



REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL – Estado do Rio de Janeiro
Câmara Municipal de Quissamã
Gabinete do Vereador Ailson Belarmindo Barreto

Indicação nº /2023

O vereador que a esta subscreve nos termos elencados no Regimento Interno desta Casa Legislativa, INDICA a Excelentíssima Prefeita Municipal de Quissamã/RJ, a Sr^a Maria de Fátima Pacheco, que junto a Secretaria competente, estude a possibilidade de realizar campeonatos de Jiu Jitsu no Ginásio Poliesportivo.

JUSTIFICATIVA:

O Jiu Jitsu possibilita que praticamente todas as pessoas possam competir. O crescimento da arte marcial tanto no Brasil como no mundo afora, possibilita que hoje exista inúmeras competições para todas as idades. São categorias tanto no masculino, feminino e infantil, que ainda podem variar entre peso e faixa (graduação).

O interessante seria que o aluno seja estimulado para competir pelo menos duas vezes ao ano em eventos que estejam dentro do seu nível de habilidade que agreguem a ele um momento de desafio saudável e que engradeça seu amor pelo Jiu Jitsu. Participar antes de algum evento acompanhando uma equipe, poder ser um primeiro passo para se familiarizar com o ambiente competitivo e trazer mais segurança de participar em algum próximo evento.

A saúde do atleta que compete passa a ser o fator mais importante. O cuidado aqui passa a ser redobrado, pois em determinadas situações o competidor deve se policiar com o consumo de alimento e bebidas, que podem trazer reflexos na sua performance no tatame.

As competições exigem que o atleta esteja com sua saúde perfeita, seja no controle de peso ou cuidados com o descanso. Uma luta dentro de uma competição exige muito do corpo do atleta, é preciso uma preparação rigorosa e dedicada. O foco deve ser em aumentar sua produtividade e demonstrar um bom rendimento na hora da luta.

Um dos grandes trunfos do Jiu Jitsu é o de que a mente assim como o corpo deve estar preparada para os desafios. O autocontrole tão exigido pela arte marcial, em uma luta é posto à prova.

Quissamã, 31 de outubro de 2023.

Ailson Belarmindo Barreto
Vereador Autor