

# ESPORTES NA MARINHA

Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes

ANO VII • 25ª EDIÇÃO Janeiro a Junho 2016 • Distribuição gratuita

www.mar.mil.br/cefan

## MARINHA PROMOVE “CAMINHADA DA PAZ”



Participantes da CISM DAY RUN no Parque Madureira

Este ano, a Marinha do Brasil levou a “Caminhada da Paz” ao Parque Madureira, no coração da Zona Norte do Rio de Janeiro, em uma homenagem aos Jogos Olímpicos Rio 2016. Terceiro maior parque do Rio de Janeiro, com mais de 90 mil metros quadrados, foi inaugurado em 2012. Desde então, transformou-se no principal local de lazer da região, atraindo famílias para a prática de atividades físicas ou simplesmente para contemplar a beleza do local.

No local, encontram-se os Aros Olímpicos, que foram doados pela cidade de Newcastle, na Inglaterra, sede dos últimos jogos, e transportados ao Rio de Janeiro pela Marinha. Neste ano, a edição contou com a participação de aproximadamente 600 pessoas, confraternizando e realizando a caminhada. Contou também com a presença dos atletas do Programa Olímpico da Marinha (PROLIM), das crianças e dos

adolescentes do Programa Forças nos Esportes (PROFESP), com a participação das Forças Auxiliares, do Corpo de Bombeiros Militar do Rio de Janeiro (CBMRJ), de um destacamento da Polícia Civil, da Guarda Municipal do Rio de Janeiro e dos moradores da região.

O “CISM DAY RUN” foi criado em 2006 pelo Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM) com a intenção de promover a prática esportiva, a integração com a sociedade por intermédio do esporte e contribuir com a paz mundial. Este ano, a intenção é reunir 750 mil participantes ao redor do mundo. O Brasil tem prestigiado o “CISM DAY RUN”, alcançando o primeiro lugar no número de participantes.

Foi uma grande oportunidade de mostrar ao mundo a vocação da Cidade Olímpica para o esporte e de como a prática de atividades físicas contribuem para a transformação do mundo em um lugar mais pacífico. •

TRANSPORTADORA *“Deus é Fiel”*  
**NEY** MUDANÇAS  
NEYMUDANCAS@YAHOO.COM.BR (61) 3301-1369 / 8409-9257  
**PENSOU EM MUDANÇAS ?**  
**PREÇOS ESPECIAIS RIO >> BRASÍLIA**  
PALMAS - BELÉM - MARANHÃO - PIAUÍ  
PARAÍBA - NATAL - FORTALEZA - RIO DE JANEIRO  
MINAS GERAIS E PARA TODO O BRASIL  
APROVEITAMENTO DE CARGA SEMANALMENTE

*A Caipira* Mudanças  
Ligue Agora!  
(21) 3185-7711  
(21) 3185-1463  
*Mudanças para todo o Brasil*  
Locais e Interestaduais  
Guarda-móveis  
Transporte de sensíveis  
Frete  
Orçamento sem compromisso  
VISA MasterCard  
*www.acaipiramudancas.com.br*

## CEFAN REALIZA ABERTURA DO ANO DESPORTIVO 2016 E LANÇA LIVRO SOBRE 100 ANOS DO ESPORTE NA MARINHA



Formatura e palestra em evento no CEFAN



Na manhã do dia 30 de março, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) realizou cerimônia de abertura do ano desportivo 2016 e lançamento do livro 100 anos de Esporte na Marinha do Brasil.

Inicialmente, foi proferida uma palestra do CMG(RM1) Cyro Coelho no auditório do CEFAN com o tema “História do Desporto Militar, olimpismo e suas conexões”. Na ocasião, estiveram presentes o VALte (Refº) Heitor Alves Barreira Junior, introdutor do Pentatlo



Naval no Brasil, CALte (RM1-FN) Fernando Cesar da Silva Motta e o CALte (RM1-FN) Nilton Moreira Salgado, ex-comandantes do CEFAN.

Durante a cerimônia realizada no pátio da bandeira, foi lido o juramento do atleta, houve o acendimento da pira olímpica e a entrega de livros comemorativos ao evento, além de brindes para os autores e colaboradores do livro em questão. Participaram da formatura destacamentos de OM da área e crianças do Programa Forças no Esporte. •



Cerimônia correu no pátio da bandeira

## ATLETAS DE TAEKWONDO DA MB PARTICIPAM DE EVENTO-TESTE PARA RIO 2016

O Comitê Organizador dos Jogos Olímpicos Rio 2016 estão realizando uma série de eventos-teste de diversas modalidades esportivas. O objetivo é verificar o que está indo bem e o que está precisando de ajustes para o grande evento a ser realizado entre 5 e 21 de agosto.

Entre os dias 19 e 21 de fevereiro, foi realizado um teste com competições de Taekwondo. Ele foi realizado no Parque Olímpico da Barra, na Arena Carioca I, que não será o local da competição da modalidade, mas é muito parecida com a arena que será utilizada.

Atletas da Marinha do Brasil estiveram presentes no evento e competiram com atletas de várias partes do mundo. O destaque foi a 3º SG-RM2-EP Talisca Jezierski dos Reis,



Atletas no Parque Olímpico da Barra

que foi ouro na categoria -49Kg.

Outros atletas do PROLIM que participaram do evento-teste foram:

3º SG-RM2-EP Valéria Rodrigues dos Santos - categoria -49KG;

3º SG-RM2-EP Rafaela Vieira de Araújo - categoria -57KG; e

3º SG-RM2-EP André de Oliveira Bilia - categoria +80KG. •

## ATLETAS MILITARES DA SELEÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ FAZEM TREINAMENTO NO CEFAN



Atletas da Confederação Brasileira de Judô no ginásio do CEFAN

A Confederação Brasileira de Judô está em treinamento no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes desde a data do dia 10 de março se preparando para os Jogos Olímpicos Rio 2016.

Em 15 de março, a Confederação Brasileira realizou cerimônia de homenagem a todos os medalhistas olímpicos desta modalidade. O evento contou

com a presença do senhor Ministro da Defesa, Ministro do Esporte, Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais, além do comandante deste Centro e de outras personalidades do esporte.

No evento, todos os atletas e ex-atletas que foram agraciados receberam um kimono alusivo à medalha olímpica que ganhou. •

## CEFAN PROMOVE 1º “WORKSHOP” DE PREVENÇÃO DA RABDOMIÓLISE NO TREINAMENTO FÍSICO MILITAR

Buscando promover o conhecimento e a consequente prevenção da Rabdomiólise, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) promoveu, no dia 8 de março, o 1º “Workshop” de Prevenção da Rabdomiólise no Treinamento Físico Militar.

O Almirante de Esquadra Eduardo Bacellar Leal Ferreira, Comandante da Marinha realizou, acompanhado do Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais e do Diretor-Geral do Pessoal da Marinha, a abertura do evento, destacando a relevância do tema para a Marinha do Brasil e a importância de seu estudo para a diminuição de fatores que acarretem a síndrome, especialmente nos mais jovens. Na ocasião, o Comandante da Marinha aproveitou a visita ao CEFAN também

para percorrer as obras das instalações esportivas que servirão de Centro de Treinamento Oficial dos Jogos Olímpicos Rio 2016 e para conhecer as embarcações que serão utilizadas durante as Olimpíadas.

Durante todo o dia, 250 militares, representando 53 OM, puderam conhecer de forma mais profunda o desafio da rabdomiólise, síndrome clínica que pode estar associada às atividades físicas extenuantes e é caracterizada pela necrose do músculo e pela liberação de componentes intracelulares na circulação. Os palestrantes militares e civis apresentaram os seguintes temas: Aspectos clínicos e fisiológicos da termorregulação e suas consequências; Rabdomiólise durante a prática esportiva, aspectos fisiológicos; Aspectos diagnósticos e terapêu-



Abertura do evento pelo Comandante da Marinha Almirante de Esquadra Leal Ferreira

uticos; Prevenção da rabdomiólise em período de adaptação: a experiência da Escola Naval e Rabdomiólise por esforço físico: atuação do instrutor de

TFM. Ao fim dos turnos da manhã e da tarde, o espaço foi aberto ao público, resultando em interessantes e elucidativos debates. •

# Zzapping

transportes



## DO RIO DE JANEIRO... ...PARA QUALQUER CIDADE DO PAÍS

### ...GARANTIR A SUA MUDANÇA E GUARDA MÓVEIS

Profissionais capacitados e embalagens adequadas garante a segurança e comodidade.



## Mudanças para todo o BRASIL!

- Locais
- Intermunicipais
- Interestaduais
- Transporte de Automóveis
- Guarda-Móveis

acesse e faça seu orçamento  
[www.zzapping.com.br](http://www.zzapping.com.br)  
[zzapping@zzapping.com.br](mailto:zzapping@zzapping.com.br)

Central  
de Atendimento

7894-6156

Curta nossa página  
zzapping

@zzapping

21 2143-0830 | 2143-0832 | 3888-8716 | 3888-8767

Av. Itaóca, 903A - Bonsucesso - Rio de Janeiro

## MARINHA DO BRASIL E FLAMENGO FIRMAM PARCERIA NO REMO



Representante da MB e do Flamengo assinam convênio

A Marinha do Brasil e o Flamengo assinaram no dia 11 de março, na sede social do rubro-negro um convênio para o desenvolvimento do remo. O acordo foi celebrado no gabinete da presidência com a presença do Comandante do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) e do presidente da Comissão de Desportos da Marinha, Contra-Almirante Fuzileiro Naval

Carlos Chagas Vianna Braga, do Sr. Maurício Gomes de Mattos, vice-presidente geral do Flamengo e o Sr. Edson Figueiredo, supervisor técnico do remo.

A parceria celebrada permite o trabalho de iniciação do remo para crianças e adolescentes do Programa Forças no Esporte e a capacitação de profissionais da Marinha do Brasil junto ao C.R Flamengo. •

## MARINHA DO BRASIL CONQUISTA MEDALHAS EM CAMPEONATO DE REMO



Vencedores da competição em SP

Nos dias 9 e 10 de abril, foi realizado, em São Paulo, o Campeonato Brasileiro de Barcos Curtos de Remo. Os atletas da MB conquistaram suas medalhas com os seguintes resultados:

- 3ºSG RM2-EP Evaldo Mathias Becker Moraes – 1º Lugar (Campeão)
- 3ºSG RM2-EP Emanuel Dantas Borges – 2º Lugar (Vice-Campeão)
- 3ºSG RM2-EP Renato Cesar Cataldo F. de Azevedo – 1º Lugar (Campeão– Double Skiff)
- 3ºSG RM2-EP Thiago Aalmeida– 1º Lugar (Campeão – Double Skiff). •



## BASQUETEBOL CANADENSE PARALÍMPICO TREINA NO CEFAN VISANDO OS JOGOS RIO 2016



Atletas paralímpicos em treinamento

técnica ficaram no Rio de Janeiro até o dia 14 de abril, para aclimação para os Jogos Paralímpicos Rio 2016. Estão programados treinos técnicos, táticos e físicos, além de jogos amistosos com a Seleção Brasileira de Basquetebol em Cadeiras de Roda.

A preparação das equipes feminina e masculina de Basquetebol Canadense em Cadeiras de Rodas começou no dia 5 de abril, no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes. Com uma delegação de cerca de 40 pessoas, os atletas e a comissão

A seleção canadense masculina é a atual campeã Paralímpica, tendo subido ao pódio também em Pequim 2008, conquistando a prata. A seleção feminina também acumula excelentes resultados: nas últimas Olimpíadas em Londres, foi a sexta colocada, tendo sido medalha de bronze em Atenas 2004. •

# Destak Rio

Transporte de veículos para todo o Brasil!!!

Transporte seu veículo com quem você possa confiar.  
Transportando para militares em todo o Brasil  
há mais de 10 anos.

Solicite seu orçamento!

Jacqueline Sousa

21.99719-9467 (whatsApp) / 21.98020-7111

21.3777-7041 / 32\*2\*13583

destak.rio@hotmail.com / www.destakriotransportadora.com.br