

379

**PROPOSTA METODOLÓGICA PARA VERIFICAR A INFLUÊNCIA DO CICLISMO NOS ASPECTOS CINEMÁTICOS NA CORRIDA DO TRIATHLON.** *Leonardo de Los Santos Bloedow, Carina Helena Waseem Fraga, Felipe Carpes, Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga, Marcus Peikriszwili Tartaruga, Bruno Follmer, Álvaro Reischak de Oliveira, Antonio Carlos Stringhini Guimaraes (orient.) (UFRGS).*

O *triathlon* é um esporte que se caracteriza por utilizar três modalidades sucessivas (natação-ciclismo-corrída). Sendo assim, apresenta especificidades que desencadeiam demandas fisiológicas e biomecânicas diferentes dos esportes individuais que o compõem. Destaca-se que a corrida do *triathlon* tem se tornado segmento essencial em termos de resultados finais. O objetivo deste estudo foi propor uma metodologia para avaliar a corrida de triatletas nas condições reais de competição. Essa metodologia é composta por três etapas: (1) teste para obtenção do consumo máximo de oxigênio, realizado em esteira; (2) teste que envolve a sucessão ciclismo-corrída da prova de triathlon (CT), com 40 Km de ciclismo, seguidos de 10 Km de corrida; (3) teste de corrida prolongada (CP), em que o atleta corre o tempo correspondente aos 40 Km de ciclismo somado a 10 Km de corrida. Os primeiros 10 Km da CP correspondem à corrida isolada (CI). O teste (2) consiste em uma prova do tipo contra-relógio, o que possibilita aproximar as avaliações das condições de competição. Nos testes (2) e (3) são coletados os dados cinemáticos: frequência de passada (FP) e amplitude da passada (AP), simultaneamente aos dados de consumo de oxigênio, em 3 intervalos de cada corrida de 10 Km: 1º, 5º e 9º Km. Através de um ensaio experimental, que buscou testar a metodologia proposta, foi avaliado um triatleta do sexo masculino. Foi verificado um aumento na velocidade para CT possivelmente relacionado ao aumento da AP e FR. Nesse mesmo teste, houve um aumento do consumo, possivelmente relacionado com um aumento da velocidade de teste e com um processo de fadiga ocasionado pelos 40 Km de ciclismo prévios. Portanto, foi verificado que a metodologia proposta fornece resultados satisfatórios, aproximando as condições de teste das situações de uma competição.