



# CONSTRUINDO UM CORREDOR DE SALTOS

## Introdução

O objetivo deste trabalho é orientar e auxiliar os Professores de Educação Física nas escolas brasileiras como montar um corredor de saltos no espaço disponível nas mesmas. A escola é a grande base do esporte nacional e, na ausência de planos específicos para isto, a CBAAt está propondo as autoridades o seu programa de Atletismo Escolar, pois, como todo mundo sabe, o Atletismo quando praticado por crianças e jovens, além de contribuir para a melhora das capacidades físicas do mesmo, revelar possíveis talentos para o próprio Atletismo, serve de base para todas as outras modalidades esportivas.

Qualquer espaço aberto pode ser utilizado para o ensino e início da prática do Atletismo. A escolha de um corredor de saltos foi realizada em função de que o Brasil tem uma grande tradição nessas provas (Salto em Distância e Salto Triplo) e com recursos simples é possível termos um corredor em cada escola; com a existência dessas instalações e a iniciação ao Atletismo nesses locais, com certeza teremos toda uma nova geração de valores surgindo para representarem o Brasil mundo afora.

Na sequência abaixo apresentamos três (3) opções de corredores de salto em distância e/ou triplo. Partindo da opção mais simples para a mais cara, a diferença entre eles está na preparação do terreno e na cobertura (natural ou sintética) que se irá usar:

- Terreno sem preparação da base para piso natural;
- Terreno com preparação da base para piso natural;
- Terreno com preparação da base para piso sintético;

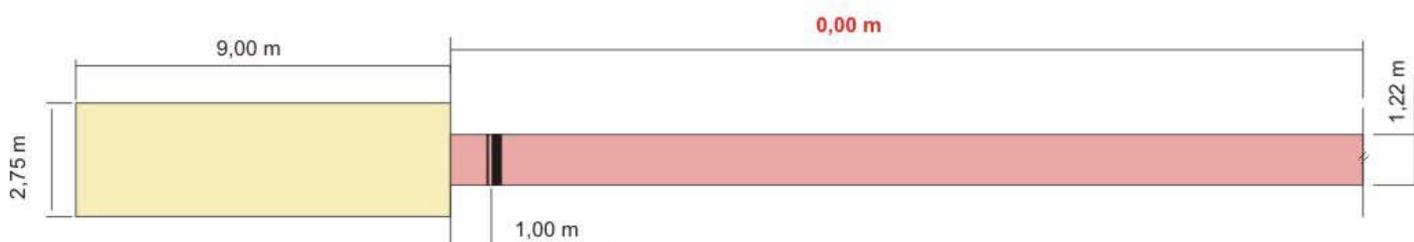
## Corredor de Salto sem preparação da base para piso natural:

1. Escolha o local, de preferência plano.



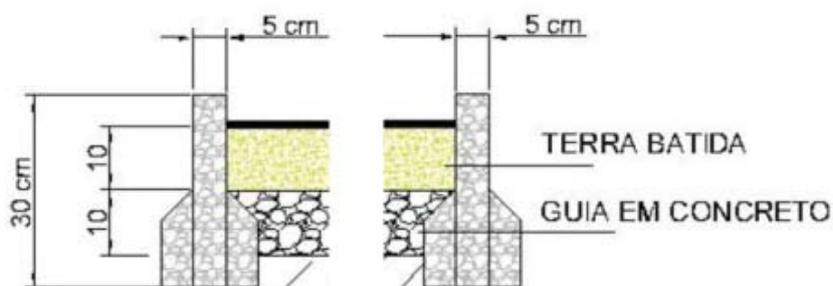
2. Faça a limpeza do local.
  - a. Conforme o local escolhido, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
  - a. Adapte o corredor a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).
4. Defina o espaço a ser utilizado como caixa de areia para a queda do salto.
  - a. Adapte a caixa de queda a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).

### CORREDORES PARA SALTOS EM DISTÂNCIA



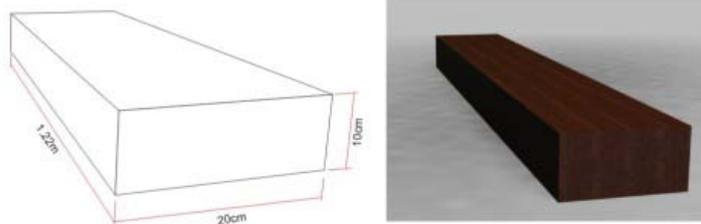
5. Construa as guias em concreto.

### CORREDOR DE SALTOS – MURETAS

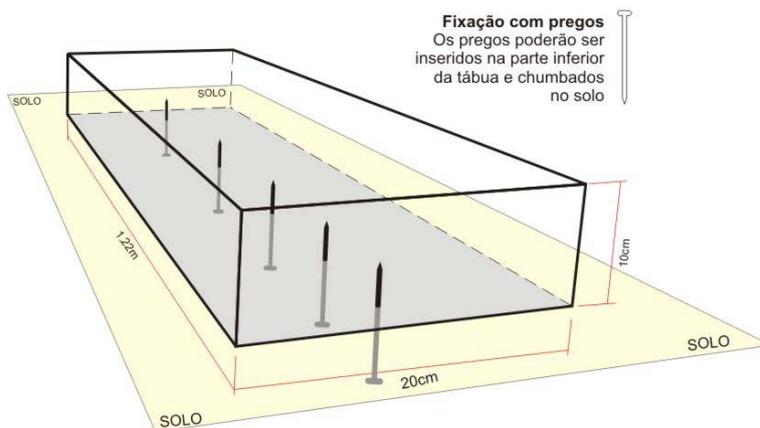


6. Faça a colocação e fixação da(s) tábua(s) de impulsão (**figura abaixo**).
- Recomendamos que a tábua seja construída com uma madeira “rígida que suporte sol e chuva”.
  - Sugerimos a colocação da tábua de impulsão a 1 metro do início da caixa de queda.

### TÁBUA DE IMPULSÃO



### TÁBUA DE IMPULSÃO Sugestão para Fixação



7. Colocação da areia na caixa de queda.
- Recomenda-se utilizar areia de rio lavada. Pode-se usar a mistura de areia de rio lavada nº 1 com a nº2. Na falta da mesma pode-se usar areia de construção, desde que a mesma seja muito bem peneirada, ou ainda a areia de praia, porém essas opções tendem a se compactar, necessitando o cuidado de sempre estar sendo remexidas.

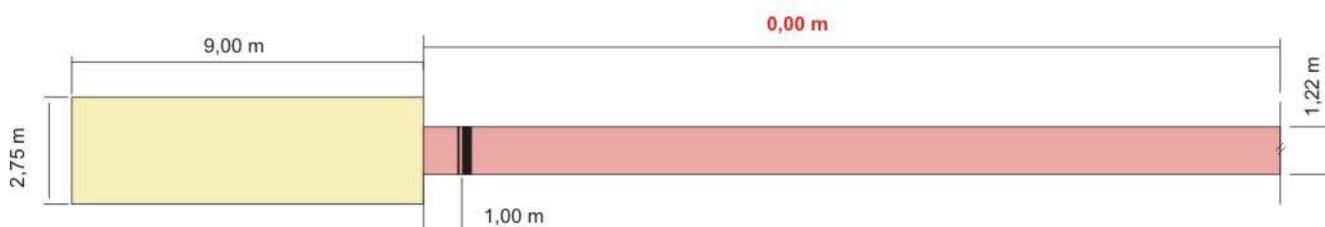
## Corredor de Salto com preparação da base para piso natural:

1. Escolha o local, de preferência plano.



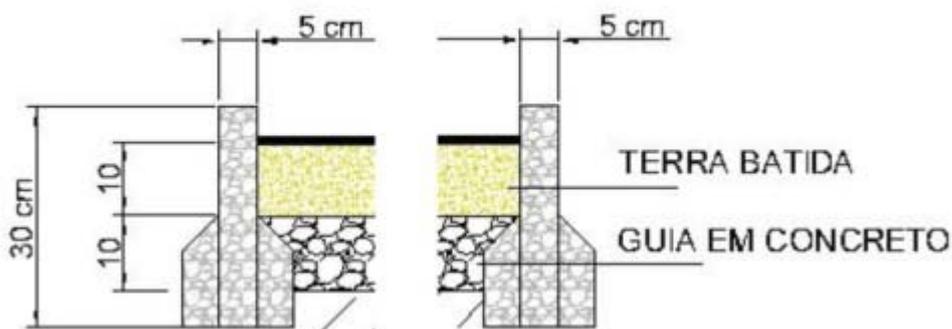
2. Faça a limpeza do local.
  - a. Conforme o local escolhido, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
  - a. Adapte o corredor a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).
4. Defina o espaço a ser utilizado como caixa de areia para a queda do salto.
  - a. Adapte a caixa de queda a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).

### CORREDORES PARA SALTOS EM DISTÂNCIA



5. Faça a retirada da terra, preparando o local para colocação das guias em concreto, da brita e da terra batida.
6. Construa as guias em concreto.

### CORREDOR DE SALTOS – MURETAS



7. Faça a colocação de brita nº 1 (**figura abaixo**).

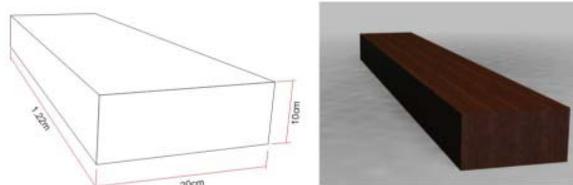
8. Coloque a terra compactando-a (**figura abaixo**).
9. Coloque a cobertura natural escolhida (pó de tijolo, pó de carvão, saibro ou pó de brita) (**figura abaixo**).

### CORREDOR DE SALTOS – BASE PARA PISO NATURAL

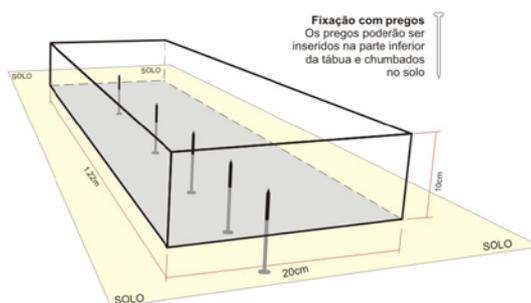


10. Faça a colocação e fixação da(s) tábuas de impulsão (**figuras abaixo**).
  - a. Recomendamos que a tábua seja construída com uma madeira “rígida que suporte sol e chuva”.
  - b. Sugerimos a colocação da tábua de impulsão a 1 metro do início da caixa de queda.

### TÁBUA DE IMPULSÃO



### TÁBUA DE IMPULSÃO Sugestão para Fixação

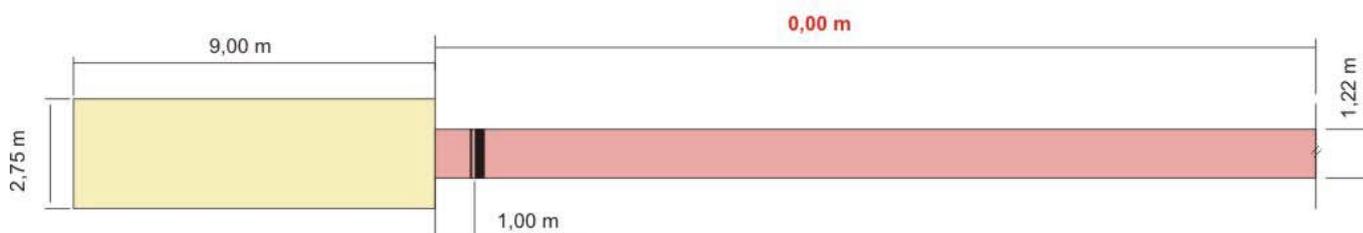


11. Colocação da areia na caixa de queda.
  - a. Recomenda-se utilizar areia de rio lavada. Pode-se usar a mistura de areia de rio lavada nº 1 com a nº2. Na falta da mesma pode-se usar areia de construção, desde que a mesma seja muito bem peneirada, ou ainda a areia de praia, porém essas opções tendem a se compactar, necessitando o cuidado de sempre estar sendo remexidas.

## Corredor de Salto com preparação da base para piso sintético:

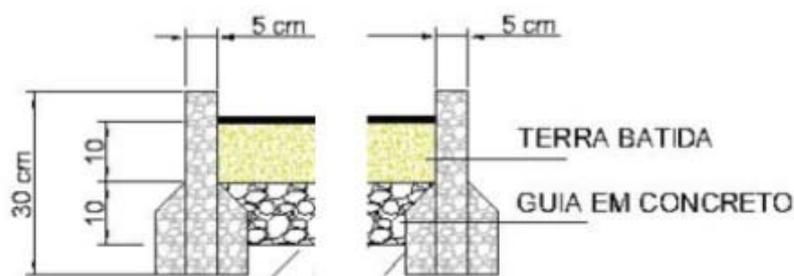
1. Escolha o local, de preferência plano.
2. Faça a limpeza do local.
  - a. Se o local escolhido for um campo, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes.
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
  - a. Adapte o corredor a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).
4. Defina o espaço a ser utilizado como caixa de areia para a queda do salto.
  - a. Adapte a caixa de queda a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).

### CORREDORES PARA SALTOS EM DISTÂNCIA



5. Faça a retirada da terra, preparando o local para colocação das guias em concreto, da brita, da base de concreto e da base de cobertura sintética.
6. Construa as guias em concreto.

### CORREDOR DE SALTOS – MURETAS

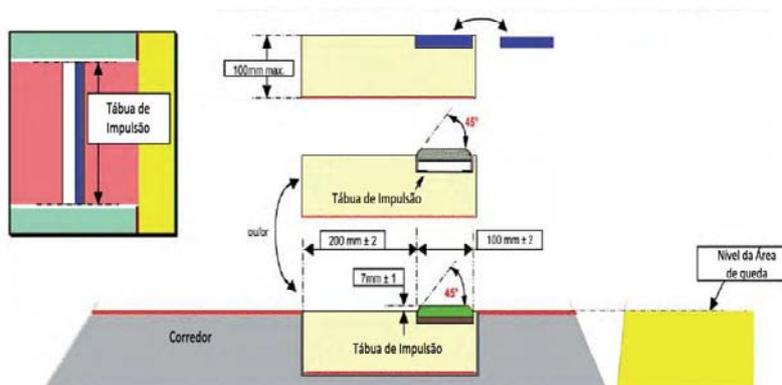


7. Faça a colocação da brita nº 1 (**figura abaixo**).
8. Faça a colocação da base de concreto (**figura abaixo**).
9. Coloque a cobertura sintética escolhida (**figura abaixo**).

### CORREDOR DE SALTOS – BASE PARA PISO SINTÉTICO



10. Faça a colocação e fixação da(s) tábua(s) de impulsão.
- Observa-se as medidas da tábua conforme a regra oficial.
  - Recomendamos que a tábua seja construída com uma madeira “rígida que suporte sol e chuva”.
  - Sugerimos a colocação da tábua de impulsão a 1 metro do início da caixa de queda.



11. Colocação da areia na caixa de queda.
- Recomenda-se utilizar areia de rio lavada. Pode-se usar a mistura de areia de rio lavada nº 1 com a nº2. Na falta da mesma pode-se usar areia de construção, desde que a mesma seja muito bem peneirada, ou ainda a areia de praia, porém essas opções tendem a se compactar, necessitando o cuidado de sempre estar sendo remexidas.

## 12. Relação de Fabricantes/Representantes de Pisos Sintéticos no Brasil

1.	<p><b>PLAYPISO PISOS ESPORTIVOS LTDA.</b>  <b>Representante: MONDO RUBBER</b>            Estrada da Aldeinha, nº 583 - Barueri            SÃO PAULO - SP            06465-100            Fone: (11) 4133-8800            Fax: (11) 4133-8811            Contato: Sr. Décio Chusid            E-mail: <a href="mailto:playpiso@playpiso.com.br">playpiso@playpiso.com.br</a>            Site: <a href="http://www.playpiso.com.br">www.playpiso.com.br</a></p>
2.	<p><b>LINSONDA DO BRASIL ENGENHARIA E CONSTRUÇÕES LTDA.</b>  <b>FABRICANTE</b>            Av. José André de Moraes, nº 371 - Jardim Monte Alegre            TABOÃO DA SERRA - SP            06755-260            Fones: (11) 4196-4422 ou 0800-7721113            E-mail: <a href="mailto:lisonda@lisonda.com.br">lisonda@lisonda.com.br</a>            Site: <a href="http://www.lisonda.com.br">www.lisonda.com.br</a>            Contato: Eng. Artur Lima Santi</p>
3.	<p><b>RECOMA CONSTRUÇÕES, COMÉRCIO E INDÚSTRIA LTDA.</b>  <b>Representante: REGUPOL (BSW)</b>            Rua Bento de Andrade, 412 - Jardim Paulista            SÃO PAULO - SP            04503-001            Fone: (11) 3882-8111            Fax: (11) 3887-3860            E-mail: <a href="mailto:recoma@recoma.com.br">recoma@recoma.com.br</a>            Site: <a href="http://www.recoma.com.br">www.recoma.com.br</a>            Contato: Sr. Sérgio</p>
4.	<p><b>COXPORT ENGENHARIA E COMÉRCIO LTDA.</b>  <b>Representante: POLYTAN</b>            Rua Cauibi, 455 - Perdizes            SÃO PAULO - SP            05010-000            Fone: (11) 3864-2000            Fax: (11) 3672-3220  <a href="http://www.cox.com.br">www.cox.com.br</a></p>

5.	<b>RGFH ENGENHARIA LTDA. - SPORT GRASS</b> <b>Representante: REPHOUSE</b> Rua Marcelo Gama, 1202 - São João PORTO ALEGRE - SP 90540-041 Fone/fax: (51) 3342-8001 ou 0800 707 7762 Contato: Sr. Marcelo Bühner <a href="http://www.sportgrass.com.br">www.sportgrass.com.br</a>
----	---