

Objetivo: 14 dias sem lesões

Escrito por Campos MVP
Segunda, 27 Abril 2015 13:38



Os [Campos MVP](#) contam com uma equipa multidisciplinar constituída por treinadores e fisioterapeutas especializados na área do desporto.

Objectivo é comum a todos e está presente em cada dia de trabalho: servir da melhor forma os atletas! E para isso as estratégias são definidas logo desde o primeiro dia.

Ao longo dos seis anos de existência os [Campos MVP](#) mantêm-se a par do que melhor se faz em termos de metodologias de treino tanto ao nível do Basquetebol propriamente dito como também ao nível do condicionamento físico dos atletas.

Embora as lesões façam infelizmente parte do desporto em geral, no [Campos MVP](#) procura-se que nos 14 dias haja o menor número de lesões possível permitindo que o Campos seja desfrutado na totalidade.

Para ser medido de forma correcta o risco de lesão de cada atleta é imperativo uma boa avaliação de forma a serem identificados os factores que poderão causar problemas durante o evento e intervir-se de forma eficaz.

Numa avaliação inicial procura-se obter um perfil atlético de cada jogador tendo em vista o melhoramento da sua capacidade física no futuro.

Dados recolhidos pelos Treinadores:

- Medições a nível da força dos membros inferiores (triplo salto, salto vertical com e sem balanço):

Objetivo: 14 dias sem lesões

Escrito por Campos MVP

Segunda, 27 Abril 2015 13:38

- Velocidade (20 metros sem bola e 40 metros com e sem bola);
- Peso, altura, envergadura, índice de massa corporal.

Dados recolhidos pelos Fisioterapeutas:

- Avaliação articular em geral através de diversos testes clínicos provenientes de várias escolas de terapia manual.