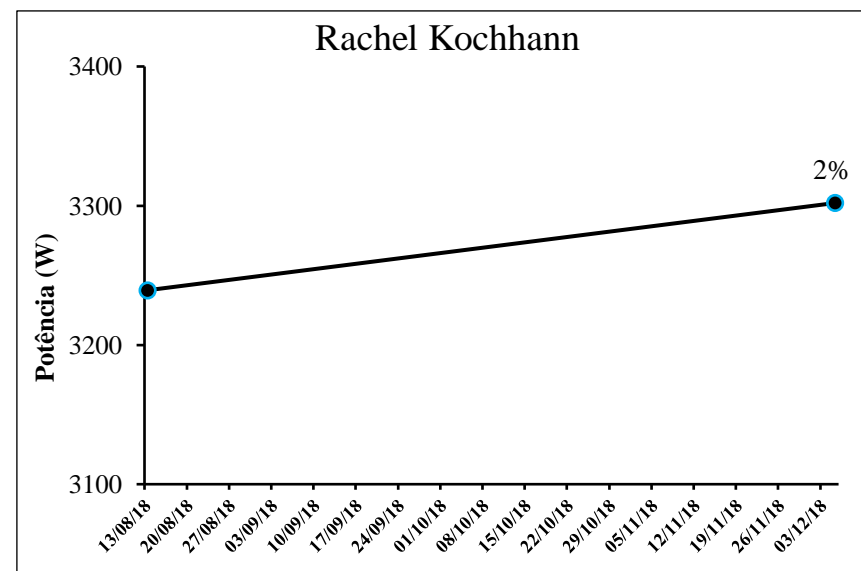
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 3% de aumento na potência na última avaliação.



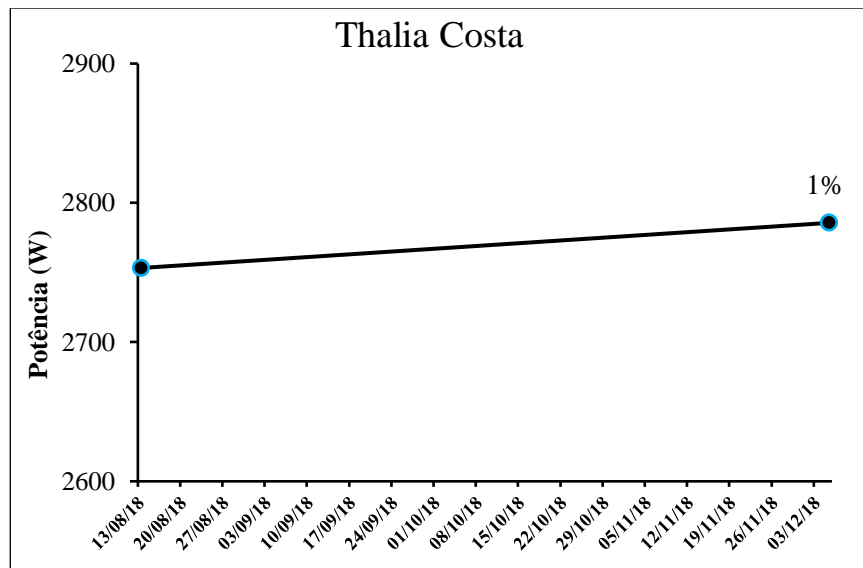
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 1% de aumento na potência na última avaliação.



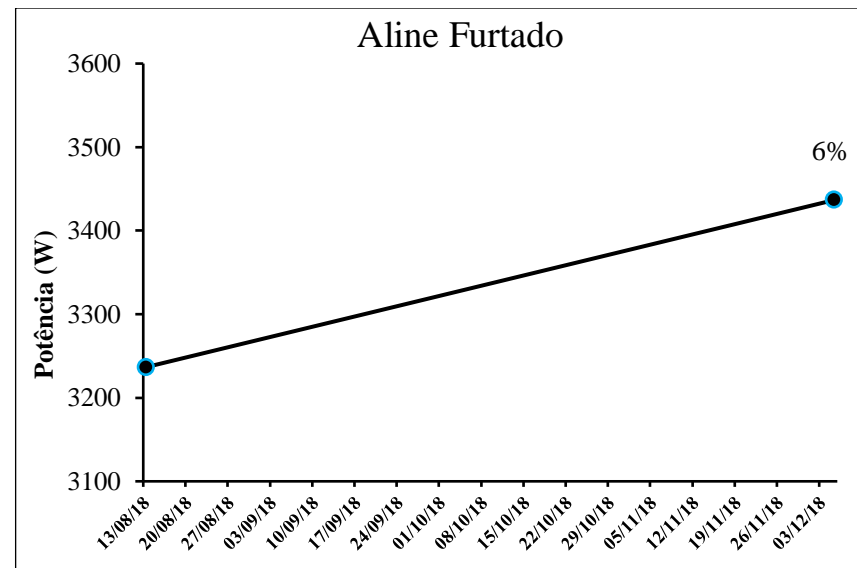
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



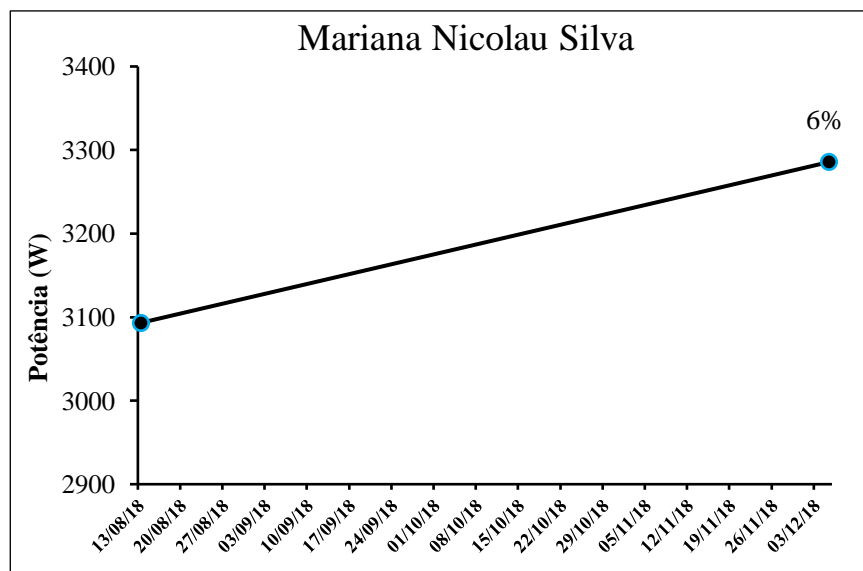
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



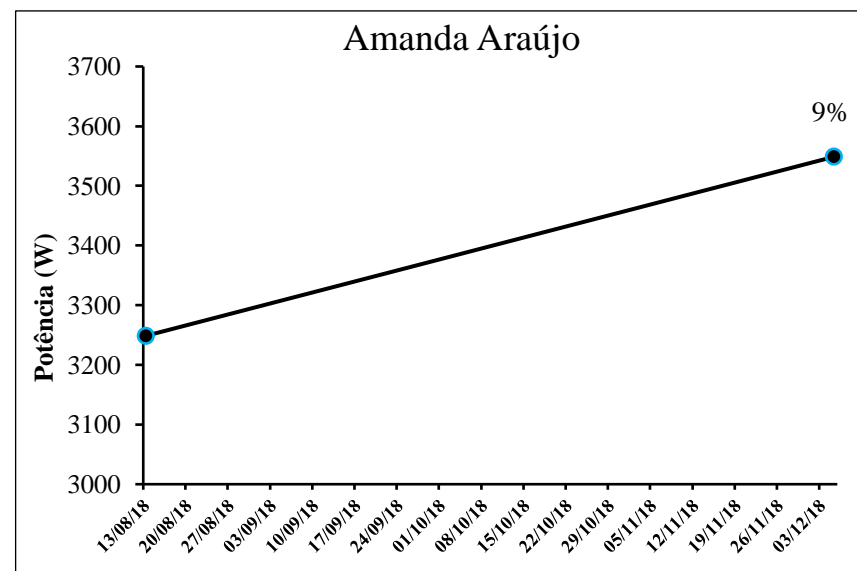
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 1% de aumento na potência na última avaliação.



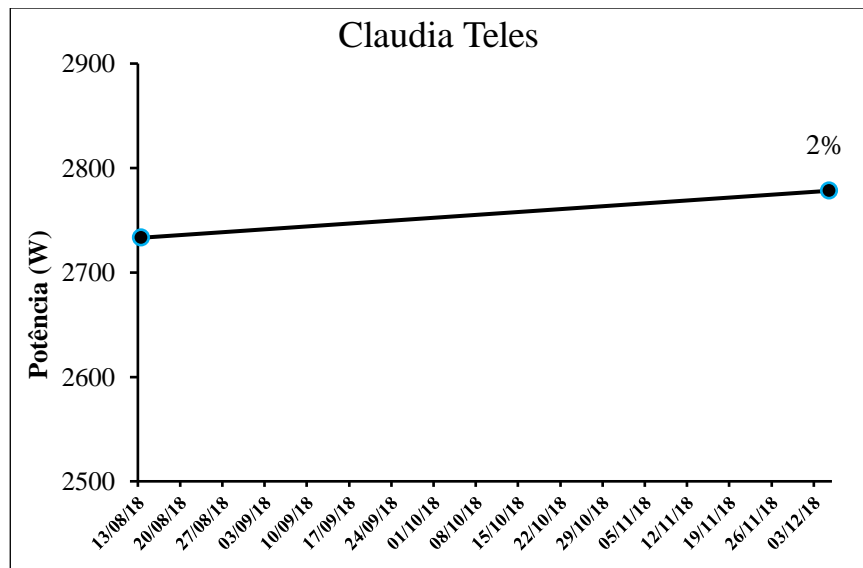
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 6% de aumento na potência na última avaliação.



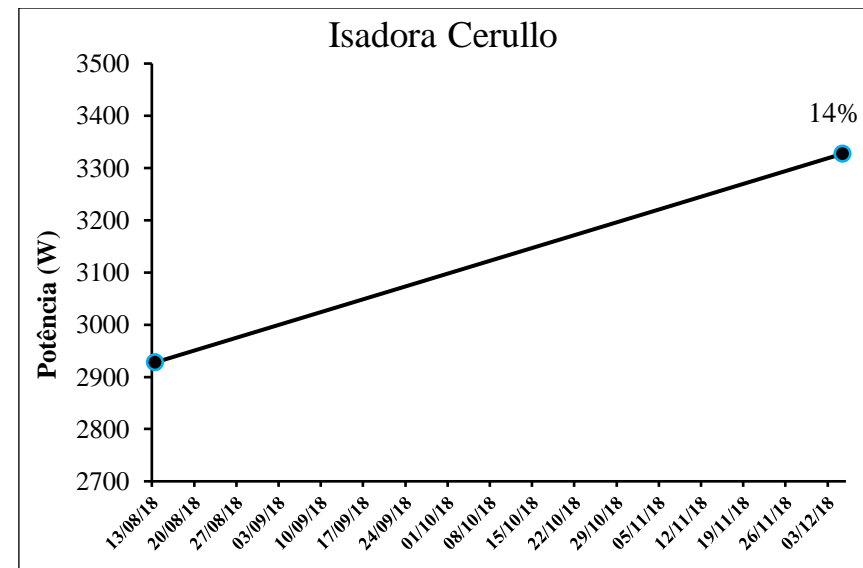
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 6% de aumento na potência na última avaliação.



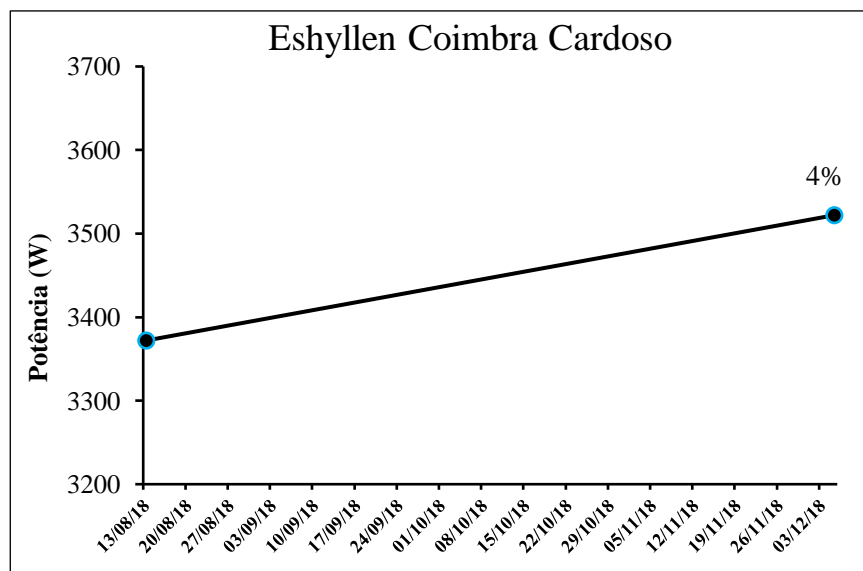
2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 9% de aumento na potência na última avaliação.



2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 2% de aumento na potência na última avaliação.



2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 14% de aumento na potência na última avaliação.



2 avaliações ao longo do semestre. A atleta apresentou 4% de aumento na potência na última avaliação.



Avaliações complementares (solicitadas pela comissão técnica).

<b>Data</b>	<b>Nome</b>	<b>Salto Horizontal (m)</b>	<b>Velocidade 40-m (m.s<sup>-1</sup>)</b>
13/08/2018	Daniel Lima	2.54	7.89
13/08/2018	Douglas Rauth	2.32	7.48
13/08/2018	Guilherme Dias	2.53	7.74
13/08/2018	Guyllherme Rangel	2.63	7.86
13/08/2018	Marcos Civardi	2.45	7.43
13/08/2018	Robson Alves	2.48	7.66
13/08/2018	Thiago Evaristo	2.13	7.62
13/08/2018	William Broderick	2.37	7.02
13/08/2018	Brendon Alves	2.28	7.22
13/08/2018	Joel Santos	2.28	7.41
13/08/2018	Kauã Guimarães	2.20	7.07
13/08/2018	Pedro Bengalo	1.93	6.55
13/08/2018	Rafael Carlos	2.61	7.55
13/08/2018	Aline Furtado	1.97	6.00
13/08/2018	Amanda Araujo	2.27	5.60
13/08/2018	Beatriz Futuro	2.30	5.74
13/08/2018	Bianca Santos	2.28	5.34
13/08/2018	Isadora De Souza	2.18	5.86
13/08/2018	Leila Silva	2.10	5.93
13/08/2018	Leticia Martins	1.91	5.91
13/08/2018	Luiza Campos	2.16	6.17
13/08/2018	Marcelle De Souza	2.56	5.33
13/08/2018	Milena Mariano	2.08	5.75
13/08/2018	Rafaela Zanellato	2.18	5.90
13/08/2018	Raquel Kochhann	2.22	5.82
13/08/2018	Thalia Costa	2.25	5.66

## **Pontos Positivos e Negativos**

Foram realizadas 525 avaliações com os 65 atletas beneficiados no projeto.

O projeto tem proporcionando aos beneficiários estrutura de treinamento e avaliações físicas de alto nível, com alimentação adequada e profissionais capacitados.

As avaliações foram bastante importantes para auxiliar o processo de treinamento dos técnicos e preparadores físicos. Os resultados do teste de potência, permitem aos treinadores controlar a carga de treinamento dos seus atletas e fornece informações importantes a respeito da condição física dos mesmos. Com isso, os treinadores conseguem entender melhor de que forma os atletas estão respondendo ao treinamento proposto. Isso permite com que os atletas cheguem bem preparados fisicamente nas competições.

Nada disso seria possível sem o auxílio da Lei de Incentivo ao Esporte.

Como pontos negativos tivemos 2 atletas do atletismo e 3 do rugby lesionados durante o semestre. Mas felizmente eles conseguiram se recuperar em poucas semanas.

Instituto Península