



CONTRASEG

CONSULTORIA E TREINAMENTO

# Teste de Condicionamento Físico

## **Teste de Condicionamento Físico – Tribunal Regional Eleitoral - PI**

### **1. Apresentação**

A empresa CONTRESEG atua em consultoria no desenvolvimento de planos de segurança orgânica em órgãos públicos com a participação de profissionais renomados. Promove também ações de capacitação que trazem soluções efetivas na implantação e desenvolvimento profissional de equipes de segurança no serviço público.

Os instrutores CONTRESEG passam por um rigoroso processo seletivo sendo todos expoentes em suas áreas de *expertise*. Os métodos de ensino seguem padrões didático-pedagógicos de excelência.

### **2. Objetivo Geral:**

Avaliar a capacidade física dos agentes de segurança em conformidade com a Portaria TRE-PI nº 0236/2015.

### 3. Conteúdo Programático:

TESTE DE CONDICIONAMENTO FÍSICO		
Disciplina	Conteúdo	Carga Horária
<b>Testes de Condicionamento Físico</b>	1. Teste de capacidade física acompanhado por um profissional de educação física, utilizando critérios definidos na PORTARIA TRE-PI Nº 0236/2015.	04h
<b>Valor</b>	<b>R\$ 5.940,00 (Cinco Mil Novecentos e Quarenta Reais)</b>	

### 4. Participantes

06 agentes de segurança do TRE-PI, com possibilidade de extensão para até 35 (trinta e cinco) participantes.

### 5. Metodologia e Dinâmica do Curso

O Programa de Reciclagem Anual no âmbito da Justiça Eleitoral do Piauí está regulamentado pela **Portaria 0236/2015**.

Em seu Anexo I fica estabelecida a natureza dos testes, bem como os parâmetros a serem considerados: I) avaliação da capacidade aeróbica ou cardiorrespiratória II) avaliação da força/resistência muscular de membros superiores e III) avaliação da resistência muscular localizada (musculatura abdominal)

Serão aplicados, respectivamente, os testes de Cooper (12 minutos), Teste de Flexo-Extensão de Cotovelos e Teste Abdominal.

Ao final dos testes será disponibilizado ao TRE-PI um Relatório constando os resultados dos Testes e classificando os participantes como Aprovado ou Reprovado.

## 6 – Recursos Materiais

Os recursos listados abaixo serão disponibilizados pela contratada

- Desfibrilador Externo Automático (DEA) com operador habilitado no manuseio
- Colchonete
- Cronômetro
- Apito
- Fita métrica
- Balança
- Prancheta
- Caneta
- Ficha de anotação dos resultados
- Pista de Atletismo (400m) ou espaço semelhante. (mediante apoio da Contratante, sem ônus para esta)

## 7. Período de Realização

A definir.

## 8 - Informações complementares

- Proposta tem validade de 06 (seis) meses
- O pagamento deve ser efetuado em até dez dias após o atesto da nota fiscal.
- **Formas de Pagamento:** Por meio de nota de empenho em favor da CONTRESEG – Consultoria e Treinamento em Segurança, CNPJ 14455986/0001-07.
- Dados Bancários CONTRESEG:

Banco do Brasil, agência: 0826-5, conta corrente: 43767-0.

## 9. Contatos

CONTRESEG

SBS, Quadra 02, Bl. E, Sala 206, R07 – Ed. Prime – Brasília/DF - CEP 70070-120

CNPJ: 14455986000107

E-mail: [contreseg.df@gmail.com](mailto:contreseg.df@gmail.com)

Telefones: (61) 4063-9560.

(61) 9873-7826 (Luciano Lopes – Responsável técnico).

07 de outubro de 2020.