

## **Prof. Marcelo Augusto Tomazini**

NADADOR RECORDISTA PAN AMERICANO - TREINADOR DE NATAÇÃO

Deixo aqui o meu depoimento perante um trabalho que teve grande influência frente aos resultados de minha carreira: a multinatação. Foi através deste trabalho inovador que desenvolvi habilidades fundamentais. Com o tempo, fui corrigindo pontos falhos e aprimorando ações, onde, no final, sempre havia a melhora de um tempo, uma medalha ou recorde. Posso afirmar que é essencial que este trabalho faça parte de programas de alto nível.

## **Prof. Dr. Thiago César de Souza Pinto**

EX-ATLETA DE SELEÇÃO BRASILEIRA DE NATAÇÃO

CONSULTOR EM ENGENHARIA DE PROCESSOS E MEIO AMBIENTE

A experiência como atleta de rendimento e hoje engenheiro químico me dão condição de analisar a nataação de forma diferente. É comum situações difíceis na engenharia em que o problema é fundamentado em conceitos de mecânica de fluidos. Este “problema” não está longe de todos nós. Basta observar como uma moeda afunda na água. Tudo tem lógica na ciência. O conhecimento sobre a hidrodinâmica do movimento de corpos faz, inevitavelmente, com que a análise de técnicas de nado e percepção aquática seja diferente, porém sem a garantia de conseguir executá-los. Quantas vezes escutamos que temos que dobrar o cotovelo, não afundar a cabeça e coisas assim? A dificuldade é executar tais correções. Esta obra permite a qualquer pessoa desenvolver sua percepção gestual aquática de forma inteligente e abrangente. A partir do momento que gradientes como linhas de fluxos, pressão, dentre outros conceitos técnico-científicos, passam a ser relevantes, você estará preparado para entender a ciência da multinatação.

## **Prof. Alberto Bernardo Klar**

TREINADOR DE NATAÇÃO DE NÍVEL OLÍMPICO - PROFESSOR UNIVERSITÁRIO

A multinatação é um trabalho sem idades, sem limites e que todos os praticantes de qualquer idade podem ter acesso à tão engenhosa idéia. Usei e uso com minhas equipes de nataação com sucesso. Vejo a multinatação do professor mano como um mistério ainda a ser desvendado e um patamar acima do que já atingimos como profissionais. Chegou a hora de estudarmos mais a fundo esta ideia que já é uma verdade para grandes campeões de nataação e para mim, pessoalmente. Fique certo, professor mano, que em todos os lugares que tiver, defenderei a bandeira de um estudo que, mais um pouco, será a grande sensação aquática do mundo: A multinatação.

## **Prof. Alberto Pinto da Silva**

TREINADOR DE NATAÇÃO DE NÍVEL OLÍMPICO

A multinatação necessita de leveza, técnica, concentração, coordenação e sensibilidade. Quem dominar essas qualidades terá controle absoluto sobre seus movimentos. Recomendo a multinatação para todos os níveis de aprendizado na água, porém, acho fundamental sua utilização nos primeiros anos de atividade dos nadadores mais jovens.

## **Fabiana Harumi Sugimori**

NADADORA CAMPEÃ E RECORDISTA MUNDIAL PARAOLÍMPICA

Desde quando comecei a fazer multinatação, comecei a pensar mais quando vou fazer algum exercício, o porquê de fazê-lo, e também comecei a prestar mais atenção às sensações de quando estou pegando mais ou menos água. A multinatação é um método interessante, pois sempre estamos fazendo exercícios diferentes, trabalhando a coordenação motora. Estou tendo mais noção de direção na água e aprendi a explorar mais minha sensibilidade.

## **Tatiana Lemos de Lima Barbosa**

NADADORA OLÍMPICA E PROFESSORA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A multinatação completa o treinamento. Através dela é possível ganhar consciência corporal dentro d'água o que é fundamental para apurar a técnica do nado. Eu não só pratico a multinatação durante meus treinos como indico para todos os atletas.

## **Prof. William Urizzi de Lima**

TREINADOR DE NATAÇÃO DE NÍVEL OLÍMPICO - PSICÓLOGO CLÍNICO

No início dos anos 90, um professor que a princípio interessava-se mais pela natação para deficientes visuais enveredou-se pela área técnica, sendo uma das principais revelações da natação brasileira, liderando a equipe do Clube Esperia de São Paulo. Ednaldo ou Mano, como a aquática o conhece, reunindo a sensibilidade adquirida com os deficientes, a experiência como técnico e, principalmente, o seu alto grau de investigação, resolve investir nos estudos de exercícios atípicos e descobre o desenvolvimento da ampliação da sensibilidade dos nadadores em desenvolver melhores técnicas. Dentre os inúmeros nadadores participantes destes experimentos, consta Marcelo Tomazini, que melhorou muito sua técnica. Estamos falando da multinatação. Um nome idealizado pelo Mano, muito feliz por sinal. A multinatação trouxe explicações e comprovações científicas aos exercícios realizados de maneira diferente do convencional.