



O desempenho de atletas nas modalidades esportivas constituintes da corrida de aventura em provas de 35 a 50-km.

Bruna S. Silva*, Pedro de S. Rosa, Taisa Belli. Ciências do Esporte - Faculdade de Ciências Aplicadas-UNICAMP

Resumo

O presente estudo teve como objetivo analisar a possível relação do desempenho de atletas nas modalidades de mountain bike e trekking com o seu desempenho final durante provas de corrida de aventura. Para tanto, 24 atletas participantes de etapas do Circuito Haka Race de Corrida de Aventura/2105 foram voluntários nesse estudo. Observamos que a velocidade de prova das duplas foi correlacionada significativamente ($P < 0,05$) com a velocidade do primeiro trecho de trekking ($R=0,80$) e do último trecho de mountain bike ($R=0,72$) na 2ª etapa do Circuito, enquanto que na 4ª etapa foi associada significativamente ($P < 0,05$) com a velocidade do percurso de water trekking com trekking ($R=0,95$).

Palavras-chave: corrida de aventura, mountain bike, trekking.

Introdução

A corrida de aventura (CA) é um esporte constituído a partir da união de modalidades esportivas, como *mountain bike*, canoagem, *trekking*, orientação, entre outros, realizadas em intenso contato com diferentes ambientes da natureza. As modalidades mais presentes na CA, tendo em vista um maior tempo de duração, são *trekking* e o *mountain bike* (JUNIOR, et al. 2008). Os estudos são escassos sobre a contribuição relativa de cada uma dessas modalidades para o sucesso em uma prova de CA e ainda pouco explorado pela literatura científica. Já no *triathlon*, esporte com características similares a CA, essa temática vem sendo muito estudada, dada sua importância para o desempenho dos atletas, mostrando que os tempos parciais de ciclismo e corrida estão correlacionados com o tempo total de prova (FIGUEIREDO et al., 2016). Dessa maneira, o presente estudo teve como objetivo analisar a possível relação do desempenho de atletas na modalidade de *mountain bike* e *trekking* com o seu desempenho final durante duas provas de corrida de aventura.

Resultados e Discussão

Vinte e quatro atletas (18 homens e 6 mulheres, 38 ± 6 anos, $74,2 \pm 11,2$ kg de massa corporal, 171 ± 6 cm de estatura e $3.222,7 \pm 1.031,8$ METs no Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ) participantes da 2ª e 4ª etapas do Circuito Haka Race de Corrida de Aventura - 2015 em duplas foram voluntários nesse estudo (CEP n. 711.659/2014; 980.621/2015). A 2ª etapa ocorreu na cidade de Jacareí/SP e contemplou um total de 44,5km. Nesta etapa a prova iniciou com *mountain bike*, seguido de um trajeto de *trekking*. Na sequência, a dupla se separou, sendo que enquanto um atleta da dupla realizava *trekking* ou outro seguia o percurso com a canoagem simultaneamente. Finalizado esse trecho, o atleta que realizou *trekking* passou para canoagem e o seu dupla seguiu de *trekking* e realizou uma técnica vertical. Em seguida, a dupla se reencontrou e seguiu por um trecho misto de *trekking* com *mountain bike* e concluiu a prova por um percurso de *mountain bike*. Já na 4ª etapa, realizada em Passa Quatro/MG com 37,1km, a prova foi composta por uma sequência de *mountain bike*, *trekking* com técnica vertical, *water trekking* com *trekking* e

mountain bike. Análises das distâncias e dos tempos parciais e finais das equipes foram feitas a partir dos relatórios oficiais da organização da prova. Por meio destes dados foram calculadas as velocidades de *mountain bike* e *trekking* e a velocidade de provas das equipes, considerando-as como índices de desempenho. Correlação de Pearson foi empregada e o nível de significância estabelecido em $P < 0,05$ (Statistic 7.0). Observamos que a velocidade de prova das equipes na etapa de Jacareí foi correlacionada significativamente ($P < 0,05$) com a velocidade do primeiro trecho de *trekking* ($R=0,80$) e do último trecho de *mountain bike* ($R=0,72$), já na etapa de Passa Quatro foi associada significativamente ($P < 0,05$) com a velocidade do percurso de *water trekking* com *trekking* ($R=0,95$).

Conclusões

Concluimos que o desempenho dos atletas nas modalidades de *mountain bike* e *trekking* está associado ao desempenho final em competições de corrida de aventura. Além disso, que a contribuição de cada uma dessas modalidades para o desempenho na competição pode ser distinta para diferentes provas disputadas e, possivelmente dependente da ordem e grau de dificuldade do terreno em que são realizadas durante a corrida de aventura.

Agradecimentos

Nossos agradecimentos ao Laboratório de Fisiologia Aplicada ao Esporte (LAFAE)-FCA-Unicamp, aos voluntários, ao Leonardo Barbosa (diretor do Haka Race), ao Fábio Carlini e ao Fábio Maia pela contribuição nesse estudo. Este estudo foi financiado pelo PIBIC/CNPq/UNICAMP e pelo FAEPEX-PRP-UNICAMP (1152/14).

Figueiredo, P., Marques, E.A.; Lepers, R Changes in Contributions of Swim, Cycle, and Run Performances on Overall Triathlon Performance over a 26-year period. **Journal of Strength and Conditioning Research.** (in press) 2016.

Junior, M.M.; Castro, F.S.; Vaz, M.A. Relevância do trekking e do mountain bike para o desempenho em Corrida de Aventura. **Revista de Educação Física.** (142): 5-11. 2008.