

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2020

- PRINCIPAIS ATIVIDADES ESPORTIVAS OCORRIDAS NO ANO DE 2020

• PRINCIPAIS ATIVIDADES

- ▶ A pandemia do Covid -19 causou uma interrupção no calendário esportivo, muitos, senão todos, eventos esportivos foram cancelados ou adiados.
- ▶ A Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes (ADAAN), seguiu todos os protocolos e orientações dos órgãos competentes e manteve apenas treinamentos de modalidades individuais, sendo eles, levantamento de Peso Olímpico e Boxe.
- ▶ Atletas dos projetos da lei de incentivo ao Esporte, treinaram seguindo as orientações e acompanhamento dos treinadores e profissionais da saúde.

• PROJETO FORÇA BRASIL



Força Brasil é um projeto incentivado pela lei de incentivo ao esporte do Governo federal e administrado pela Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes.

Iniciamos os treinamentos nesta segunda (06), no Centro Nacional de levantamento de pesos da Marinha do Brasil, situado dentro das dependências do CEFAN, iniciamos também uma bateria de testes no Laboratório de Ciências da Atividade física (LABOCE), que também faz parte dos benefícios do Força Brasil.

O Projeto de LPO Força Brasil consiste em dar total apoio a 16 atletas já em desenvolvimento e que estejam competindo em nível Estadual, Nacional e ou internacional.

Esperamos assim contribuir para o desenvolvimento da modalidade, melhores resultados e visibilidade para a mesma.

OBJETIVOS DO PROJETO FORÇA BRASIL

Objetivo geral – Oferecer treinamento de levantamento de peso olímpico a dezesseis atletas, visando a conquistar títulos a nível nacional e internacional.



Tendo em vista as consequências da pandemia da COVID 19, 2ª competição prevista no calendário da Federação Estadual do Levantamento de Peso Olímpico, no período pós vigência do projeto, realizada este ano foi a Copa Brasil, no dia 05 de dezembro cujos resultados dos atletas do Projeto **FORÇA BRASIL** foram efetivamente bons, com melhoras significativas individuais dentro das expectativas do planejamento anual.



COPA BRASIL

LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO



• PROJETO LUTANDO COM ENERGIA

- ▶ Lutando com Energia é um projeto incentivado pela lei de incentivo ao esporte do Governo federal e administrado pela Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes (ADAAN).



Iniciamos os treinamentos nesta segunda (06), no Centro de Treinamento de Boxe da Marinha do Brasil, situado dentro das dependências do CEFAN. Iniciamos também uma bateria de testes no Laboratório de Ciências da Atividade física (LABOCE), que também faz parte dos benefícios do Força Brasil.



O Projeto de Boxe Lutando com Energia consiste em dar total apoio a 20 atletas já em desenvolvimento e que estejam competindo em nível Estadual, Nacional e internacional.

Esperamos assim contribuir para o desenvolvimento da modalidade, melhores resultados e visibilidade para a mesma.

Foram realizadas reavaliações físicas para constatar a progressão de melhorias da equipe, bem como também palestras para formação moral, disciplinar, cívica e psicológica.



TREINO TÉCNICO E TÁTICO E PREPAÇÃO FÍSICA



De acordo com o descrito acima o planejamento do macrociclo exemplificado foi adaptado devido a pandemia, com sua execução sendo realizada a distância consequente acompanhamento online por parte da comissão técnica do projeto.



FIM DAS ATIVIDADES EM 2020

