



MANUAL DO ATLETA

XVIII Campeonato Pan Americano Jr *Badminton*

*San Juan – Porto Rico
17 a 23 de 2009*

DELEGAÇÃO BRASIL

Atleta:
Federação:
Entidade de Prática:
Categoria:



MANUAL DO ATLETA

I – Objetivo e Estrutura da Delegação:

A **Comissão da Delegação Brasil**, elaborou este Manual, para padronizar as regras de conduta, que serão aplicadas para todos os Atletas da Delegação Brasileira, no Campeonato Pan Americano Júnior de Badminton 2009, em San Juan - Porto Rico.

Todos os Atletas da **Delegação Brasil**, deverão concordar integralmente com as diretrizes definidas neste Manual.

Estas diretrizes foram definidas, com base na experiência da **Comissão da Delegação Brasil**, em competições nacionais e principalmente, nas participações no XV, XVI e XVII PANAM Jr., disputados respectivamente no Brasil em 2006, México em 2007 e Guatemala em 2008.

II – Conduta para Embarque e Viagem:

- ✓ Todos os Atletas, devem utilizar, impreterivelmente, o uniforme de viagem da Seleção Brasileira, que será fornecido pela **CBBd**, durante a viagem de Ida e Volta;
- ✓ A Delegação irá se encontrar para o check-in, no aeroporto de Cumbica, Guarulhos / SP, dia 15/08/09, às 01:15 horas, próximo ao balcão de check-in da companhia aérea Copa Airline. Todos devem se apresentar a **Comissão da Delegação Brasil**, para instruções sobre a realização do check-in;
- ✓ Após a realização do check-in, a **DB** irá realizar todas as atividades seguintes, em conjunto, incluindo o embarque, passagem pela Polícia Federal;
- ✓ Quem tiver que registrar algum equipamento eletrônico que estiver levando na viagem, deve fazê-lo, antes do horário marcado acima, no próprio aeroporto;
- ✓ Necessidade de registro: Equipamentos atuais, fabricados fora do país e máquina fotográfica acima de 7.0 pixels. Para registro, é necessário apresentar a Nota Fiscal do equipamento;
- ✓ Documentos necessários para realização do check-in: Passaporte com Visto Americano, RG, CPF, Carta da CBBd,



MANUAL DO ATLETA

Passagem e Autorização para viagem, para menores de 18 anos. Todas as bagagens devem estar identificadas. Não é permitido o embarque nas bagagens de mãos, de tesouras e produtos químicos solúveis;

- ✓ Com relação à raqueteira, vamos verificar junto à companhia aérea, a liberação para levá-las como bagagem de mãos. Recomendamos que as raquetes sejam levadas separadas como bagagem de mão e quem optar por despachá-las, que embalem as mesmas com plástico bolha;
- ✓ Para o embarque, todos devem ter em mãos, o ticket de embarque, o passaporte, a autorização de viagem, para menores e o comprovante de vacinação exigido, caso aplicável;
- ✓ Após a entrada na sala de embarque, toda **DB** irá permanecer em conjunto. Qualquer Atleta que se ausentar do local, deve informar a algum membro da **Comissão da DB**;
- ✓ Estaremos levando na viagem, alguns medicamentos, que estarão disponíveis aos componentes da **DB**. Quando necessário, os atletas devem solicitá-los. Não aconselhamos que os atletas tomem qualquer medicamento, que não seja de uso regular do mesmo, sem que informe a algum membro da **Comissão da DB**;
- ✓ Todos os horários marcados serão rigorosamente seguidos.

III – Hospedagem:

- ✓ A montagem dos apartamentos no Hotel onde ficaremos hospedados, é de responsabilidade da **Comissão da DB**, que irá alocar os atletas, da melhor maneira possível, em apartamentos quádruplos, preferencialmente. Atletas menores que viajarem com Pais ou Parentes, podem optar por ficar em aptos com os mesmos, assumindo os respectivos custos;
- ✓ A programação dos horários para realizar as refeições, café da manhã, almoço e jantar, será definida pela **Comissão da DB**, conforme a programação dos jogos. Faremos o possível, para que estas refeições sejam realizadas por toda **DB**, em conjunto;



MANUAL DO ATLETA

- ✓ Toda programação, no hotel e externo ao hotel, será definida pela **Comissão da DB**. Nenhum Atleta tem autorização para sair sozinho na cidade de San Juan ou Guaynabo ou em qualquer outro local, ao longo da viagem;
- ✓ Enquanto tivermos Atletas da **DB**, em competição, toda programação será focada para estes, ressaltando que atividades de lazer, são secundárias;
- ✓ Após o término do Campeonato, estaremos programando atividades para toda **DB**, focando passeios. Estas atividades serão realizadas, nos dias 24 e 25, antes do retorno para o Brasil;
- ✓ Retorno: Saída de Porto Rico, dia 25/08 às 17:00 hs, chegando a São Paulo, dia 26/08, às 5:55 hs.

IV – Campeonato:

- ✓ Os Atletas terão a orientação dos Técnicos credenciados e inscritos pela **CBBD**, para a realização do aquecimento, alongamento e demais atividades pré-jogo. Todos os Técnicos, estarão sob a coordenação do Técnico da Seleção Brasileira, Luiz Martin;
- ✓ Na quadra, os atletas também terão a orientação dos Técnicos que fazem parte da Equipe Técnica;
- ✓ Cada Atleta é responsável, por monitorar os horários dos seus jogos, porém, estaremos divulgando avisos e tabelas atualizadas, no Hotel, em local de fácil acesso a todos;
- ✓ Todos os Atletas devem utilizar, o uniforme que será cedido pela **CBBD**. Caso necessitem, devem lavá-los em seus apartamentos;
- ✓ Os horários para os atletas dormirem e acordarem, serão definidos, com base na tabela dos jogos;
- ✓ A relação entre Atleta e Técnicos, deve ser pautada pelo respeito mútuo, focando que todos têm os mesmos objetivos e fazemos parte da mesma equipe;



MANUAL DO ATLETA

- ✓ Diariamente, após o Jantar, estaremos realizando uma Reunião com toda a **DB**, para análise das atividades realizadas e programação das atividades para o dia seguinte.

V – Orientações Diversas:

- ✓ Menores de idade, necessitam de uma Autorização de Viagem. Se estes estiverem acompanhados do Pai e da Mãe, a Autorização não é necessária, porém se estiverem acompanhados do Pai ou da Mãe, é necessária a Autorização de quem não viajar com o menor. Segue **anexo um Modelo de Autorização**. Recomendamos que a mesma seja feita em duas vias e que seja para Viagem Desacompanhado (a). Esta Autorização deve ter as assinaturas reconhecidas firma em cartório;
- ✓ Os Atletas devem levar o máximo de uniformes que tiverem e não devem utilizar meias úmidas ou molhadas de suor, para que não tenham problemas com bolhas;
- ✓ Os Atletas devem fazer as refeições, pelo menos 01 hora antes das partidas;
- ✓ Os Atletas devem iniciar o processo de aquecimento e concentração, no mínimo 30 minutos antes da partida. Neste período o Atleta deve mentalizar a estratégia de jogo, fazer alongamento e aquecimento com objetivo de entrar em quadra no ritmo ideal para uma partida;
- ✓ O início de uma partida, principalmente nas categorias jovens, é decisivo para o resultado final. Por isso, iniciar bem, é um grande passo para a conquista de uma vitória;
- ✓ Os Atletas devem se hidratar durante as partidas e após as mesmas. Esta hidratação deve ser feita com água, porém também com isotônico, para reposição das proteínas perdidas;
- ✓ Quem estiver acostumado com o uso de repositores energéticos, deve levá-los na viagem, para uso nas partidas;
- ✓ As refeições durante as disputas, devem incluir: arroz, massas, verduras, batata, carnes ou peixe, grelhado ou assado, suco de frutas. Evitar frituras, refrigerantes e açúcar em excesso;



MANUAL DO ATLETA

VI – Considerações Gerais:

- ✓ Cada Atleta é responsável por sua bagagem, guarda de documentos, dinheiro e pertences pessoais diversos;
- ✓ Atenção, para não esquecer nada em aeroporto, avião, ônibus, carro, etc, pois dificilmente teremos condições de retornar, para buscar os pertences esquecidos;
- ✓ Todo responsável pelo Atleta, tem que preencher a planilha "Informações do Atleta", **Anexo I** deste Manual e entregar a **Comissão da DB**, no máximo até dia 15/06/09 (atletas de SP), devidamente assinada. Atletas dos demais estados, podem entregar no dia da apresentação, em San Juan – Porto Rico. Quem preferir, pode enviar para: imprensa@badminton.org.br;
- ✓ Estaremos informando os resultados dos jogos através do site www.badminton.org.br, quando possível.

VII – Compromisso:

- ✓ A **Comissão da DB**, formada para coordenar as atividades dos atletas brasileiros durante a disputa do XVIII Campeonato Pan Americano Junior de Badminton, no período de 17 a 23 de Agosto de 2009, assume em conjunto com todos os atletas da **DB**, o compromisso de cumprir integralmente os itens definidos neste Manual;
- ✓ É importante salientar, que isso somente será possível, se os Atletas cumprirem suas obrigações, também definidas neste Manual.

VII – Comunicado em anexo.

Comissão da Delegação Brasil - DB:

- Eduardo Martinez
- Hilton Fernando
- José Roberto Santini Campos
- Manoel Gori
- Coordenação Técnica: Luis Martin