

Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes

Ano IV - Nº 14 - janeiro a junho de 2012

# ESPORTES

## na Marinha

**COB credencia CEFAN como  
centro de treinamento Rio 2016**

## CISM DAY RUN - "A Caminhada da Paz"



A Comissão de Desportos da Marinha realizou no dia 15 de abril, no Rio de Janeiro, a "Corrida da Paz" - "CISM DAY RUN" 2012. Com o apoio da Marinha do Brasil e sob a coordenação do Comando-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais, a caminhada consistiu em um percurso de 4 km na orla da Praia do Flamengo.

Criado em 2006 pelo Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM), o "CISM DAY RUN" consiste na organização de uma jornada esportiva, sem fins competitivos (corrida ou caminhada) e sua intenção é

promover a prática esportiva no âmbito das Forças Armadas, além contribuir com a paz mundial.

Neste ano, o evento reuniu cerca de 1.500 participantes, liderados pelo CA (FN) Fernando, Comandante do CEFAN e Presidente da CDM, acompanhado pelo CMG (FN) Renê e CMG (FN) Chaves, Imediato do CEFAN e Vice-Presidente da CDM, respectivamente. Também compareceram militares, servidores civis, familiares e convidados, dos seguintes setores da área Rio: CGCFN, SGM, ComOpNav,

DGMM e DGPM, além da Associação de Veteranos do CFN.

Com o intuito de promover a integração entre as Forças Armadas e a sociedade, o CISM DAY RUN contou com a participação voluntária de civis que transitavam pela orla e que foram embalados pela banda do Corpo de Fuzileiros Navais, na largada e na chegada da corrida, além de um carro de som comandado pelo animador oficial do evento, que acompanhou o efetivo durante todo o percurso.



## Medalha Mérito Desportivo Militar 2012



Ministério da Defesa realizou no dia 16 de março, no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), a cerimônia de imposição da Medalha Mérito Desportivo Militar. Criada pelo Decreto nº 5958, de 7/11/2006, a medalha destina-se a agraciar militares brasileiros que tenham se destacado em competições desportivas nacionais e internacionais, bem como militares e civis brasileiros ou estrangeiros que tenham prestado relevantes serviços ao Desporto Militar do Brasil.

Presidida pelo Ministro de Estado da Defesa, Exm<sup>o</sup> Sr. Embaixador Celso Amorim, acompanhado dos Comandantes da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, e da Aeronáutica, Tenente-Brigadeiro-do-Ar Juniti Saito, a cerimônia, que a cada ano é realizada por uma das Forças, foi conduzida pela Marinha do Brasil, tendo o Comando-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais como coordenador e o CEFAN como organizador e sede do evento.

Dentre os 327 agraciados, destaque para o recordista brasileiro de medalhas olímpicas, o velejador Torben Grael; o judoca Leandro Guilherme, líder do ranking mundial; e para os medalhistas de ouro nos 5<sup>o</sup> Jogos Mundiais Militares Rio 2011, marinheiro Diogo Silva do taekwondo; as equipes masculina e feminina de vela; e as marinheiras integrantes da seleção brasileira militar de futebol feminino.

## COB credencia CEFAN como centro de treinamento Rio 2016

O Comitê Organizador dos Jogos Olímpicos Rio 2016 divulgou no dia 24 de janeiro a lista das 172 instalações que servirão de base de treinamento para os atletas olímpicos e paraolímpicos em 2016. O Centro de Educação Física Almirante Nunes (CEFAN) foi um dos centros esportivos eleitos que atendeu a todos os requisitos da seleção.

O processo seletivo durou cerca de 12 meses e foi bastante rigoroso. O CEFAN cumpriu todas as recomendações das Federações Esportivas Internacionais de modo que os Comitês Olímpicos e Paraolímpicos Nacionais poderão trazer seus atletas para o Brasil antes dos Jogos para treinar.

No Rio de Janeiro foram aprovados 32 centros, dentre instituições esportivas municipais, estaduais e federais, instituições de ensino públicas e privadas, instituições militares, clubes esportivos particulares, empresas do ramo esportivo e outros. Identificar esses locais faz-se necessário por se tratar de uma solicitação advinda do Comitê Olímpico Internacional e do Comitê Paraolímpico Internacional ao país-sede dos Jogos.

Após a seleção, o nome do CEFAN e dos demais centros será apresentado para o mundo



por meio de um guia online que será lançado durante os Jogos Olímpicos e Paraolímpicos Londres 2012. A lista com o nome de todas as instalações aprovadas está disponível em [www.rio2016.com/treinamentoprejos/documntos](http://www.rio2016.com/treinamentoprejos/documntos).

Em 2008 o CEFAN iniciou a sua revitalização visando atender às rigorosas exigências das confederações esportivas e comissões

desportivas militares e também proporcionou uma infraestrutura de excelência para os atletas dos 5º Jogos Mundiais Militares-Rio 2011, além de oferecer aos mesmos todas as condições para a prática do treinamento físico-militar inerente à atividade profissional.

Hoje o Centro de Educação Física Almirante Nunes é um grande complexo esportivo composto por parque aquático, ginásio poliesportivo, campos de futebol, pistas de atletismo e de pentatlo naval, quadras de vôlei de praia, quadras de tênis, estande de tiro esportivo e academia, além de contar com um Centro de Reabilitação Físico-Funcional com equipamentos de última geração, uma hospedagem totalmente reformada e refeitórios igualmente reformulados dentro dos padrões exigidos pelas comissões desportivas.

Ao figurar o nome deste centro como um dos 172 locais selecionados para os Jogos Rio 2016 conclui-se que todos os esforços implantados com o objetivo de transformar o CEFAN em uma base de treinamento que visa a prática da atividade desportiva com alto nível de excelência foram alcançados com êxito.



## CDM procura atletas para competição internacional de natação



A Comissão de Desportos da Marinha está convidando militares reformados por deficiência física e/ou sensorial para a formação de uma equipe de natação, a fim de participar do 1º Torneio Internacional de Natação para Militares Deficientes, que será realizado no período de 23 a 28 de outubro de 2012, na cidade do Rio de Janeiro. Participarão deste torneio militares reformados que residam em qualquer cidade do país. Se você tem condições de participar ou gostaria de indicar algum interessado, é só entrar em contato com a Comissão de Desportos da Marinha e falar com o CF (T) Lúcio, Assessor de Comunicação Social CDM/CEFAN. E-mail: [lucio@cdm.mar.mil.br](mailto:lucio@cdm.mar.mil.br) / Telefone: (21) 2101-0894 / Retelma: 8127-1894.

## Sargento Fuzileiro Naval é o melhor árbitro do Cariocão 2012

O 1º SG-FN-EG Marcelo de Lima Henrique, integrante da tripulação do CEFAN, foi eleito o melhor árbitro do Campeonato Carioca de Futebol de 2012 em evento realizado pela Federação de Futebol do Estado do Rio de Janeiro. O “Esporte na Marinha” procurou o SG-De Lima para bater um papo com a família naval.

Na entrevista que nos concedeu, o sargento declarou que sem o apoio da Marinha não conseguiria conciliar as duas funções e que conta com o apoio do CEFAN e do CA (FN) Fernando para tudo o que faz além, é claro, de contar com a disciplina militar para se tornar um árbitro melhor a cada dia que passa.

**Seu pai foi árbitro aspirante da CBD por dezessete anos. O fato de ele ter sido árbitro foi a sua grande motivação?**

Comecei no futebol como goleiro em clubes como América, Bangu, Operário de MS e depois fui goleiro da seleção da Marinha e Forças Armadas por 15 anos, disputando o Mundial Militar na Alemanha em 2005. Fui levado “à força” pelo meu pai para fazer curso de Árbitros em 1995 na FFERJ. Ele sempre foi a minha referência e maior incentivador.

**Como você concilia a rotina de ser um sargento da Marinha com as atividades de de árbitro de futebol?**

Se não fosse a compreensão e o incentivo do Comando da Marinha e do Comando do CEFAN através do CA (FN) Fernando, seria impossível conciliar as atividades. O CEFAN me apóia em tudo, mas cumpro todas as atividades inerentes à carreira, serviços e formaturas que a carreira militar exige.

**Como foi pra você ter sido escolhido o melhor árbitro do Cariocão 2012?**

Desde que foi instituída a premiação do Campeonato Carioca tenho a felicidade de ser indicado. Para minha alegria, fui eleito em 2011 e 2012 como o melhor árbitro do Rio de Janeiro. É a realização de um sonho ter a qualidade de minhas atuações de árbitro reconhecida pela mídia especializada e por profissionais do futebol. Trabalho muito para me manter sempre num nível de excelência, na parte técnica e na parte física.

**Qual a sua avaliação dos árbitros brasileiros para a copa do mundo de 2014?**

A melhor possível. Temos um excelente conceito perante a FIFA. No Brasil temos um ranking em que figuro como quarto colocado, estando os paulistas Wilson Seneme e Paulo César de Oliveira, e o paranaense Heber Lopes nas primeiras posições. É um orgulho fazer parte desse grupo e, se eu for requisitado, estarei pronto para representar o Brasil na Copa de 2014.

**A disciplina militar tem influência na sua imparcialidade como árbitro de futebol?**

Sem dúvidas. Disciplina e hierarquia são os pilares da carreira militar e nos dão uma vantagem em relação aos demais. A vida militar sempre nos ensina o melhor e somos forjados a sermos líderes. E o bom árbitro tem que ser um bom líder.

**Qual foi o pior momento que você enfrentou ao apitar uma partida de futebol?**

Foram muitos momentos indesejados, até porque venho da Várzea e já passei por algumas situações de insegurança. Uma vez encerrei uma partida dentro de uma comunidade no Rio de Janeiro, em que todos os atletas brigaram e os torcedores começaram a disparar tiros para o alto. Velhos tempos (risos). Hoje, graças a Deus, as coisas estão bem mais tranquilas.



## Simone Lima – marinheira de ouro



Após conquistar do 3º torneio internacional de Pentatlo Naval e se consagrar como medalhista de ouro por equipe e individual na competição, obtendo uma colocação melhor até que a recordista mundial Caroline Buunk, a marinheira atleta Simone Lima, pertencente à tripulação do CEFAN, entre um treinamento e outro, conversou com o “Esportes na Marinha”:

**Como foi pra você ganhar da campeã mundial? Este torneio foi mais fácil que os 5º Jogos Mundiais Militares?**

Apesar de saber que seria muito difícil vencer a norueguesa Caroline Buunk, a atual campeã mundial, eu estava muito bem preparada e confiante num bom resultado. Nos Jogos Mundiais Militares tivemos um maior número de países participantes e de atletas de alto nível, mas mesmo assim consegui a medalha de bronze, resultado que considero muito honroso

para mim e para o Brasil. Mas não escondo de ninguém que quero mais. Eu sempre falo para o meu técnico que o segredo para eu chegar onde estou é a concentração e vontade de vencer. E cada competição que participo é um aprendizado para as próximas.

**Qual a sua rotina de preparação para estes torneios e qual o suporte da Marinha pra esse tipo de treinamento?**

A rotina é bem puxada, bem rigorosa. Nós treinamos em dois turnos, de manhã e à tarde de segunda à sexta-feira. Sábados e domingos nós cumprimos uma rotina especial de treinamento de corrida, podendo ser na rua, em outros ambientes ou aqui mesmo, no CEFAN. A vida de uma pentatleta não é nada fácil. Mas tem valido muito a pena.

**Como você explica pras pessoas o que é o pentatlo naval?**

É um esporte muito louco, né? Pouco conhecido no nosso país, até por ser um esporte militar, mas, após os 5º jogos, a modalidade ganhou um destaque maior. Eu digo que o pentatlo naval é um modalidade esportiva composta por cinco provas que exigem muito preparo físico e diferentes habilidades. Corrida, pista de obstáculos, natação, remo, tiro e lançamento de granada são provas bem difíceis e pouco comuns de ser praticadas. Por mulheres então, nem se fala. Ainda assim, continua difícil a explicação. Sugiro que todos assistam a uma competição para entender o pentatlo naval. Não foi à toa que foi um dos maiores sucessos nos 5º Jogos Mundiais Militares.

**Quais são seus planos agora?**

Dar continuidade aos treinamentos intensivos para ter condições de conquistar o campeonato mundial, que será disputado na Suécia, em Agosto.

**Então, o treinamento agora está totalmente voltado para o próximo campeonato mundial ?**

Sim. Esse é o meu projeto principal para 2012. Vou dar o meu máximo para trazer esse título para o Brasil.

**Para finalizar, gostaríamos que você enviasse um recado para as mulheres que estão lendo essa matéria.**

Recebi uma mensagem muito engraçada do técnico da equipe equatoriana de pentatlo naval. Ele disse que contou para a filhinha dele que tinha conhecido a Mulher Maravilha, que ela mora no Brasil, e que sou eu (risos). Brincadeiras à parte, o meu recado é que todas devem procurar se exercitar, praticar atividades físicas, de acordo com suas características e preferências, com a orientação de um profissional de Educação Física e com respaldo de um bom exame médico. Com isso, melhora a saúde, a qualidade de vida e, obviamente, a estética. Afinal, todas as mulheres podem e devem sempre ficar mais bonitas.

