

# ALPHA ESPORTES – ASSESSORIA ESPORTIVA APRESENTA



ALFAS EM CONDOMÍNIOS  
CONDOMÍNIO TAMBORÉ 4

# OBJETIVOS

## EDUCACIONAIS:

- Aprimorar o desenvolvimento da saúde mental e física.
- Melhoria geral da saúde.
- Aprimoramento das noções básicas de postura corporal, alimentação, respiração e higiene.
- Favorecimento de virtudes, tais como: autoconfiança, disciplina, respeito, companheirismo, união, etc.
- Favorecimento da ampliação e valorização da “visão de mundo”.
- Colaboração para uma maior e importante INTEGRAÇÃO, entre os Moradores.

## INSTRUCIONAIS:

- Aprimoramento da coordenação grossa e fina.
- Aprimoramento das qualidades físicas primárias e secundárias.
- Aprimoramento psicomotor.
- Condicionamento físico geral aeróbio, anaeróbio e resistência muscular localizada.
- Favorecimento do sistema cardíaco-vascular-respiratório.
- Desenvolvimento e aprimoramento dos gestos específicos (técnicas) de cada modalidade esportiva, bem como, de cada atividade desenvolvida.

# OBJETIVOS – II

## ESPECÍFICOS:

- Organização de olimpíadas internas, festivais e torneios esportivos internos, jogos amistosos e competições externas.
- Colaborações Nas Programações Especiais para Eventos Sociais, tais como: Carnaval, Páscoa, Dia das Mães, Festa Junina, Dia dos Pais, Dia da Criança, Halloween, Bazar e Festa de Natal
- Programa recreativo especial.
- Aulas especiais, como, por exemplo, Clínicas de Danças, Macro-Ginástica, Matro-Ginástica e Ginástica especial para a MELHOR IDADE (3ª Idade).
- Palestras especiais, sobretudo destinadas a adolescentes e jovens.
- Organização de acampamentos e passeios.

## OUTROS:

Outros objetivos poderão ser determinados e desenvolvidos, de acordo com o interesse e/ou necessidade dos moradores do CONDOMÍNIO TAMBORÉ 4

## EXCLUSIVIDADE:

Todo planejamento, bem como todas as Atividades são destinadas exclusivamente aos moradores de ambos os sexos, a partir de 01 (Um) ano, de todo CONDOMÍNIO TAMBORÉ 4

# EQUIPE

A Alpha Esportes atua neste segmento há mais de 15 anos e oferece uma equipe amplamente qualificada, conforme segue:

- Equipe composta por profissionais formados em Educação Física há vários anos
- Especializados em todas as atividades propostas
- Experientes em trabalhos desenvolvidos nas Associações de Alphaville desde 1992.
- Experientes em trabalhos desenvolvidos nos Condomínios Tamborés desde 2005.
- Contaremos Também, em Atividades Especiais, com Acadêmicos da Educação Física.
- Supervisor Geral da equipe e das atividades: Prof. Roberto Ferreira Cabral – PIONEIRO neste tipo de Prestação de Serviços, na Região de Alphaville e Tamboré – desde 1992.
- Métodos de Ensino – Todos Educacionais: Holista, Atomista e Ludinismo.



Alpha Esportes realiza evento de Futebol Society na Categoria 8 anos em Alphaville

# PRINCIPAIS EVENTOS REALIZADOS

Além de eventos e torneios esportivos normais realizados em Alphaville, como, por exemplo, Futsal, Handebol, Voleibol, passeios ciclísticos, acampamentos e outros, também foram realizados eventos inéditos em Alphaville. São eles:

EVENTO	DATA	LOCAL
1º Torneio Futebol de Mesa (Botão)	Novembro/97	Shopping Center Alphaville
1ª Copa Beach Voley de Alphaville	Maio/98	ARA-11
1º Torneio de Tênis preparatório para o Interalphas	Junho/98	ARA-10
1º Quadrangular de Queimada Feminina	Setembro/98	ARA-10
4ª Copa Alphaville de Futsal para Escolas de Esportes	Novembro e Dezembro/98	ARA-10 e ARA-11
2ª Copa Beach Voley de Alphaville	Abril/99	ARA-5
1º Master Basquetebol Masculino	Maio/99	ARA-5
1º Tranca OPEN de Alphaville	Setembro/99	ARA-5
5ª Copa Futsal “Sou Careta Drogas Bah!” M/F Para categorias menores	Setembro a Dezembro/99	ARA-5, ARA-6, ARA-11 e ARA-Zero
6ª Copa de Futsal Alphaville – menores M/F.	Set a Nov/00	ARAS-5, 6, 9, 10 e 11
7ª Copa de Futsal Alphaville – menores M/F.	Set a Nov/01	ARAS-5, 6, 9, 10 e 11

# PRINCIPAIS EVENTOS REALIZADOS - II

1ª Copa Alphaville – menores e Adultos M/F – Várias modalidades – preparatório para o Inter Alphas 04	Set a Nov/02	ARAS-5, 6, 9, 10, 11, 12 e Zero.
2ª Copa Alphaville – menores e Adultos M/F – Várias modalidades – preparatório para o Inter Alphas 04	Set a Nov/03	ARAS-5, 4, 6, 9, 10, 11, 12, Zero e Clube Aldeia da Serra.
1º Torneio Integração 2004 – menores e Adultos M/F – modalidades: Voleibol de quadra, Handebol, Futebol de Salão, Basquetebol e Tranca.	Nov e Dez/04	ARAS-5, 2, 6, 9 e 12
2º Torneio Integração 2005 – menores e Adultos M/F – modalidades: Voleibol de quadra, Handebol, Futebol de Salão, Basquetebol e Tranca.	Set e Dez/05	ARAS-2, 6, 9, 12 e Condomínios Tamborés 5 e 6
3ª Copa Alphaville de Integração 2007 – menores e Adultos M/F – modalidades: Voleibol de quadra, Voleibol de Areia, Handebol, Futebol de Salão, Basquetebol, Queimada e Tranca.	Set e Dez/07	ARAS-2, 6, 9, 12 e Condomínios Tamborés 2, 5 e 6
A ALPHA ESPORTES, Prestou Serviços para Residenciais de Alphaville e Condomínios Tambores, em Todas Edições das Olimpíadas Inter Alphas – desde 1992.	1992 à 2018 14 Edições	92, 93 e 96 – R9 98 – R 4, 10 e 11 2000, 02 e 04 – R 5 e 12 2006 a 2016 – Tamborés 2 ao 11

# MODALIDADES

A Alpha Esportes oferece as seguintes modalidades para condomínios:

**Esportivas:**

- Futebol de Salão.
- Futebol Society.
- Futebol de Campo.
- Voleibol de quadra.
- Voleibol de areia.
- Futevôlei.
- Handebol.
- Handbeach.
- Basquetebol.
- Escola de Esportes.
- Natação.
- Hidroginástica.
- Biribol
- Xadrez.
- Skate.
- Beach Tênis
- Tênis de Campo - Níveis: Iniciação, Intermediário e Avançado - Tipos de Aulas: Individual, Dupla e Grupos
- Musicalização Infantil - 01 e 02 anos e 03 e 04 anos - Masculino e Feminino.



Alpha Esportes organiza torneio de Voleibol de areia em condomínio na região de Tamboré

# MODALIDADES - II

## Recreativas:

- Recreação.
- Gincanas.
- Passeios Ciclísticos.
- Eventos especiais.

## Ginásticas / Condicionamento Físico:

- Ginástica Geral / Alongamentos / Localizada / Funcional.
- Ginástica Especial para A MELHOR IDADE (3ª idade).
- Ginástica / Condicionamento / Aeróbio e Anaeróbio.
- Pilates.
- Yoga.
- Musculação.
- Matro-Ginástica (Pais e Filhos).
- Macro-Ginástica (Grande público).
- Caminhadas Regulares.
- Caminhadas Especiais.
- Corrida de rua – montagem de grupos e participações em competições oficiais.



**Alunos da Alpha Esportes durante aula de pilates em residencial**

# MODALIDADES - III

## Danças:

- Jazz.
- Ballet Clássico.
- Sapateado.
- Street Dance.
- Zumba / Ritmos
- Gafieira.
- Axé Music.
- Dança de Salão.
- Dança do Ventre.

## Lutas/Artes Marciais:

- Judô.
- Capoeira.
- Karatê.
- **Kung Fu**
- **Muay Thai**

## Torneios Especiais:

- Ping-pong.
- Snooker.
- Futebol de mesa (Botão).
- Tranca / Truco / Buraco.
- Dama e Xadrez.



Copa realizada com apoio e organização da Alpha Esportes

# MODALIDADES - IV

## Culturais:

### Circo Terapia

- Fotografias.
- Poesia.
- Redação.
- Gincanas do conhecimento
- Oficinas de teatro.
- Festivais musicais.

## Especiais:

- Pré-Escola (especialmente para crianças de 3 a 6 anos) – trabalho específico no aprimoramento da psicomotricidade e iniciação, *bem suave*, à Ginástica Olímpica e aos Esportes.



Torneio de Futebol Society realizado para crianças a partir de 3 anos em Alphaville

# CONSIDERAÇÕES FINAIS

- A) Todos os eventos serão realizados paralelamente ao desenvolvimento das aulas/treinamentos, que serão ministrados normalmente ao longo de todo o ano.
- B) As atividades culturais e os torneios especiais propostos neste planejamento, também serão desenvolvidos normalmente ao longo de todo o ano. Serão organizados com datas diferenciadas dos eventos especificamente Esportivos e/ou Sociais.
- C) Todas as atividades e eventos que poderão ser realizados, deverão, ser obviamente, avaliados e autorizados pelo CORPO DIRETIVO E/OU COMISSÃO DE ESPORTES E/OU GERÊNCIA ADMINISTRATIVA.

## **BANCO DE DADOS E CONTROLE DE PARTICIPAÇÃO:**

- 1) Ficha de Inscrição – com Regulamento e termo de responsabilidade – PARA AS MODALIDADES;
- 2) Diário de Classe / Aula / Atividade;
- 3) Relatório Semanal das Aulas / Atividades;
- 4) Relatório Mensal das Aulas / Atividades.

Estou á disposição, para dirimir quaisquer dúvidas e/ou para quaisquer outras informações que desejarem e reuniões.

Att

Roberto Ferreira Cabral

**ALPHA ESPORTES - ASSESSORIA ESPORTIVA**

Tel. 96407.7042

E-mails: [robertofcabral@hotmail.com](mailto:robertofcabral@hotmail.com) e [alphaesportes@gmail.com](mailto:alphaesportes@gmail.com)