

## RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 91/2016

### 1. IDENTIFICAÇÃO:

|                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <b>Nome da Entidade</b>  | Fluminense Football Club |
| <b>Título do Projeto</b> | Fluminense Olímpico      |

Em cumprimento às obrigações assumidas por meio do Termo de Colaboração em referência, apresenta-se a seguir o resumo (descritivo) das atividades realizadas pelas Equipes Técnica e Multidisciplinar no mês 05/2017, de acordo com os seus respectivos esportes olímpicos e/ou paralímpicos.

### 2. CARACTERIZAÇÃO DOS BENEFICIADOS (Atletas):

| Esporte            |             | Quantidade de atletas |          | Observações/<br>Justificativas |
|--------------------|-------------|-----------------------|----------|--------------------------------|
| Olímpico           | Paralímpico | Prevista              | Atendida |                                |
| Basquetebol        |             | 55                    | 65       |                                |
| Voleibol           |             | 85                    | 90       |                                |
| Tênis de mesa      |             | 33                    | 31       |                                |
| Natação            |             | 193                   | 205      |                                |
| Saltos Ornamentais |             | 29                    | 28       |                                |
| Nado Sincronizado  |             | 19                    | 18       |                                |
| Polo Aquático      |             | 42                    | 45       |                                |

### 3. PROCESSO DE FORMAÇÃO:

- Informar se houve substituição ou recesso de profissionais no período;
- Informar se houve a elaboração de relatórios, conforme estabelecido no Cronograma de Execução;
- Informar se os atletas beneficiados participaram de competições (caso positivo, apresentar ranking);
- Informar como se deu o desenvolvimento dos treinamentos, conforme quadro abaixo:

| Esporte Olímpico e/ou Paralímpico | Treinamento         |             |                  | Frequência do Treinamento (em média durante a execução do projeto) |                    |                    | Observações (se for o caso) |
|-----------------------------------|---------------------|-------------|------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------|
|                                   | Físico              | Técnico     | Tático           | Físico                                                             | Técnico            | Tático             |                             |
| Basquete                          | Força / Resistência | Fundamentos | Ataque / Defesa  | 3 vezes por semana                                                 | 4 vezes por semana | 4 vezes por semana | Disputa do Estadual         |
| Voleibol                          | Força / Resistência | Fundamentos | Defesa e Ataque  | 3 vezes por semana                                                 | 4 vezes por semana | 4 vezes por semana | Disputa do Estadual         |
| Tênis de Mesa                     | Resistência         | Fundamentos | Simples e duplas | 3 Vezes por semana                                                 | 3 Vezes por semana | 3 Vezes por semana |                             |

|                    |                                   |             |                 |                    |                    |                    |                                       |
|--------------------|-----------------------------------|-------------|-----------------|--------------------|--------------------|--------------------|---------------------------------------|
| Natação            | Resistência / Explosão            | Fundamentos |                 | 6 Vezes por semana | 6 Vezes por semana |                    |                                       |
| Saltos Ornamentais | Resistência                       | Fundamentos |                 | 5 Vezes por semana | 5 Vezes por semana |                    | 1ª Etapa Circuito Estadual – 1º Lugar |
| Nado sincronizado  | Resistência / Cardiorrespiratório | Figura      | Sincronia       | 6 Vezes por semana | 6 Vezes por semana | 6 Vezes por semana |                                       |
| Polo Aquático      | Força e Resistência               | Fundamentos | Ataque e Defesa | 5 Vezes por semana | 5 Vezes por Semana | 5 Vezes por semana |                                       |

Rio de Janeiro, 14 de julho de 2017.



**Frederico da Cunha de Mendonça Castro**  
Responsável Técnico – Termo de Colaboração nº 91/2016.



**Pedro Eduardo Silva Abad**  
Presidente