

CRONOGRAMA - ENCONTRO NACIONAL DE TREINADORES DE CICLISMO – V4 (10/10)

Cronograma Previsto – 40h:

20/10/2024 – Chegada dos participantes – check in

21/10/2024 – Segunda-Feira

Manhã - 08:00 -12:00 - Auditório

- 8:00 – 9:30 / Abertura
 - FEF – **Profs - Odilon Roble; Paula Fernandes; João Borin; Evandro Lázari**
 - CBC – **Fernando Fermino e Edilson Alves**
- 9:30 – 10:00 - Café
- 10:00 – 11:00 / **Ética no Esporte. Que treinador e treinadora o ciclismo brasileiro precisa?**
Profº Odilon Roble

Palestra de abertura com o intuito de sensibilizar os participantes sobre o que esperamos deste evento e qual será a entrega de cada um.

- 11:00 – 12:00 / Mulheres no esporte – **Prof a confirmar**

Despertar para ideias de como incentivar o desenvolvimento de atletas mulheres no ciclismo.

Tarde – 14:00 – 18:00 - Auditório

- 14:00 – 15:00 / **CBC - Estratégia de Desenvolvimento** – **Fernando Fermino**
Apresentar o planejamento estratégico e projetos CBC para o desenvolvimento do ciclismo.
- 15:00 – 16:00 / **Programa CBC de Formação de Treinadores(as)** – **Bruna Neves**
Apresentar o programa de desenvolvimento de treinadores(as), elaborado pela CBC
- 16:00 – 16:10 / Café
- 16:10 – 18:00 / **Capacidades Físicas e Especificidade** – **Prof.º Evandro Lázari**

Apresentar os conceitos das Capacidades Físicas, bem como a importância da especificidade, com vistas as cinco disciplinas do ciclismo.

22/10/2024 – Terça-Feira

Manhã - 08:00 -12:00 – Sala 09 LAB FEF

- 8:00 – 10:00 / **Preparação Mental** – **Prof.ª Paula Fernandes**
- 10:00 – 10:10 / Café
- 10:10 – 12:00 / **Desenvolvimento Esportivo em longo prazo** – **Profs Larissa Galatti e Evandro Lázari**

Apresentar os conceitos, embasada no Modelo de Desenvolvimento Esportivo COB.

Tarde – 14:00 – 18:00 - Auditório

- 14:00 – 16:00 / **Treinamento das Capacidade Físicas e Mental em longo prazo** - **Profs Paula Fernandes e Evandro Lázari**
Apresentar os meios e métodos de treinamento em longo prazo, despertando a reflexão dos participantes conforme as cinco disciplinas do ciclismo.
- 16:00 – 16:10 / Café
- 16:10 – 18:00 / **Workshop Especificidade no ciclismo** – **Profs Paula Fernandes e Evandro Lázari**

Mediar os grupos de treinadores(as) para elaboração de propostas de trabalho em longo prazo, conforme temas apresentados.

23/10/2024 – Quarta-Feira**Manhã - 08:00 -12:00 - Sala 09 LAB FEF**

- 08:00 – 10:00 / **Planejamento da carga de treinamento** – **Profº João Borin**
Apresentar o conceito de carga de treinamento e sua distribuição ao longo do tempo
- 10:00 – 10:10 / Café
- 10:10 – 12:00 / **Especificidade do Planejamento da carga de treinamento** – **Profº João Borin**
Apresentar aspectos da especificidade da carga de treinamento, conforme as especificidades das cinco disciplinas do ciclismo.

Tarde – 14:00 – 18:00 - Sala 09 LAB FEF

- 14:00 – 16:00 / **Workshop Desenvolvimento de uma Proposta de TLP nas distintas disciplinas do ciclismo** – **Profº Gustavo Maia**
- 16:00 – 16:10 / Café
- 16:10 – 18:00 / **Workshop Desenvolvimento de uma Proposta de TLP nas distintas disciplinas do ciclismo** – **Profº Gustavo Maia**

24/10/2024 – Quinta-Feira**Manhã - 08:00 -12:00 - Sala 09 LAB FEF**

- 08:00 – 10:00 / **Ciclo olímpico - processo de classificação 2024** – **Fernando Fermino**
Incentivar discussões acerca dos ciclos olímpicos passados, o que deu certo e o que pode melhorar?
- 10:00 – 10:10 / Café
- 10:10 – 12:00 / **CrITÉrios de Seleção** – **Fernando Fermino e Guilherme Pussieldi**
Colher sugestões de como podemos melhorar os processos de classificação.

Tarde – 14:00 – 18:00 - Sala 09 LAB FEF

- 14:00 – 15:00 / **Estratégias de classificação nas distintas disciplinas no ciclo 2028** – **Fernando Fermino e Guilherme Pussieldi**
- 15:00 – 18:00 / **Workshop Proposta de classificação nas distintas disciplinas** – **Fernando Fermino e Guilherme Pussieldi**
Os grupos, divididos conforme as disciplinas do ciclismo, desenvolvem e apresentam propostas para o processo de classificação e preparação olímpica no ciclismo.
- 17:00 – 18:00 / Tecnologias de **Fisioterapia** – **Fisio Daniela Nogueira**

25/10/2024 – Sexta-Feira**Manhã - 08:00 -12:00 - Sala 09 LAB FEF**

- 08:00 – 09:00 / Tecnologias de **Fisioterapia** – **Fisio Daniela Nogueira**
- 09:00 – 10:00 / Entrega da performance no ciclismo – **Treinador Hélio Souza**
- 10:00 – 10:10 / Café
- 10:10 – 12:00 / Treinamento de força no ciclismo – **Profº Ricardo Rambo**

Tarde – 14:00 – 18:00 - Sala 09 LAB FEF

- 14:00 – 16:00 / Ciência aplicada ao ciclismo **Profº Cosme Franklin (on line)**
- 16:00 – 16:10 / Café
- 16:10 – 18:00 / Ciência aplicada ao ciclismo - **Profº Cosme Franklin (on line)**

26/10/2024 – Sábado**Manhã - 08:00 -12:00 - Sala 09 LAB FEF**

- 8:00 – 10:00 / Avaliação e controle da carga – **Profº Antônio Carlos Gomes**
- 10:00 – 10:10 / Café
- 10:10 – 12:00 / Workshop Como monitorar atletas alvo? – **Profº Antônio Carlos Gomes**

*Programação sujeita a alteração