



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;

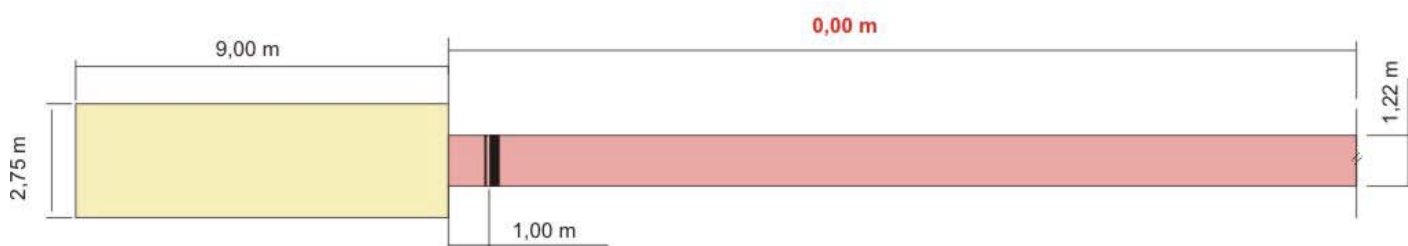
Corredor de Salto sem preparação da base para piso natural:

1. Escolha o local, de preferência plano.



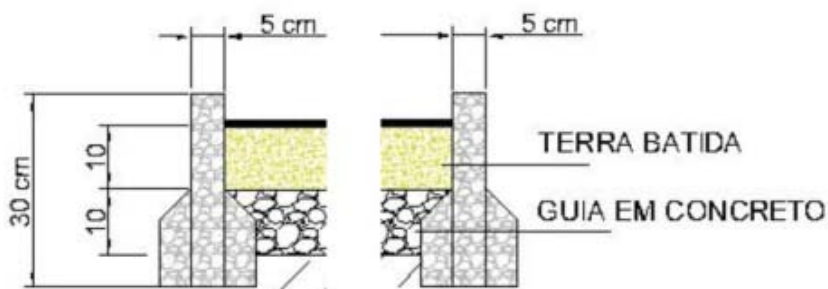
2. Faça a limpeza do local.
 - a. Conforme o local escolhido, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
 - a. Adapte o corredor a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).
4.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



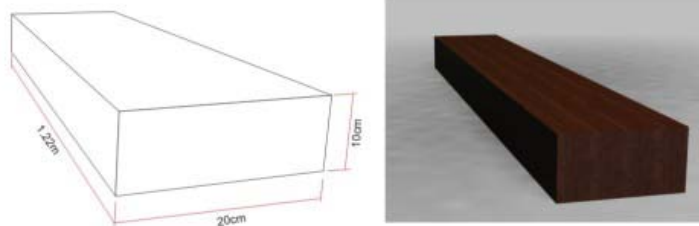
5. Construa as guias em concreto.

CORREDOR DE SALTOS – MURETAS

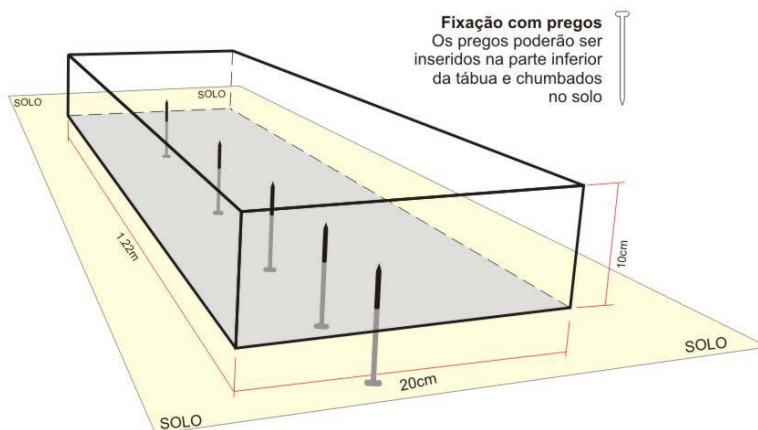


6. Faça a colocação e fixação da(s) tábua(s) de impulsão (**figura abaixo**).
- Recomendamos que a tábua seja construída com uma madeira “rígida que suporte sol e chuva”.
 - Sugerimos a colocação da tábua de impulsão a 1 metro do início da caixa de queda.

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.

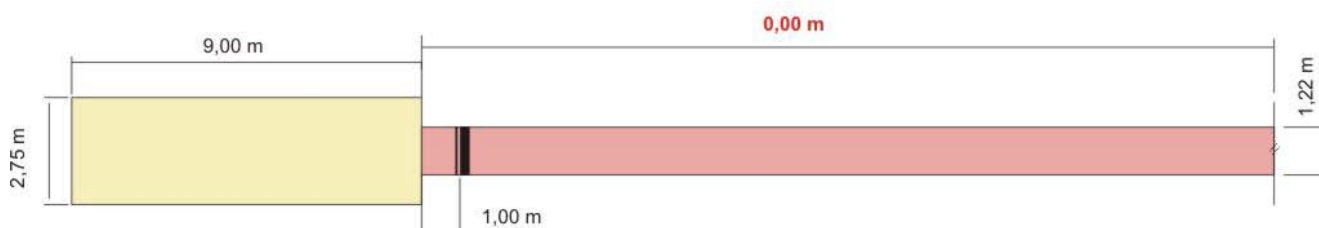
Corredor de Salto com preparação da base para piso natural:

1. Escolha o local, de preferência plano.



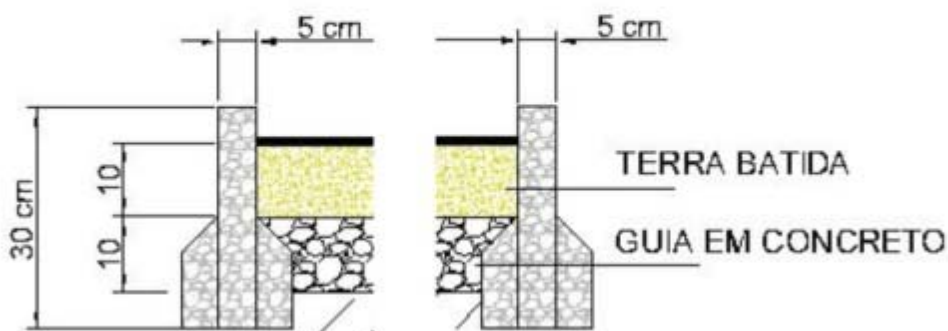
2. Faça a limpeza do local.
 - a. Conforme o local escolhido, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
 - a. Adapte o corredor a sua realidade (**sugestão figura abaixo**).
4.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

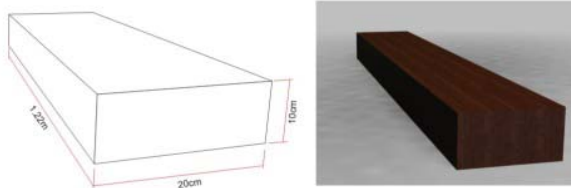
8. Coloque a terra compactando-a (**figura abaixo**).
9. Coloque a cobertura natural escolhida (pó de tijolo, pó de carvão, saibro ou pó de brita) (**figura abaixo**).

CORREDOR DE SALTOS – BASE PARA PISO NATURAL

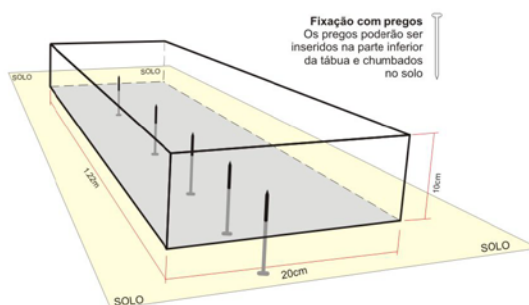


10. Faça a colocação e fixação da(s) tábuas de impulsão (**figuras abaixo**).
 - a. Recomendamos que a tábua seja construída com uma madeira “rígida que suporte sol e chuva”.
 - b. Sugerimos a colocação da tábua de impulsão a 1 metro do início da caixa de queda.

TÁBUA DE IMPULSÃO



TÁBUA DE IMPULSÃO Sugestão para Fixação

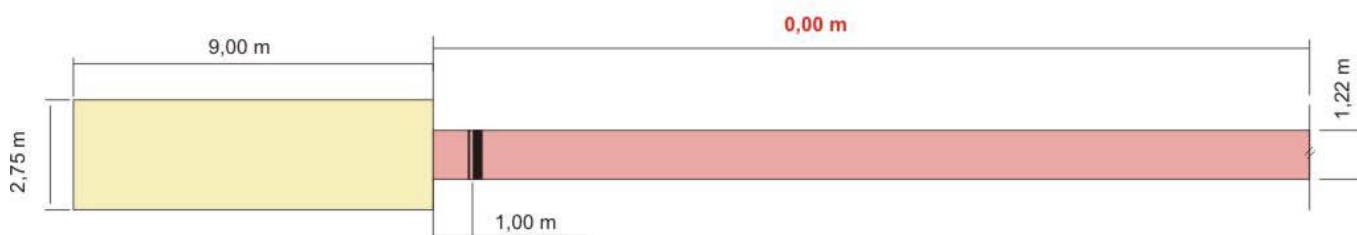


11. Colocação da areia na caixa de queda.
 - a. Recomenda-se utilizar areia de rio lavada. Pode-se usar a mistura de areia de rio lavada nº 1 com a nº2. Na falta da mesma pode-se usar areia de construção, desde que a mesma seja muito bem peneirada, ou ainda a areia de praia, porém essas opções tendem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

Corredor de Salto com preparação da base para piso sintético:

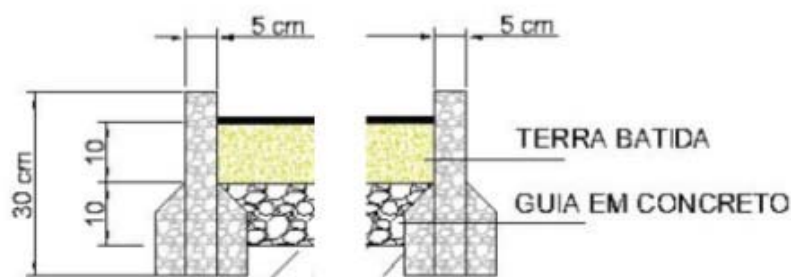
1. Escolha o local, de preferência plano.
2. Faça a limpeza do local.
 - a. Se o local escolhido for um campo, uma atenção especial quanto a retirada de todo material que possa ocasionar algum risco aos praticantes.
3. Defina o espaço a ser utilizado como corredor para o salto.
 - a. Adapte o corredor 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

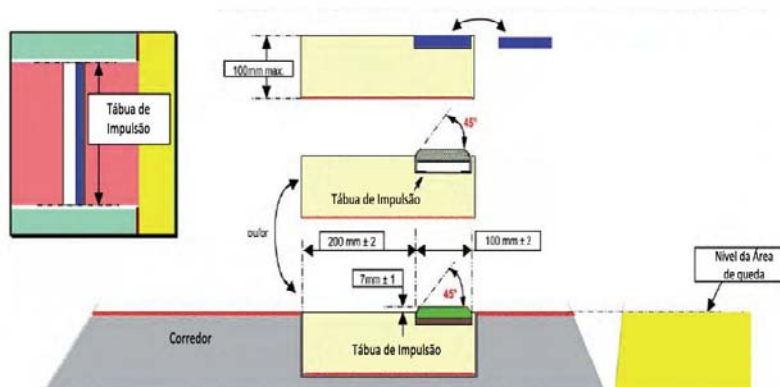


7. Faça a colocação da brita nº 1 (**figura abaixo**).
8. Faça a colocação da base de concreto (**figura abaixo**).
9. Coloque a cobertura sintética escolhida (**figura abaixo**).

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>PLAYPISO PISOS ESPORTIVOS LTDA. Representante: MONDO RUBBER 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: playpiso@playpiso.com.br Site: www.playpiso.com.br</p>
2.	<p>LINSONDA DO BRASIL ENGENHARIA E CONSTRUÇÕES LTDA. FABRICANTE 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: lisonda@lisonda.com.br Site: www.lisonda.com.br Contato: Eng. Artur Lima Santi</p>
3.	<p>RECOMA CONSTRUÇÕES, COMÉRCIO E INDÚSTRIA LTDA. Representante: REGUPOL (BSW) Rua Bento de Andrade, 412 - Jardim Paulista SÃO PAULO - SP 04503-001 Fone: (11) 3882-8111 Fax: (11) 3887-3860 E-mail: recoma@recoma.com.br Site: www.recoma.com.br Contato: Sr. Sérgio</p>
4.	<p>COXPORT ENGENHARIA E COMÉRCIO LTDA. Representante: POLYTAN Rua Cauibi, 455 - Perdizes SÃO PAULO - SP 05010-000 Fone: (11) 3864-2000 Fax: (11) 3672-3220 www.cox.com.br</p>

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