

Relatório de Cumprimento do projeto NATAÇÃO PARALÍMPICA



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático
Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br
(14) 3202-9259
BAURU - SP



CONSECUÇÃO DO OBJETO

Objetivo geral

O projeto tem como objetivo oferecer estrutura de treinamento e viagem 1 equipe de Natação com o intuito de participar de campeonatos organizados pelo Circuito Caixa, Federação Cearense de Desportos Aquáticos e prefeitura de São Bernardo do Campo visando obter resultados, segundo regras nacionais e internacionais e integrar pessoas.

Objetivos específicos

PROGRAMADO: Revelar novos talentos para a modalidade Natação paralímpica de Bauru, SP

EXECUTADO: Conforme demonstrado no clipping de notícias, os atletas da ABDA se destacaram nas competições no período de execução do projeto.

PROGRAMADO: Constituir e manter 1 equipe de natação paralímpica.

EXECUTADO: Apesar das dificuldades impostas pela pandemia, a equipe ABDA de natação paralímpica se manteve ativa, com participação nas competições realizadas.

PROGRAMADO: Oferecer condições adequadas para a prática da modalidade natação paralímpica.

EXECUTADO: A ABDA ofereceu estrutura física e equipe multidisciplinar para acompanhar a preparação dos atletas durante o período de execução do projeto.

PROGRAMADO: Aumentar o número de praticantes da modalidade Natação Paralímpica em Bauru, SP.

EXECUTADO: Devido às limitações impostas pela pandemia, não foi possível haver um aumento significativo dos praticantes no período. Há planos para angariar mais alunos em futuro próximo.

PROGRAMADO: Formar atletas competitivos em Bauru, SP.

EXECUTADO: Conforme detalhado abaixo nos resultados obtidos nas competições, os atletas da natação paralímpica da ABDA se encontram em patamar competitivo.

Público Alvo

Homens e mulheres de 15 a 40 anos.

Beneficiários diretos

70 indivíduos.

Beneficiários indiretos

280 Pessoas. Estimativa feita com base em 4 familiares por aluno. Eles serão atingidos indiretamente através das melhorias sociais e atléticas



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



proporcionadas pela atividade esportiva desenvolvida pelo ente familiar

Critérios de seleção

Idade pertinente e performance atlética satisfatória.

Local de Execução do projeto

Arena ABDA - Avenida José Henrique Ferraz, 7-15 Jardim Terra Branca Bauru - SP
CEP 17054-115.

Descrição das instalações

Arena ABDA está localizada na Av. José Henrique Ferraz, 7-15 no Bairro Jardim Terra Branca em Bauru e conta com amplo estacionamento, vaga para idosos e portadores de necessidades especiais, área de lazer arborizada, lanchonete, restaurante, vestiários e pontos de hidratação. Arquibancada para mais de 300 pessoas, academia e box para exercícios funcionais, sala de fisioterapia e pilates, ambulatório, sala de estudos, escritório, além de atender os portadores de necessidades especiais com elevador, vestiários e banheiros adaptados, rampas e corrimãos nos trajetos de entrada. A piscina aquecida e coberta mede 50m x 25m, possui laudo de padrão internacional e atende diariamente mais de 200 jovens nos esportes aquáticos.

Metodologia de treinamento

O projeto fornece materiais, transporte e hospedagens aos atletas para disputarem os campeonatos.

O projeto tem em seu quadro de funcionários 4 professores de natação paralímpica e um supervisor que monitora todos os profissionais.

As aulas ocorrem concomitantemente com outras turmas. O Complexo esportivo comporta as divisões de turmas no mesmo horário. As turmas contemplam ambos os gêneros nos mesmos horários.

- Categoria: S7/S13, terça/quinta de 10:30 as 12:30. Masculino/ feminino de 15 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 1.
- Categoria: S13/S8/S6, seg/qua/sex de 15:00 as 16:00. Masculino/ feminino de 16 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 2.
- Categoria: S5/S6/S8/S13, seg/qua/sex de 16:00 as 16:30. Masculino/ feminino de 17 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 2.
- Categoria: S5/S6/S8/S13, seg a sexta de 16:30 as 18:30. Masculino/ feminino de 18 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 3.
- Categoria: S7/S9/S10, seg/qua/sex de 16:30 as 17:00. Masculino/ feminino de 19 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 2.
- Categoria: S7/S9/S10, seg a sexta de 18:30 as 20:00. Masculino/ feminino de 20 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 3.
- Categoria: S5 a S13, sábado de 08:00 as 11:00. Masculino/ feminino de 21 a 40 anos. Quantidade de atletas: 10. Professor 4.

Total de 70 atletas atendidos.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



Relação de campeonatos disputados

2019

- Circuito Loterias Caixa I - fase nacional
- Festival Tubarão Paralímpico
- Campeonato Paulista de Paranação de Inverno - Troféu Daniel Dias
- Circuito Escolar Paralímpico
- Circuito Loterias Caixa - II fase nacional de natação
- Jogos Regionais - Botucatu
- Jogos Abertos 2019
- Campeonato Paulista de Paranação de Verão
- Campeonato Open Loterias Caixa
- Torneio de Paranação da FAP
- Open Paulista de Paranação

2020

- Não houve competições devido a pandemia

2021

- Jogos Escolares do Estado de São Paulo
- Paralimpíadas Escolares
- Jogos Paralímpicos Universitários
- Campeonato Paulista de Paranação
- Meeting Paralímpico Regional - Araraquara.

Metas qualitativas e quantitativas

1-Metas qualitativas:

Meta: Contribuir para o desenvolvimento da modalidade.

Indicador: Acompanhamento da performance durante a vigência do projeto.

Instrumento de verificação: Ranking do Circuito Caixa.

Resp: grande evolução durante período do projeto e equipe evoluiu muito bem, previsão que continuidade do projeto os resultados melhorarem ainda mais para 2022. Em anexo ranking.

Meta: Melhorar a estrutura de atendimento aos atletas.

Indicador: comparação entre período pré projeto e durante o projeto

Instrumento de verificação: fotos da estrutura do atendimento aos atletas.

Resp: segue fotos estrutura e equipe de acompanhamentos atletas. No próprio relatório colocamos várias informações importantes durante projeto, assim como participação campeonatos e desenvolvimento do projeto.

Meta: Revelar talentos para a modalidade Natação Paralímpica.

Indicador: Dar oportunidade a jovens talentosos de participar do projeto.

Instrumento de verificação: relatório de inscrição em campeonatos.

Resp: tivemos aumento na procura pela modalidade. Em anexo relatório



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



de inscrições campeonatos.

Meta: Permitir aprimoramento técnico dos atletas.

Indicador: comparação de resultados do ano anterior com os auferidos durante o projeto.

Instrumento de verificação: Ranking do Circuito Caixa.

Resp: tivemos melhora muito boa em relação aos resultados, mesmo não tendo competições em 2020. Segue em anexo ranking com evolução dos anos.

Meta: Fortalecer a modalidade Natação paraolímpica em Bauru, SP.

Indicador: participação no campeonato de equipe com estrutura.

Instrumento de verificação: fotos da participação da equipe no Circuito Caixa.

Resp: grande melhora na equipe e incentivo para novos atletas, segue em anexo participação circuito caixa.

2-Metas quantitativas:

Meta: Atender 70 atletas.

Indicador: participação em treinos e campeonatos

Instrumento de verificação: Relatório de ficha de inscrição em campeonatos.

Resp: segue em anexo relatório de inscrições nos campeonatos.

Meta: Participar de 06 campeonatos organizados pelo Circuito Caixa, Federação Cearense de Desportos Aquáticos e prefeitura de São Bernardo do Campo, SP

Indicador: Acompanhamento dos campeonatos.

Instrumento de verificação: Relatório de ficha de inscrição em campeonatos.

Resp: tivemos participação em vários campeonatos como desejado, segue em anexo relatório da federação e ranking para acompanhamento.

CONCLUSÃO

Distribuímos a verba destinada pelos patrocinadores com intermédio do Ministério da Cidadania, Secretaria dos Esportes - Lei de Incentivo ao Esporte, nos pontos mais importantes de utilização do projeto e temos total percepção que foi extremamente importante para nosso desenvolvimento e evolução. Tivemos grande evolução de nossos atletas e grandes resultados nas competições disputadas. Sem dúvida, o grande crescimento do projeto, os títulos conquistados e a grande evolução e visibilidade, tanto na comunidade bauruense quanto em todo Brasil, teve imprescindível ajuda através dos recursos captados.

Em 2020, em uma situação inesperada, devido à pandemia de covid-19, as atividades da natação paralímpica precisaram ser suspensas devido aos participantes se tratarem de grupo vulnerável, com baixa imunidade e suspeito a risco. Todo o calendário de competições da natação paralímpica foi suspenso pelas entidades e confederações organizadoras. Porém, a ABDA ao longo do período de suspensão das atividades, manteve estreito contato com os atletas, por meio de sua equipe multidisciplinar que envolve técnicos, assistente social, médica, fisioterapeutas, nutricionistas e psicólogas, no intuito de acompanhar, amparar e fortalecer o grupo, preparando-os para o retorno gradual e com



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



restrições sanitárias.

Em 2021, as atividades nas piscinas da ABDA foram gradualmente retomadas e, no segundo semestre, as competições do calendário foram retomadas com intensa participação dos atletas da ABDA a partir do mês de setembro, incluindo convocações para atuação de técnicos e atletas em seleções representativas.

Para 2022 previsão de grande melhora e evolução dos atletas em relação treinamento e competições, com iniciativa do projeto e aumento procura por parte de pessoas Parolímpico tem ajudado o desenvolvimento dos atletas e familiares contribuindo em muito para comunidade.

Bauru, 27 de abril de 2022



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



ANEXO 1 - FOTOS DO PROJETO



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático
Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br
(14) 3202-9259
BAURU - SP





Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
 PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático
 Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br
 (14) 3202-9259
 BAURU - SP



ANEXO 2 - FOTOS DO PROJETO (ações sociais ABDA)

	Em abril de 2020, na ação Páscoa Solidária ABDA, foram entregues ovos de chocolate para as crianças. A entrega foi realizada na Arena ABDA, sede da associação, e no Campo do Oriente, centro de treinamento de atletismo. Conforme os cuidados necessários devido à pandemia, todos foram orientados com relação à distância uns dos outros.
	No período em que as atividades estiveram suspensas, a equipe técnica preparou atividades para as crianças fazerem em casa. Divulgamos duas atividades por semana em vídeos nas redes sociais da ABDA. Release: http://abdabauru.com.br/blog/2020/06/03/professores-incentivam-atividades-com-criancas-em-casa/ Um dos vídeos: https://youtu.be/_fQny7T2xYc
	Em julho de 2020, foi transmitido pelo Facebook da ABDA live com o campeão paralímpico de tênis de mesa Cláudio Massad. A transmissão foi aberta a todos, atletas ou não. A iniciativa foi uma adaptação da palestra “Transformando metas em resultados” que Cláudio Massad leva à empresas para inspirar superação e motivação no dia a dia das pessoas.



	Em março de 2021, a ABDA realizou o Drive Thru Solidário ABDA, que arrecadou 1,5 tonelada de alimentos, produtos de higiene, roupas e calçados em bom estado que foram doados ao Fundo Social de Bauru para distribuição a famílias carentes da cidade via Secretária de Bem-Estar Social (Sebes).
	Em setembro de 2021, foram realizadas palestras sobre escolhas da vida e o desvio que as drogas podem causar com atletas de 17 a 20 anos com Livia, ex-presidiária, ex-usuária de drogas.
	Em setembro de 2021, foram realizadas palestras sobre educação nutricional com a equipe de nutricionistas da ABDA (Carol Bernardino, Fabio Amano e Katia Bertuzzo) para crianças de todas as modalidades da ABDA.
	Em novembro de 2021, foi realizado o 3º Festival de Paranatação, com a participação de 43 crianças com deficiências física, visual, intelectual e autistas, seus pais ou responsáveis, professores. A escolha da data foi para celebrar o Dia das Crianças. Todas crianças receberam medalhas de participação.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



ANEXO 3 - COMPROVANTE DE EXECUÇÃO – CLIPPING 2019/2021

***OBSERVAÇÃO:** Em 2020, devido à pandemia de covid-19, as atividades da natação paraolímpica foram suspensas por se tratar de grupo vulnerável, com baixa imunidade e suspeito a risco.

17 de fevereiro de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/02/17/1616/pdf/1702jcB116.pdf>



04 de abril de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/04/04/1941/pdf/0404jcB111.pdf>

Natação

Atleta paralímpico da ABDA treina com Seleção

O nadador paralímpico da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) Matheus Menezes Ribeiro foi convocado pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) para treinar no Centro de Treinamento Paralímpico com a Seleção Brasileira, em São Paulo, durante uma semana - começou no dia 31 de março e segue até o próximo sábado.

Ribeiro compete pela categoria S10, categoria mais alta de deficiência na classificação paralímpica (saiba mais a seguir sobre as classificações). "Objetivo principal da convocação é avaliar a performance dos atletas brasileiros na categoria sub-18, pois alguns já treinam com os técnicos da Seleção, enquanto outros, como no caso do Matheus, não", explicou o técnico da ABDA Douglas Gonçalves.

CLASSIFICAÇÕES

A natação paralímpica tem sua classificação baseada no tipo de deficiência e no tipo de prova. A modalidade natação possui um prefixo S ("swimming", nado em inglês). Os deficientes visuais são divididos em três categorias de acordo com o grau de deficiência (S11 para os de maior grau e S13 para os de menor grau).

Os nadadores são classificados de acordo com diversos fatores, como força muscular, coordenação motora, amplitude de movimento e comprimento dos membros. A avaliação também inclui uma prova prática.

Nem todas as provas são abertas a qualquer classe. De modo geral, distâncias mais curtas são reservadas para as categorias S1 a S5 e distâncias mais longas são disputadas por atletas S6 a S10.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



2 de maio de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/05/02/2017/pdf/0205jcB110.pdf>

Natação

Paratletas da ABDA atingem metas no Open Internacional

A natação paralímpica da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) disputou o Open Internacional Loterias Caixa de Paranaatão, entre os dias 25 e 27 de abril, no Centro de Treinamento Paralímpico Brasileiro, em São Paulo.

A competição contou com a participação de mais de 600 atletas de 18 países inscritos. Além da natação, foram realizadas competições de atletismo. A natação paralímpica da ABDA participou com oito atletas: Ana Laura Vieira, Glauciene Ribeiro, Matheus Andrade, Matheus Ribeiro, Victor Morcelli, Willian Santana, Welison Damasceno e Vrajamany Rocha.

Para a técnica Rayssa Cappelin, as metas foram alcançadas. "Pegamos 3 finais B e ficamos como reserva de final B em 4 provas. Três atletas



Técnico José Cavalieri, atletas Ana Laura, Matheus Ribeiro, Glauciene Ribeiro, Matheus Andrade e técnica Rayssa Cappelin

fizeram suas melhores marcas e dois nadaram próximos ao melhor tempo. Além disso, ficamos a 0.65 do índice parapan nos 50m livre S6 feminino", resumiu a treinadora.

Para a treinadora chegar até a final B com tantos medalhistas paralímpicos participando do evento foi uma grande vitória. "Foi o Open World Series mais forte desde 2014, pois

na competição os atletas poderiam fazer o índice para os Parapan-Americanos de Lima e também para o Mundial de Londres", acrescentou Rayssa. A técnica da equipe de natação paralímpica da ABDA destacou o desempenho dos atletas Glauciene Ribeiro e Matheus Ribeiro, que chegaram às finais Multiclasse, por ITC (índice técnico da competição).

17 de julho de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/07/17/1606/pdf/1707jcB110.pdf>

Natação

ABDA conquista quinto lugar no Circuito Brasil

A equipe de natação paralímpica da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) disputou, no último final de semana, o Circuito Brasil Loterias Caixa de Natação- II fase nacional, em São Paulo (SP). A ABDA participou com sete atletas.

"Ficamos em quinto lugar na pontuação de equipes classe alta", comemorou a técnica Rayssa Cappelin, acrescentando que a maioria dos atletas

na nadou para suas melhores marcas ou próximo a isso.

Satisfeita com os resultados, a técnica da ABDA pontuou que pequenos ajustes serão feitos para continuar a temporada. "Nossa principal competição será no mês de outubro. No próximo dia 21 de julho, participaremos dos Jogos Regionais, na cidade de Botucatu, representando Bauru, competição classificatória para os Jogos Abertos do Interior", afirma.



Próxima competição dos nadadores são os Jogos Regionais



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



21 de junho de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/06/21/1724/pdf/2106jcB110.pdf>

12 de julho de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/07/12/2023/pdf/1207jcB110.pdf>

Paranatação

ABDA é vice-campeã no Paulista com 56 medalhas

A equipe de natação paralímpica da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) sagrou-se vice-campeã geral do Campeonato Paulista de Paranatação de Inverno - Troféu Daniel Dias, no Centro de Treinamento Paralímpico Brasileiro, na zona sul de São Paulo, que contou com 235 nadadores de 23 entidades. A ABDA participou com 25 atletas, competindo em todas as divisões (classe alta, classe baixa, deficiência intelectual e down), sendo 3 estreantes no campeonato. Ao todo, foram conquistadas 30 medalhas de ouro, 13 de prata e 13 de bronze. Entre os atletas da ABDA está o atleta masculino classe alta que mais pontuou, Matheus Ribeiro, da classe S10.

O campeonato contou com atletas de altíssimo nível, al-

guns que participarão de Lima 2019 (Parapan-americano), outros que irão ao Mundial de Londres 2019. Mesmo assim, atletas da ABDA bateram 6 recordes paulistas e 7 recordes do campeonato.

“Tivemos o maior número de inscritos de todas as edições. Fizemos 17 melhores tempos da vida mesmo não estando no ‘pico’ do planejamento, o que mostra a constante evolução técnica dos atletas da ABDA,

que demonstraram uma raça interminável, superando todas as expectativas para o período de treino”, comemorou a técnica Rayssa Cappelin.

“Conquistamos 3 ouros e 1 bronze nos revezamentos (classe alta e baixa) e também foi o nosso melhor resultado, pois estivemos entre as 3 melhores equipes nas 4 provas coletivas que participamos”, acrescentou a técnica.



Equipe da ABDA, que além dos pódios obteve 6 recordes paulistas e 7 recordes do campeonato

Natação

ABDA disputa Circuito Escolar Paralímpico



Atletas da base da natação paralímpica da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) participaram, na capital paulista, no sábado passado, da 1ª edição do Circuito Escolar Paralímpico. O evento foi organizado pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) e contou com mais de 100 atletas de 8 a 14 anos, disputando em três categorias: A - 8 a 10 anos; B - até 12 anos e C - até 14 anos.

A ABDA participou com nove atletas, que podiam nadar de duas a três provas desde 25m livre até 100m medley. “É uma ótima oportunidade para vivência esportiva de competição propriamente dita, onde eles (alunos da base) adquiram hábitos comportamentais durante a competição”, pontuou a técnica Rayssa Cappelin, que acompanhou a equipe na competição.

23 de julho de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/07/23/1212/pdf/2307jcB111.pdf>

JOGOS REGIONAIS

PÓDIOS E TÍTULOS

Bauru conquista 42 medalhas na natação paralímpica e é campeã no xadrez e tênis masculinos

Bauru conquistou medalhas e títulos nos 6º Jogos Regionais, competição que aconteceu em Botucatu. Os resultados foram os seguintes:

Natação: Bauru conquistou medalhas e títulos nos 6º Jogos Regionais, competição que aconteceu em Botucatu. Os resultados foram os seguintes:

Atletas da ABDA: Bauru conquistou medalhas e títulos nos 6º Jogos Regionais, competição que aconteceu em Botucatu. Os resultados foram os seguintes:



Atletas da ABDA: Bauru conquistou medalhas e títulos nos 6º Jogos Regionais, competição que aconteceu em Botucatu. Os resultados foram os seguintes:



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



30 de junho de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/06/30/1940/pdf/3006jcB116.pdf>

NATAÇÃO E SÍNDROME DE DOWN COMBINAÇÃO QUE TRANSFORMA A VIDA

Prática da modalidade amplia autonomia, melhora saúde e eleva autoestima

SHEILA JUNQUEIRA
ESPECIAL PARA O JC

A natação é um dos esportes que agregam mais benefícios para o desenvolvimento corporal e pode ser praticada desde os primeiros meses de vida. Para pessoas com Síndrome de Down, esse esporte traz ainda mais benefícios, como o fortalecimento muscular e a melhora na coordenação motora. Com apoio da família e de profissionais especializados, é possível obter uma melhor qualidade de vida e até se profissionalizar.

Campeonatos e competições têm mostrado que as pessoas com Síndrome de Down podem obter muitas conquistas na natação. Em Bauru, a Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) mantém uma equipe de natação paralímpica. "Hoje, temos 62 inscritos na natação paralímpica da ABDA, sendo nove Down. Temos mais 20 vagas abertas para novos alunos Down, de manhã e à tarde. Trabalhamos aulas em grupo com equipe especializada para atender às necessidades dos alunos", conta a técnica Rayssa Cappelin.

As pessoas com Síndrome de Down nascem com algumas características específicas, como a hipotonia (baixa tonicidade muscular). A natação é uma ótima atividade de reabilitação que desenvolve a coordenação, o trabalho muscular e possibilita amplitude de movimentação das articulações de todo o corpo.

Além disso, nadar fortalece a musculatura cardíaca e o sistema locomotor. A respiração exigida durante a prática do esporte auxilia ainda no combate às doenças do sistema respiratório, do coração e do sistema circulatório. "Temos também os benefícios nos aspectos psicológicos e sociais, incluindo a elevação da autoestima e alívio dos níveis de stress", afirma Maria Inês Garcia Ishikawa, professora de educação física da Aque Bauru.

A profissional afirma, no entanto, para a importância dos pais averiguarem a saúde dos filhos antes de iniciarem a natação. "Nadar se não há impedimentos cardíacos, respiratórios ou a instabilidade de Adamo Axial (IAA), além de se certificarem que a criança tem interesse na natação", explica. A IAA é um termo usado quando existe um aumento no espaço da coluna cervical ao nível de 1º vértebra (alta) e 2º vértebra (axial). "Nas pessoas com Síndrome de Down, pode ser causada pela hipotonia muscular ligamentar e 10% desses indivíduos podem apresentar essa instabilidade", esclarece Maria Inês.

Para tirar essa dúvida, basta um simples exame de raio X. Fei-

to em três posições (flexão, extensão e neutra). "Caso seja detectada a IAA, a criança não poderá realizar a atividade aquática uma vez que alguns movimentos bruscos de pescoço podem ocorrer no mergulho", alerta.

LIBERADO
Realizadas as avaliações médicas e liberada a prática da natação, é só vestir o maiô ou sunga e caprichar nas braçadas. É o que Laura Inoue, de 17 anos, faz toda semana, desde 2016 na ABDA. Antes, ela já praticava atividades físicas regularmente, como basquete, kangô e ginástica multifuncional. "A natação ela pratica desde os dois anos. Sempre foi uma criança muito ativa", conta a mãe Dirla Inoue, que afirma nunca ter tido receio de colocar a filha na natação. "Como a grande maioria das crianças com Down, Laura demorou um pouco para andar, apenas com dois anos. Logo que firmou os passinhos, a fisioterapia deu alta com indicação de que iniciasse natação", relembra.

Além disso, aprender a nadar foi uma decisão voltada para a segurança, já que na casa das avós da Laura há uma piscina. "A natação contribuiu muito para a maior autonomia da Laura. Primeiro por aprender a nadar, ficar independente em uma piscina e isso traz tranquilidade para qualquer pai. Depois também por ser responsável por seus pertences em um local onde existem muitos alunos e ter preocupação com os horários, sair em viagem apenas com uma equipe. Nosso objetivo é que ela tivesse sempre muita autonomia", diz a mãe.

A ABDA afirma que essa autonomia é incentivada para todos os alunos da natação paralímpica. Os pais trazem os filhos que devem para os treinos e eles ficam apenas observando a partir de um momento. A ABDA destaca que essa ação faz com que os alunos se sintam independentes, capazes e possam ter no exemplo do colega já mais desenvolvido aquilo que eles podem ser no futuro. "Eu gosto muito de nadar. Já (ABDA), eu fiz muitas amizades. Também adoro viajar sozinho com a equipe. Já fui para São Carlos e São Paulo competir. Eu já ganhei 10 medalhas em competições e minha maior emoção foi ganhar medalha de ouro das mãos do campeão Daniel Dias", conta Laura.



ABDA tem 62 inscritos na natação paralímpica, nove deles são Down

Laura Inoue com a técnica Rayssa Cappelin



Nadadora bauruense ao lado de Daniel Dias, multicampeão paralímpico e ídolo da natação brasileira

Além dos benefícios para a saúde, Laura Inoue ostenta bom desempenho em competições, com dez medalhas conquistadas

Estímulo

Maria Inês Garcia Ishikawa, da Aque Bauru, avalia como positiva a competitividade na natação que já tem sido uma classe especial voltada para Down. "É uma forma do atleta com Síndrome de Down, demonstrar a sua potencialidade, ter estímulo para melhorar sua performance, ampliar suas perspectivas individuais e coletivas por meio de metas e objetivos traçados pelo técnico, além de expor as vivências de vitórias e derrotas nesta modalidade", explica. Uma característica da criança Down é a hipotonia muscular acentuada, que melhora sensivelmente com a prática da natação. "Percebo sem dúvida alguma que a

natação favoreceu o ganho desse tônus e a força muscular aumentou bastante para a Laura", comemora a mãe da atleta da ABDA. Para os pais que ainda têm receio de colocar o filho com Síndrome de Down na natação, Dirla Inoue tranquiliza: "A natação em princípio é muito lúdica e prazerosa para a criança". "A natação traz benefícios não só no desenvolvimento cognitivo, afetivo, emocional e social, trabalha capacidades e limitações, possibilitando à pessoa com deficiência demonstrar suas habilidades e aptidões, vivenciando o direito de praticar o esporte com dignidade e respeito", complementa a professora da Aque.

19 de setembro de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/09/18/1433/pdf/1809jcA113-DIG.pdf>

Paranatação

ABDA conquista bicampeonato do Open Paulista



A Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) sediou no sábado (14), na Arena ABDA, o Open Paulista de Paranatação 2019. A equipe de natação paralímpica conquistou 61 medalhas

de ouro, 21 de prata e 12 de bronze para a ABDA que liderou a competição na classificação por equipes.

"Além de 26 inscritos pela ABDA, que é nosso novo recorde pessoal de inscrições, nossos atletas nadaram muito

próximo das suas melhores marcas e realmente mereceram o título com mais que o dobro de medalhas de ouro do segundo colocado, que teve 18", comemorou Rayssa Cappelin, técnica da ABDA.

Além das medalhas, qua-

tro atletas da ABDA foram destaque de melhor índice técnico: classe baixa feminino - Sonia Copi (S5); classe alta masculino - Matheus Ribeiro (S10); deficiência visual feminino - Renata Ponce (S13); Deficiência intelectual masculino

- Bruno Ribeiro (S14).

A ABDA ainda participou de seis revezamentos: 4x50m livre nas categorias até 20 e 34 pontos e para Deficiência Intelectual. Foi a primeira participação da equipe nesta última categoria.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



21 de novembro de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/11/21/1631/pdf/2111jcA112-DIG.pdf>

JOGOS ABERTOS NO ALTO DO PÓDIO

Bauru conquista ouro no taekwondo e na natação paralímpica em Marília

Bauru conquistou mais medalhas de ouro nos Jogos Abertos do Interior, que ocorrem em Marília até o próximo sábado (23). A cidade garantiu o alto do pódio no taekwondo e na natação paralímpica. Além disso, conseguiu medalhas de prata e bronze em outras modalidades. A cidade segue em 17º lugar na classificação geral, com 62 pontos, após oito dias de disputas, buscando uma arrancada nos últimos três dias de competição.

Bauru conquistou medalha de ouro no taekwondo individual com Gabriela Mello, categoria até 67 quilos, e prata com Gabriel Mello, categoria até 80 quilos. Além disso, na primeira divisão, foi bronze no badminton feminino sub-20 e handebol feminino livre e ficou em 6º lugar no judô feminino livre; 8º no judô masculino livre e no tênis masculino livre. A cidade ainda foi medalha de prata na bocha, segunda divisão livre, 6º no taekwondo feminino; 7º na ginástica rítmica e no badminton masculino sub-20.

UMA 'PISCINA' DE MEDALHAS

A equipe de natação paralímpica de Bauru, represen-



Natação paralímpica da ABDA obteve 18 medalhas, oito de ouro, sete de prata e três de bronze

tada da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) conquistou 18 medalhas, sendo oito de ouro, sete de prata e três de bronze, na terça-feira (19). Na classificação geral, Bauru ficou em quinto lugar no feminino e em nono no masculino.

No masculino, Matheus Menezes, atleta da classe S10, faturou três medalhas de ouro nos 100m costas, 100m bor-

boleta e 400m livre. Matheus Silveira, atleta da classe S13, conquistou dois ouros nos 100m livre e 100m costas, além de uma prata nos 400m livre. Bruno Ribeiro, atleta da classe S14, ganhou prata nos 100m e nos 200m livre, além do bronze nos 100m peito.

No feminino, Sônia Copi, atleta da classe S5, conquistou ouro nos 50m borboleta e 200m livre e bronze nos 50m costas.

Ana Laura Vieira, atleta da classe S9, obteve ouro nos 100m peito. Glauciene Ribeiro, atleta da classe S6, ficou com a prata nos 50m e 100m livre. Letícia Marques, atleta da classe S8, faturou prata nos 100m livre e bronze nos 100m costas. No revezamento 4x50m medley feminino, as atletas Letícia Marques, Ana Laura Vieira, Sônia Copi e Glauciene Ribeiro ainda ganharam mais uma prata.

27 de dezembro de 2019

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2019/12/27/1549/pdf/2712jcA114-DIG.pdf>



Paulista de paranatação de Verão

A Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) ficou em 2º lugar na classificação geral por equipes no Campeonato Paulista de Paranação de Verão, disputado no sábado (30/11), no Complexo Aquático Arena da Fonte, em Araraquara (SP). A competição foi organizada pela Federação Aquática Paulista (FAP) e teve a participação de 166 nadadores de 16 entidades. A ABDA participou com 17 atletas, que conquistaram 22 medalhas de ouro, 14 de prata e 12 de bronze, somando 48 no total e garantindo o segundo lugar na classificação geral. A equipe campeã foi ADI-Indaiatuba que contou com 30 atletas.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



ESPORTES

**Oficial: Flamengo anuncia Pedro Rocha, que festeja**

Após ser vice-campeão do Mundial de Clubes da Fifa, no Catar, o Flamengo voltou ao noticiário nesta terça-feira, 24/12. O clube rubro-negro anunciou, de forma oficial, a contratação de Pedro Rocha, atacante de 25 anos que estava no Cruzeiro. O jogador chega por empréstimo até o final de 2020. "Vamos com tudo em 2020 para lutar por todos os títulos. Não vejo a hora de vestir o manto sagrado", disse o novo reforço que, nas redes sociais do Flamengo, já aparece, em montagem, com o uniforme rubro-negro.

RETROSPECTIVA**QUEBRAS DE RECORDES**

Natação paralímpica da ABDA teve coleção de vitórias com histórico de superação a cada nova competição



O ano foi de evolução e vitórias para a natação paralímpica da Associação Brasileira de Desportos Aquáticos (ABDA). As atividades tiveram início em agosto de 2016. De lá para cá, foram muitas medalhas, quebras de recorde e evolução em conjunto da equipe. Confira as conquistas em 2019.

CONVOCAÇÕES

Em janeiro, Bruno Martino Ribeiro, classe S14, foi convocado para o Camping Escolar Paralímpico, no Centro de Treinamento Paralímpico, em São Paulo. O evento reúne atletas de maior destaque no cenário nacional e monitora competidores para os próximos ciclos paralímpicos.

Em abril, o atleta da classe S10 Matheus Menezes Ribeiro foi convocado pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) para uma semana de treinamento com a Seleção Brasileira sub-18.

NACIONAL

No Circuito Loterias Caixa - Primeira Fase Nacional, ABDA ficou em 5º na classe alta, 8º na categoria deficiência intelectual e 9º em deficiência visual. No Circuito Loterias Caixa - Segunda Fase Nacional, a ABDA foi 5ª colocada na categoria classe alta.

DESEMPENHO

No Campeonato Paulista de Paranação de Verão - Troféu Fabiana Sugimori, a ABDA sagrou-se vice-campeã, com quebra de recorde de campeonato de Matheus Andrade, classe S13 (100m costas e 100m livre); Victor Nascimento Morcelli, classe S2 (100m livre e 50m livre); Letícia Marques, classe S8 (100m livre); Bruno Ribeiro, classe S14 (100m borboleta e 200m livre) e Welison Damasceno, classe S6 (100m peito).

Houve ainda os recordes paulistas de Matheus Ribeiro, classe S10 (100m borboleta e 200m medley); Vrajamany Rocha, classe S8 (100m peito) e Victor Nascimento Morcelli, classe S2 (50m peito). Destaque para o Troféu de Melhor Índice Técnico Feminino Classe Baixa para a atleta Sônia Copi, classe S5.

No Campeonato Paulista de Inverno - Troféu Daniel Dias, a ABDA sagrou-se vice-campeã, com recorde do campeonato de Matheus Andrade, classe S13 (100m costas); Bruno Ribeiro, classe S14 (200m livre, 200m medley e 100m borboleta); Sônia Copi, classe S5 (200m livre e 50m livre); Carlos Eduardo Oliveira, classe S5 (150m medley); Matheus Menezes Ribeiro, classe S10 (100m borboleta); Vrajamany Rocha, classe S8



Equipe natação com técnicos Rayssa Cappelin e José Guilherme Cavalieri

(100m borboleta) e Letícia Marques, classe S8 (100m livre). Houve também recorde paulista da atleta Renata Pequim, nadando na classe S13 (100m costas).

Sediando a competição em Bauru, a ABDA foi bicampeã do Open Paulista de Paranação, com recorde paulista de Renata Ponce, da classe S13, na prova 100m costas feminino.

Atletas com maiores índices técnicos: Sônia Copi, classe baixa; Renata Pequim, deficiência visual; Matheus Ribeiro, classe S10 - classe alta; Bruno Ribeiro classe S14 - deficientes intelectuais.

JOGOS

Nos 63º Jogos Regionais, em Botucatu, representando Bauru, a ABDA foi campeã no feminino e ficou em 3º no masculino. Ao todo, a natação paralímpica trouxe 31 medalhas de ouro, 7 de prateado e 3 de bronze e ainda um 4º lugar. "Tivemos 80% das medalhas de ouro", comemorou Rayssa Cappelin, técnica da natação paralímpica da ABDA.



Bruno Ribeiro, classe S14, e Matheus Ribeiro, classe S10, foram convocados pelo Comitê Paralímpico Brasileiro para treinos

Nos 83º Jogos Abertos do Interior, em Marília (SP), representando Bauru, a natação paralímpica ficou em 5º no feminino e 9º no masculino. Ao todo foram 18 medalhas, sendo 8 medalhas de ouro, 7 de prata e 3 de bronze.

Nos 83º Jogos Abertos do



No Campeonato Paulista de Inverno - Troféu Daniel Dias, a ABDA sagrou-se vice-campeã, com recordes da competição



Nos Jogos Abertos do Interior, em Marília, representando Bauru, a natação paralímpica ficou em 5º no feminino e 9º no masculino



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP



23 de setembro de 2021

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2021/09/23/1316/pdf/2309jcA112-DIG.pdf>

NATAÇÃO RETOMADA

Equipe paralímpica da ABDA voltou às competições em setembro e garantiu excelentes resultados



Após um longo período sem competições oficiais por causa da pandemia de Covid-19, a natação paralímpica da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) teve um mês de setembro bastante movimentado. Foram três semanas consecutivas de competições no Centro de Treinamento Paralímpico, na cidade de São Paulo, que garantiram excelentes resultados para a equipe.

No dia 9 de setembro, foram realizados os Jogos Escolares do Estado de São Paulo, classe física, competição que foi selvática para as Parolimpíadas Escolares. O atleta da ABDA Miguel Tizabito de Brito (classificação S9, S10 e S11) melhorou todos os seus tempos nas provas nadadas. No dia 14 de setembro foi a vez da classe intelectual dos Jogos Escolares do Estado de São Paulo. Nesta competição, Br-

no Martino Ribeiro conquistou quatro medalhas de 1º lugar, nos 100m peito, 200m livre, 100m livre e 200m medley. Samuel Ferreira conquistou cinco medalhas de 2º lugar, nos 100m costas, 100m peito, 200m livre, 100m livre e 200m medley. Bruno Ribeiro se classificou para a fase final dos Jogos Escolares que ocorreu entre os dias 22 e 25 de novembro.

PARALIMPÍADAS UNIVERSITÁRIAS

Nos dias 17 e 18 de setembro, foram realizados os Jogos Paralímpicos Universitários, que reuniram atletas matriculados e com frequência ativa em instituições de ensino superior da rede pública ou privada de todo o Brasil, reconhecidas pelo Ministério da Educação (MEC), além de alunos de universidades estrangeiras. Nas Parolimpíadas Univer-



Representantes da ABDA, que tiveram três semanas com competições, medalhas e convocações

sitárias, a ABDA conquistou 10 medalhas de ouro, uma de prata e duas de bronze. Pedro Gustavo Schiaveto (classe S9) - 100m livre: 1º lugar (tempo 01min10s49); 100m borboleta: 3º lugar (tempo: 01min30s); 50m livre: 2º lugar (tempo: 31s50); Mariana Cristina Amato (classe S6) - 100m costas: 2º lugar (tempo: 4min31s61). Sônia Corti (classe S5) - 50m borboleta: 1º lugar (tempo: 1min15s28); 50m livre: 1º lugar (tempo: 1min08s68) e

50m costas: 1º lugar (tempo: 1min15s32). Matheus Andrade (classe S13) - 100m livre: 1º lugar (tempo: 1min10s4); 100m costas: 1º lugar (tempo: 1min23s); 200m medley: 1º lugar (tempo: 3min12s23); Matheus Menezes (classe S10) - 100m borboleta: 1º lugar (tempo: 1min04s65); 200m medley: 1º lugar (tempo: 2min37s84) e 100m costas: 1º lugar (tempo: 1min10s99).

Ainda no mês de setembro, houve a convocação dos técnicos Aline Barbieri e José Guilherme Cavallieri Vieira para a fase final das Parolimpíadas Escolares, em novembro.

A equipe de natação paralímpica da ABDA segue em preparação para o meeting de novembro, na cidade de Ribeirão Preto, para o Campeonato Paulista, no início de dezembro.

Brasileiro

16 de outubro de 2021

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2021/10/16/2029/pdf/1610jcA111-DIG.pdf>

Festival na ABDA

A Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) realizou, no último sábado (9), o 3º Festival de Paronatação. O evento contou com a participação das crianças, seus pais ou responsáveis, professores da ABDA e também o mantenedor da instituição Cláudio Zopone. A escolha da data foi para celebrar o Dia das Crianças. No festival, 43 crianças com deficiências física, visual, intelectual e autistas puderam nadar e receberam medalhas de participação.

"Os pais e familiares assistiram de perto eles nadando. Foi muito emocionante, as crianças estavam muito felizes, oferecemos pipoca e sorvete para todos comemorarem", contou Aline Barbieri, técnica da natação paralímpica da ABDA que organizou o evento junto com os técnicos Cadu Lanças e José Guilherme Cavallieri.



Fotos: Divulgação

22 de outubro de 2021

<https://edicao.jcdigital.com.br/jcbauru/2021/10/22/2003/pdf/2210jcA110-DIG.pdf>

Natação

Treinadores da ABDA nas Parolimpíadas Escolares



A Secretaria dos Direitos da Pessoa com Deficiência, em conjunto com a Secretaria de Esporte, Lazer e Juventude e a Secretaria da Educação, convocou dois profissionais da Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) para comporem a equipe que representará o Estado de São Paulo nas Parolimpíadas Escolares 2021, entre os dias 22 e 27 de novembro.

Aline Pinho Barbieri Idalgo e José Guilherme Cavallieri Vieira, técnicos da natação paralímpica da ABDA, foram convocados para integrar a

delegação paulista após atuarem nos Jogos Escolares do Estado de São Paulo - JEEESP 2019, competição organizada pela secretaria.

Participam das Parolimpíadas Escolares 2021 alunos com deficiência física, intelectual e visual, na faixa etária de 11 a 18 anos e que estejam regularmente matriculados no ensino fundamental e médio, compondo delegações enviadas pelas 27 unidades da Federação.

O atleta da ABDA Bruno Martino Ribeiro (classe S14 - deficientes intelectuais) está classificado para participar da

competição em novembro, representando São Paulo. Ele vai nadar as provas 100m e 200m livre, 100m borboleta, 200m medley e 100m peito.

O técnico responsável pela natação paralímpica da ABDA, Cadu Lanças, comemorou a convocação dos profissionais da equipe. "A convocação dos técnicos da equipe paralímpica da ABDA é reflexo do trabalho desenvolvido mesmo dentro de um cenário de pandemia. Com segurança e cautela buscamos cada vez mais investir nas crianças e pensar no longo prazo com eles. Os técnicos merecem



Aline Barbieri e José Cavallieri vão representar Estado de São Paulo

essa convocação e que seja apenas a primeira de muitas que ainda teremos. A natação paralímpica tem muito a evoluir", declarou pela assessoria de imprensa da ABDA.



Associação Bauruense de Desportos Aquáticos
PROJETO FUTURO de Natação e Polo Aquático

Home Page: www.abdabauru.com.br e-mail: contato@abdabauru.com.br

(14) 3202-9259

BAURU - SP

