

Desenvolvimento do sincronismo da remada nas atletas da Equipe Nacional Permanente de Canoagem de Velocidade Feminina em caiaques de equipe.

Alvaro Acco Koslowski – Técnico da Seleção Brasileira de Canoagem Velocidade Feminina; Adriana Torres de Lemos – Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano - UFRGS; Everson B. Lima

O desenvolvimento biomecânico da remada em caiaques de equipe da modalidade de Canoagem Velocidade configura-se como importante fator na melhora da performance de sua velocidade (K-2 – caiaque para dois tripulantes e K-4 caiaques para 4 tripulantes). Neste sentido utiliza-se de imagens em diversos ângulos (frente, atrás, lado direito e esquerdo) para analisar o momento do *ataque da remada* em ambos os lados, na mesma posição e proporção no decorrer da execução da mesma. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi analisar biomecanicamente as fases da remada. Para tal segmentou-se a remada (*ataque, tração, saque, parte aérea e preparação do ataque*) no sentido de realizar uma análise em partes e, após, de uma forma geral. Neste sentido as filmagens foram capturadas durante a realização de treinamentos aeróbicos com duração total de 45 minutos através do acompanhamento de um barco a motor (no qual localiza-se a filmadora) posicionado em igual tempo e proporção em cada ângulo. As referidas análises auxiliaram não só no desenvolvimento técnico da biomecânica da remada, como também serviram como feedback para as atletas a fim de ampliar o grau de percepção corporal da remada. A contribuição mais eficaz das imagens diz respeito à correção da amplitude do ataque, que era desproporcional entre as atletas do K-4, no ângulo lateral em relação ao lado direito e esquerdo, e também o momento do saque da remada, o qual atuava como reação (freio) a aplicação da força de propulsão do caiaque, pois ocorria demasiadamente em direção a sua popa. A utilização e análise das imagens, também foram de grande valia, para análise e correção da postura das atletas.

Palavras chaves: remada, biomecânico, caiaque, Canoagem.