

Atletismo

Corrida através do campo

O Brasil no CISM

LÉO EDSON SCHWALB
Cap Instrutor da EsEFEx e Chefe da
Equipe do BRASIL

1 – LOCAL – PERÍODO

Desenvolveu-se no período de 07 a 11 Mar 85, em Portugal, o XXXIV Campeonato de Cross Country do CISM (Conseil International du Sport Militaire). Esta foi a primeira participação brasileira em eventos desta natureza.

XXXIV CAMPEONATO DE CORTA MATO DO CISM



2 – SELEÇÃO DOS ATLETAS

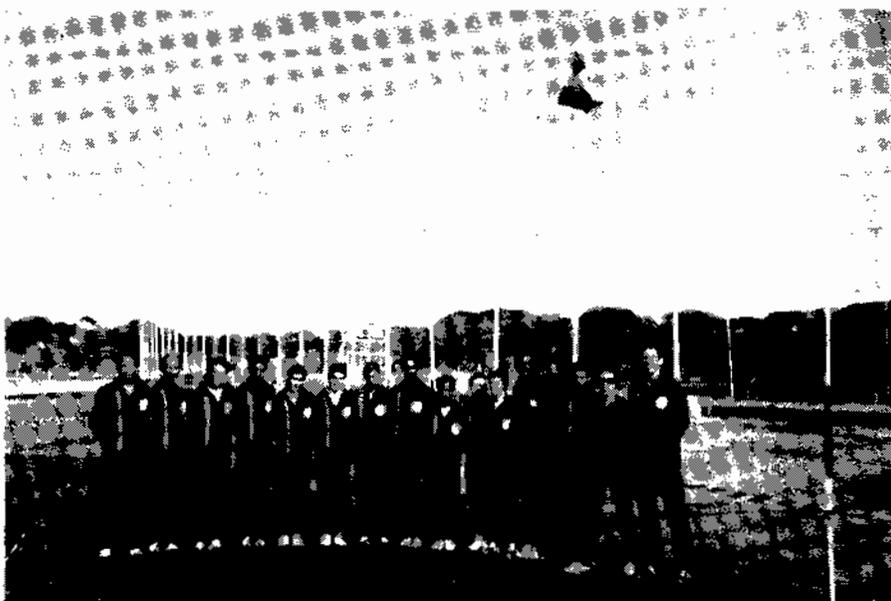
A Comissão Desportiva Militar do Brasil (CDMB) selecionou a equipe das Forças Armadas através de duas com-

petições abertas, realizadas no Rio de Janeiro. A primeira seletiva aconteceu nos dias 09 e 10 de novembro de 1984 no Campo de Instrução de Gericinó, Vila Militar. Trabalharam na sua organização geral militares da EsEFEx, da CDA e da CDM. Nesta prova poderiam disputar dez atletas de cada Força (Mar, EB e Aer), sendo que o Exército foi representado pela equipe do I Exército, composta basicamente de atletas da Brigada Pára-quedista.

Considerando os resultados desta se-

letiva, foram convocados 13 atletas para permanecerem em treinamento, sendo seis da Marinha, cinco da Aeronáutica e dois do Exército, treinamento este realizado no CEFAN.

A segunda seletiva foi realizada nos dias 08 e 09 de fevereiro, visando definir os 11 atletas que representariam o Brasil. O local escolhido foi o CEFAN, por assemelhar-se em muito com o local da competição em Portugal (área plana, piso gramado, com apenas 10% do percurso sobre areia fofa).



Delegação brasileira após o hasteamento da bandeira do Brasil.

3 – COMPOSIÇÃO DA DELEGAÇÃO

*Chefe da Delegação

– CMG *Ivar* Oléris Pereira (Cmt CEFAN)

*Representante da CDMB

– TC AV/Newton Vaz *Serra*

*Chefe de Equipe

– Cap Léo Edson *Schwalb* (Instrutor da EsEFEEx)

*Técnico

– Prof Waldemar *Montezano* (Téc da Marinha)

*Atletas

– 2º Sgt José Carlos da *Silva* – Aer

– 3º Sgt *Palmireno* Benjamin Campos – Mar

– 3º Sgt *Laurênio* Alves Bezerra – Aer

– Cb Ideberto de Paula *Souza* – Aer

– Cb *Jorge Luiz* de Souza Saltos – Mar

– Cb José Aparecido *Ramirez* – Mar

– Cb *Joselito* Santos Mota Júnior – Mar

– T1 *Carlos Alberto* Alves – Aer

– Mn/QST *Marcos* Antônio Alves – Mar

– Sd *Ivan* Rocha de Souza – EB

4. PLANO DE TREINAMENTO

PERIODIZAÇÃO	PERÍODO		
	PREPARAÇÃO BÁSICA (PPB)	PREPARAÇÃO ESPECÍFICA (PPE)	COMPETIÇÃO (PC)
SEMANAS	12 Nov/12 Jan	13 Jan/23 Fev	24 Fev/16 Mar
COMPETIÇÕES	16 Nov/2 Dez/9 Dez/31 Dez	4/5 Fev	10 Mar
QUALIDADES FÍSICAS A SEREM DESENVOLVIDAS	Resistência Aeróbica Resistência Anaeróbica Força Geral Coordenação Flexibilidade –	Melhoria Resistência Aeróbica Melhoria Resist. Anaeróbica Força Especial Ritmo Velocidade Aperfeiçoamento Téc da Corrida	Manutenção Resist Aeróbica Manutenção Resist Anaeróbica Ritmo – Tática da Prova
LOCAIS PARA TREINAMENTO	Área e Pista do CEFAN Campo Instrução GERICINÓ Floresta da Tijuca Serra de Madureira Praia Barra da Tijuca Friburgo	Friburgo CEFAN Gávea Golfe Clube GERICINÓ	Diversos
MÉTODOS A SEREM USADOS	Corrida Contínua Interval Training FARTLEK Tempo Training Ginástica Geral *Grande Volume *Intensidade Média	Treino Intervalado Treino Aperfeiçoado Trabalho de Regeneração *Volume Médio *Intensidade Forte	Manutenção das Formas: *FÍSICA *TÉCNICA *TÁTICA *PSICOLÓGICA
APOIO ADMINISTRATIVO NECESSÁRIO	Transporte Uniforme e equipamento para treinamento (agasalhos, calções, camisetas, tênis, sapatos de pregos) Reforço alimentar (a critério médico) Apoio médico (Médico disponível e massagista permanente)		
CONTROLE E ACOMPANHAMENTO DO TREINAMENTO	Elaboração do PLANO SEMANAL (em Anexo) Registro do treinamento realizado Análise do trabalho realizado Observação do comportamento individual e do grupo Reajuste de carga periodicamente		

5 – RETROSPECTO DOS CAMPEONATOS ANTERIORES

ANOS	PAÍS ORGANIZADOR	VENCEDORES DO CAMPEONATO			
		CATEGORIA	CROSS MASCULINO		CROSS FEMININO
			LONGO	CURTO	
1970	BÉLGICA	Individual	ZADDAN (TUNI)	DUDDUET (FRAN)	
		Equipe	MARROCOS	FRANÇA	
1971	ITÁLIA	Individual	JADDOUR (MAR)	SALUE (BEL)	-
		Equipe	MARROCOS	BÉLGICA	
1972	TUNÍSIA	Individual	JADDOUR (MAR)	GUETTAVA (TUN)	
		Equipe	MARROCOS	TUNÍSIA	
1973	EGITO	Individual	OSMAN (MAR)	SALUE (BEL)	-
		Equipe	MARROCOS	TURQUIA	
1974	MARROCOS	Individual	FAVA (ITA)	UHELMANN (RFA)	-
		Equipe	MARROCOS	R F A	
1975	ARGÉLIA	Individual	JADDOUR (MAR)	FAVA (ITA)	-
		Equipe	MARROCOS	R F A	
1976	TUNÍSIA	Individual	FAVA (ITA)	CRTIS (ITA)	
		Equipe	MARROCOS	BÉLGICA	
1978	ITÁLIA	Individual	ZAIDI (TUN)	SCHOTS (BEL)	
		Equipe	TUNÍSIA	BÉLGICA	
1979	IRLANDA	Individual	ZAIDI (TUN)	SCHOTS (BEL)	-
		Equipe	ARGÉLIA	BÉLGICA	
1980	FRANÇA	Individual	HECHMI (ARG)	SCHOTS (BEL)	BUYSEE (BEL)
		Equipe	MARROCOS	BÉLGICA	BÉLGICA
1981	SUDÃO	Individual	JUDAH (SUD)	LE CLAIR (FRAN)	BUYSEE (BEL)
		Equipe	ARGÉLIA	BÉLGICA	BÉLGICA
1982	ESTADOS UNIDOS	Individual	JUDAH (SUD)	CAMPOS (PORT)	BUYSEE (BEL)
		Equipe	ARGÉLIA	PORTUGAL	BÉLGICA
1983	ARGÉLIA	Individual	MOUSSA (SUD)	AHMED (DJI)	WEBER (EUA)
		Equipe	ARGÉLIA	ARGÉLIA	ESTADOS UNIDOS
1984	TUNÍSIA	Individual	ABDERRASAK (ARG)	MÓUKEMEYER (RFA)	LINDA (BEL)
		Equipe	ARGÉLIA	ARGÉLIA	BÉLGICA

6 – A COMPETIÇÃO

a – LOCAL DA COMPETIÇÃO

A competição realizou-se em Portugal, na Aldeia Turística de Açoteias, a 30 km da cidade de Faro. Os alojamentos situavam-se em pequenos blocos residenciais, onde as delegações ficavam em apartamentos, para duas pessoas, muito confortáveis e totalmente equipados.

A Aldeia reunia condições para a prática dos mais variados desportos, possuindo seis quadras de Tênis Fast,

Delegação brasileira na Aldeia Turística de Açoteias – Portugal.



dois campos de futebol, piscinas, pista de atletismo de Tartan e uma linda pista de Cross, cujo gramado assemelhava-se a um tapete verde. Nesta pista, que possui dois obstáculos naturais, anualmente é disputado o "Cross das Amendoeiras em Flor", famoso em toda a Europa.

A região também é muito apropriada à prática da "Orientação" sendo comum encontrar-se grupos de crianças praticando este salutar esporte, em pleno bosque. Uma bem montada Escola de Equitação dentro da Aldeia, além das aulas de Equitação, organiza passeios a cavalo por toda a região, indo até a praia, através dos seus rochedos maravilhosos.

A infra-estrutura bem administrada por uma Coordenação Geral, favorece ainda mais a vida da Aldeia, oferecendo um amplo supermercado, anfiteatros, salão de festas, restaurante e uma linda "boite".

Todas estas facilidades, aliadas ao clima, que é o mais quente da Europa durante todo o ano, faz com que equipes dos mais variados esportes e de diferentes países lá realizem seus treinamentos, principalmente durante o rigoroso inverno europeu.

b – A COMPETIÇÃO

A competição aconteceu no dia 9 de março, tendo as provas se realizado dentro da mais perfeita organização, dando mostras de que o povo português tem tradição e muito "know-how" neste assunto. Toda a cronometragem foi manual, trabalhando duas equipes independentemente. O atleta, na che-



Largada dos atletas brasileiros após ser dado o tiro de partida.

gada, entregava o número de sua camisa para a apuração.

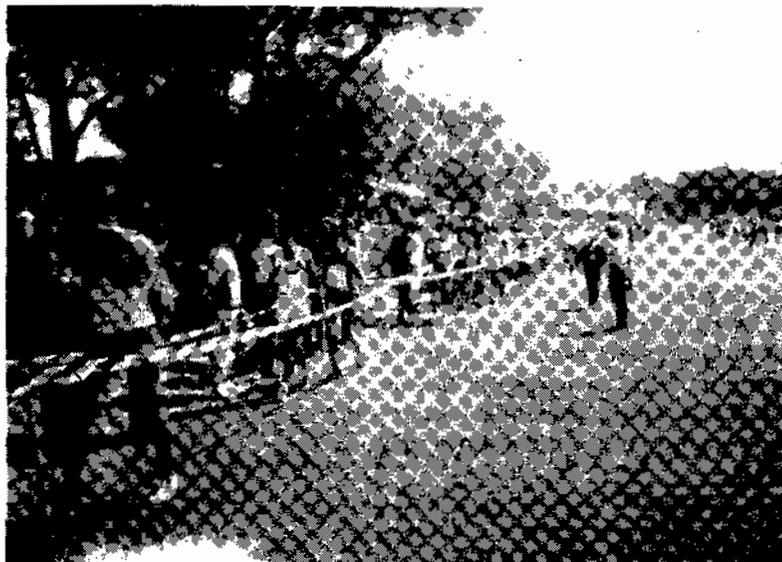
Após a primeira chamada para a prova, os atletas, ainda na área de aquecimento, retiravam seus agasalhos e se reuniam junto ao soldado que conduzia a placa com o nome da sua equipe. Cinco minutos antes da prova, as equipes seguiam, conduzidas pelos soldados, até a área de partida, fazendo um rápido desfile defronte às arquibancadas.

No local da partida, os soldados se posicionavam no "curral" designado por sorteio para aquela equipe, enquanto os atletas eram liberados para manterem o aquecimento à retaguarda do dispositivo de partida. Exatamente no horário previsto, os atletas eram chamados para ocupar suas posições nos "currais" e, logo em seguida, era dado um comando, a partir do qual os atletas se deslocavam até a "linha de partida", que ficava a uns 10m adiante. Enquanto eles estavam se deslocando, era dado o "tiro de partida".



A competição

O regulamento do CISM apenas determina que os atletas devam ser militares da ativa das Forças Armadas, não havendo nenhuma proibição quanto à participação de atletas de outras instituições militares.



A chegada.

7 – RESULTADOS DO XXXIV CAMPEONATO

a – CLASSIFICAÇÃO GERAL

CLASS	MASCULINO				FEMININO	
	CROSS CURTO		CROSS LONGO		PAÍS	PONTOS
	PAÍS	PONTOS	PAÍS	PONTOS	PAÍS	PONTOS
1º Lugar	ITÁLIA	13	BÉLGICA	84	BÉLGICA	10
2º Lugar	ARGÉLIA	16	TUNÍSIA	112	ESTADOS UNIDOS	17
3º Lugar	ÁUSTRIA	37	MARROCOS	140	FRANÇA	39
4º Lugar	TUNÍSIA	40	DJIBOUTI	144	PORTUGAL	47
5º Lugar	FRANÇA	61	UGANDA	153	LÍBIA	75
6º Lugar	BRASIL	62	ARGÉLIA	180	–	–
7º Lugar	MARROCOS	81	ESTADOS UNIDOS	277	–	–
8º Lugar	BÉLGICA	83	ITÁLIA	285	–	–
9º Lugar	REPÚBLICA FEDERAL ALEMÃ	94	PORTUGAL	288	–	–
10º Lugar	ESPAÑA	97	BRASIL	393	–	–
11º Lugar	ESTADOS UNIDOS	100	QATAR	489	–	–
12º Lugar	PORTUGAL	104	PAÍSES BAIXOS	522	–	–
13º Lugar	PAÍSES BAIXOS	149	ESPAÑA	563	–	–
14º Lugar	SUÉCIA	150	LÍBIA	578	–	–
15º Lugar	LUXEMBURGO	156	EMIRADOS ÁRABES UNIDOS	704	–	–
16º Lugar	KUEIT	160	OMAN	715	–	–
17º Lugar	BAREIN	161	–	–	–	–
18º Lugar	LÍBIA	198	–	–	–	–
19º Lugar	GUINÉ BISSAU	211	–	–	–	–
20º Lugar	YÉMEN	226	–	–	–	–

b – CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL DOS ATLETAS BRASILEIROS

1) CROSS CURTO (5 km)

Palmireno	– 11º lugar	– 14min51s
Souza	– 19º lugar	– 15min04s
Jorge Luis	– 32º lugar	– 15min15s
Silva	– 35º lugar	– 15min18s

2) CROSS LONGO (12 km)

Carlos Alberto	– 40º lugar	– 37min44s
Joselito	– 43º lugar	– 37min53s
Cordeiro	– 59º lugar	– 38min26s
Marcos	– 63º lugar	– 38min36s
Laurênio	– 78º lugar	– 39min10s
Ivan	– 110º lugar	– 41min27s
Ramirez	– Não completou o percurso	

8 – DIFICULDADES ENCONTRADAS

a – NA SELEÇÃO DOS ATLETAS

Neste imenso território brasileiro, onde cada região possui seus proble-

mas particulares, foi uma difícil tarefa, principalmente para a CDE, selecionar a equipe representativa do Exército Brasileiro.

O ideal seria reunir todos aqueles atletas melhores classificados em seus exércitos e realizar mais uma "seleti-

va" de âmbito nacional, para daí retirar a equipe, que seria submetida a um Plano de Treinamento adequado.

Por motivo de falta de tempo e, também, de verbas necessárias aos deslocamentos, diárias, transporte etc, isto não foi possível. Esperamos que, para as próximas competições, os atletas dos mais longínquos rincões tenham a oportunidade de participar deste evento, o que certamente irá propiciar o surgimento de novos talentos, com melhores resultados.

Para a Marinha, esta tarefa foi mais fácil, pois seus melhores atletas encontravam-se normalmente reunidos no CEFAN, submetidos a treinamento intenso e constante.

b – DE ORDEM MÉDICA

Nossa principal preocupação na preparação para a viagem era evitar que os atletas apanhassem algum resfriado logo na chegada, pois os noticiários davam conta de constantes nevascas em Portugal. Felizmente a temperatura subiu, variando entre 9º e 19º Centígrados no período em que lá estivemos.

Entretanto, se antigripais e vitamina C sobram na nossa pequena farmácia, faltaram, por outro lado, mais remédios para problemas intestinais que atacaram nossa delegação. Alguns melhoraram logo com dieta e remédios que levamos, mas os atletas Carlos Alberto e Jorge Luiz, mesmo depois de atendidos no Hospital de Albufeira, passaram vários dias com diarreia e cólicas, prejudicando muito os seus rendimentos na competição.

No dia seguinte à nossa visita ao hospital, veio até a Aldeia uma equipe da Saúde Pública. Seus integrantes fizeram entrevistas com todos aqueles que apresentavam problemas intestinais e realizaram minuciosa inspeção no restaurante, supermercado e também na água potável (muito salobre) distribuída na Aldeia. A causa provável daqueles sintomas, deve ter sido a comida portuguesa, sempre muito regada com azeite de oliva.

9. – COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES

O regulamento do CISM apenas determina que os atletas devem ser militares da ativa das Forças Armadas. A maioria dos países compõe suas equipes com atletas da Marinha, Exército, Aeronáutica e, também, das Forças

Auxiliares. Como exemplo, temos Portugal que utilizou atletas de sua Guarda Nacional Republicana e da Polícia de Segurança Pública.

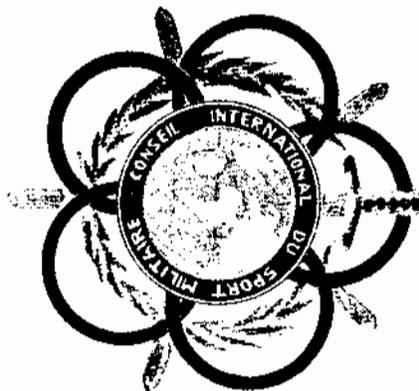
Outros países, principalmente da África, visando reforçar suas equipes, convocam temporariamente os atletas que representarão suas bandeiras.

A equipe do Brasil, entretanto, somente era formada por atletas da ativa da Marinha, Exército e Aeronáutica. Caso tivéssemos recebido autorização para que João da Matta (PMMG) e Gentil Custódio (PMPR) integrassem a equipe, ela seria muito mais forte.

Ressaltando o alto nível dos competidores participantes deste campeonato militar, podemos salientar que no Campeonato Mundial de Cross Country, ocorrido 15 dias após o Militar, muitas equipes disputaram quase com os mesmos atletas.

10 – CONCLUSÕES

O treinamento realizado fez com que os objetivos almejados fossem plenamente atingidos. Antes da viagem fizemos testes de 5.000m e 10.000m na pista, onde excelentes performances foram alcançadas, sendo batido o recorde da Marinha nas duas provas. Isto vinha nos mostrar que realmente estávamos no caminho certo. Nos treinamentos realizados junto com os atletas portugueses, podemos constatar que o nosso treinamento era até mais forte



Esse órgão dirige o desporto militar no mundo.

que o deles.

Naquela oportunidade, comentávamos qual seria a causa da pouca expressão do Brasil em corridas de fundo; então, o técnico Montezano lembrou que o motivo talvez fosse a temperatura muito elevada em alguns estados de nosso país. O técnico português retrucou, dizendo que na África também faz muito calor e, entre os africanos, existem corredores de alto nível internacional.

Foi evidenciado, também, que a falta de continuidade nos treinamentos fatalmente influenciava negativamente nos nossos resultados. Outro aspecto observado, quando comparávamos o nosso treinamento com o deles, era

que os portugueses fazem mais treinamento anaeróbico com seus corredores de fundo. Por fim, eles comentaram que para o atleta brasileiro ainda falta um pouco de confiança na sua capacidade de fazer bons resultados (problema de "cuca").

Entretanto, levando-se em consideração o número de equipes e atletas participantes neste XXXIV Campeonato de Cross Country do CISM, o resultado alcançado pela equipe brasileira nesta sua primeira competição internacional foi muito boa. Finalizando, agradecemos aos Comandos do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes – CEFAN e da Escola de Educação Física do Exército – EsEFEx pela enorme colaboração prestada em todos os momentos e, sem a qual, não teríamos obtido êxito em nossa missão.

Queremos ressaltar toda a camaradagem com que nos receberam em Portugal, a simpatia que indistintamente civis e militares sempre tiveram para conosco. Destacamos, ainda, a amizade e a ajuda que nos prestaram, fazendo de nossa estada naquela terra maravilhosa momentos inesquecíveis.

Esperamos que os atletas brasileiros possam continuar seus treinamentos para, nas competições vindouras, podermos ver tremular a nossa bandeira, içada ao som do Hino Nacional Brasileiro, no cerimonial de premiação.