

RESUMO

O estudo teve como objetivo verificar a confiabilidade de adaptações do protocolo original do judô fitness test para quedas mais usuais do jiu jitsu. A amostra foi composta por 7 indivíduos do sexo masculino, sendo praticantes a mais de 1 ano e sem nenhuma patologia cardiovascular, com idade de 18 a 30 anos. A coleta de dados foi realizada em três etapas com intervalo de 48 horas entre as coletas, realizando em dias distintos o protocolo original do judô fitness test (ippon-seoinaguê), no segundo dia protocolo com adaptação 1 (de ippon-seoinaguê para baiana), e por fim no terceiro dia com a adaptação 2 (de ippon-seoinaguê para baiana de costa). A partir dos dados adquiridos observou que a adaptação 1 foi a de melhor desenvolvimento para atletas de jiu jitsu. A justificativa para tal estudo foi encontrar um melhor protocolo para coletar os resultados desejados de modo verídico para uma melhor organização da periodização para atletas da modalidade. Visando um crescimento de estudos da área no âmbito acadêmico.