

QUESTÃO 177

Um atleta iniciou seu treinamento visando as competições de fim de ano. Seu treinamento consiste em cinco tipos diferentes de treinos: treino T_1 , treino T_2 , treino T_3 , treino T_4 e treino T_5 . A sequência dos treinamentos deve seguir esta ordem:

Dia	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º
Treino	T_1	R	R	T_2	R	R	T_3	R	T_4	R	R	T_5	R

A letra R significa repouso. Após completar a sequência de treinamentos, o atleta começa novamente a sequência a partir do treino T_1 e segue a ordem descrita. Após 24 semanas completas de treinamento, se dará o início das competições.

A sequência de treinamentos que o atleta realizará na 24ª semana de treinos é

- A T_3 R T_4 R R T_5 R.
- B R T_3 R T_4 R R T_5 .
- C R T_4 R R T_5 R T_1 .
- D R R T_5 R T_1 R R.
- E R T_5 R T_1 R R T_2 .

Assunto: Sequências

Inicialmente temos:

I. 1 semana \rightarrow 7 dias

II. 24 semanas \rightarrow 168 dias

III. O período se estabelece em 13 dias.

Pegando o número de dias e dividindo pelo ciclo periódico (13 dias), fica

$$168 \overline{) 13}$$

(12) 12 ciclos de treinos

O resto representa o último dia de treino, no caso o 12º \rightarrow treino 5 (T_5)

Vide distribuição de treinos, temos:

6º 7º 8º 9º 10º 11º 12º

R T_3 R T_4 R R T_5

Item: B