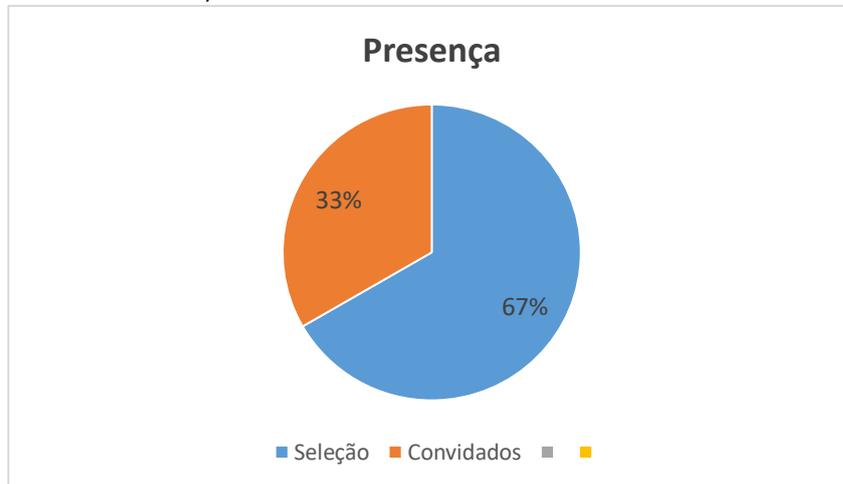


PPSP - Relatório

Semana 2 - 21/07 á 27/08

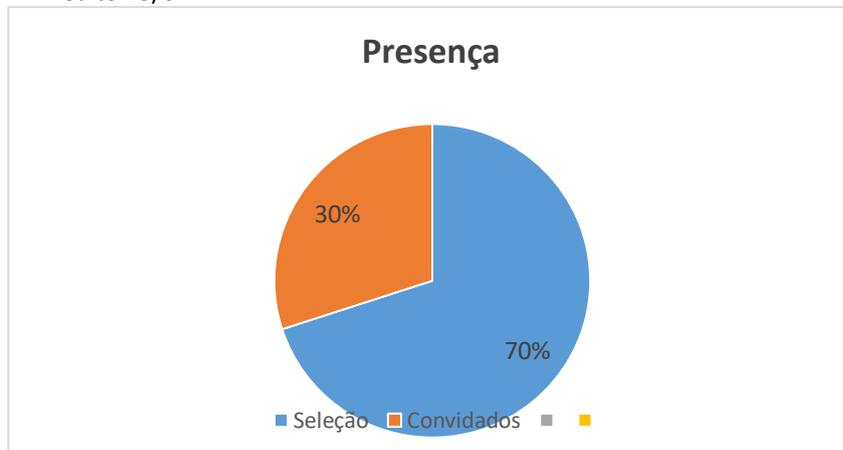
Polos:

➤ Liberdade 25/07



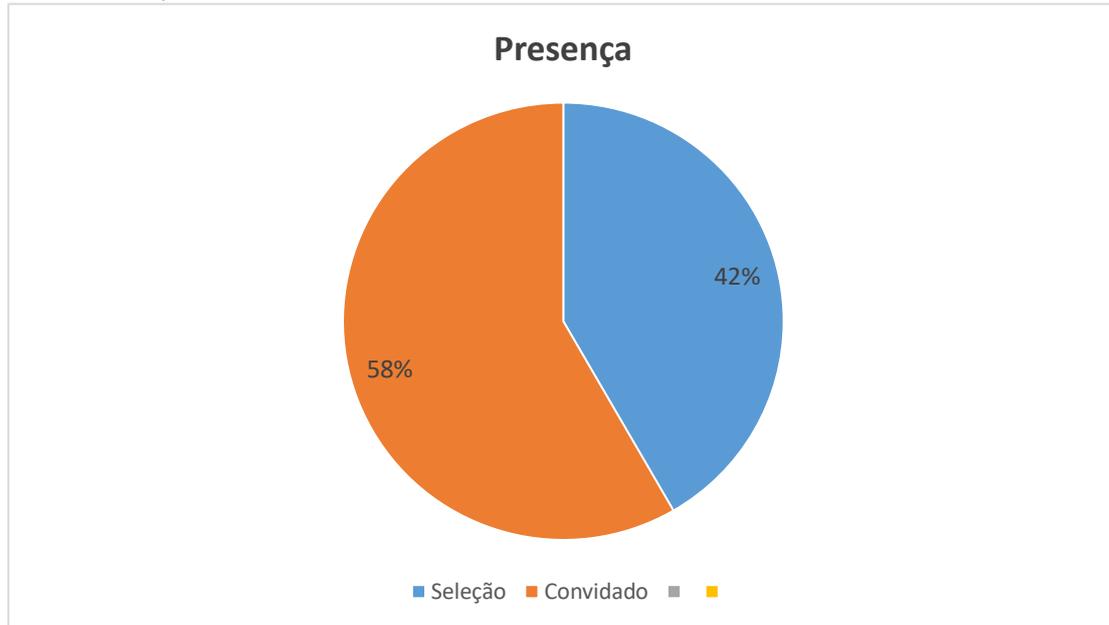
Na Academia Liberdade os treinos são comandados pela Ms. Talita Lopes, aos sábados as 9:30h, na segunda semana tivemos a presença de 02 atletas da seleção Paulista e 01 convidados, totalizando 03 atletas.

➤ Salto 25/07



Na cidade de Salto os treinos são comandados pelo Ms. Antônio Marcos, aos sábados as 14h, na segunda semana tivemos a presença de 14 atletas da seleção Paulista e 06 convidados, totalizando 20 atletas.

➤ Bauru 23/07



Na cidade de Bauru os treinos são comandados pelo Ms. Vitor Souza, na quarta feira as 17:30h, na segunda semana tivemos a presença de 05 atletas da seleção Paulista e 07 convidados, totalizando 12 atletas.

Bauru - Mestre Vitor Souza

Nessa semana trabalhamos com os atletas classificados para o super campeonato brasileiro e alguns convidados que participaram do campeonato paulista porém não classificaram. Nos treinos gerais da semana, foram realizados treinos táticos, técnicos e físicos.

No treino oficial que foi realizado na quarta feira, estiveram presentes 4 atletas classificados para o brasileiro, sendo eles 3 master e 1 júnior.

Neste dia foram realizados treinos de saídas com steps paralelos e contra ataques, saídas com steps em "V" e manutenção da distância para entrada de soco e rebatida por baixo.

O atleta Júnior realizou algumas séries de desarmes com a perna da frente e posteriormente ataque com a mesma.

Após diversas sequências das séries em questão e sua variações, os atletas tbm treinaram rounds de 1'30" que são de acordo com as categorias de idade.

Não obtivemos as outras cidades por conta de eventos, Prof. José Eduardo de Botucatu por estar no jogos regionais por conta de seu cargo na secretaria da cidade e Mestre Jefferson Fuzinelli por estar no Chile no curso de técnico.

Final

Com base nos controles informados pelos coordenadores de cada polo contamos com 35 atletas na segunda semana de treinamento do PPSP nos 3 polos citados, sendo 21 integrantes da seleção Paulista e 14 convidados.

No quesito técnico e tático só temos base do que foi trabalhado em Bauru, sendo trabalhado exercícios frente a frente, trazendo a realidade de luta.

Assim finalizamos a segunda semana com a integração e união das equipes nos 3 polos citados, os demais polos não enviaram relatório ou controle de presença.