



# IRISH RUGBY INSTITUTE

FOLHETO 2024

PORTUGUÊS



IRISH RUGBY INSTITUTE



IRISH RUGBY INSTITUTE

NOSSO VÍDEO



## SOBRE NÓS

O INSTITUTO IRLANDÊS DE RUGBY (IRI) É UMA EMPRESA PROFISSIONAL DE TREINAMENTO DE RUGBY BASEADA EM DUBLIN, IRLANDA. NOSSA MISSÃO É DESENVOLVER JOVENS JOGADORES NACIONAIS E INTERNACIONAIS NO JOGO DE RUGBY.

Oferecendo uma rara combinação de experiência prática ao lado de conhecimentos teóricos, temos uma autêntica e persistente paixão pelo jogo.

No IRI, o rugby está no centro de tudo o que fazemos. Vivemos, amamos e jogamos rugby à maneira irlandesa e oferecemos uma gama de serviços todos focados em ajudar tanto os jogadores jovens e experientes a construir e realizar seus sonhos no jogo de rugby.

# PROGRAMA DE VERÃO 2024

## DATAS

Nosso Programa de Verão 2024 terá início em:

Semana 1: 01/07 - 05/07

Semana 2: 08/07 - 12/07

Semana 3: 15/07 - 19/07

Semana 4: 22/07 - 26/07

## FAMÍLIAS ANFITRIÃS

Fique com uma de nossas famílias anfitriãs irlandesas para a experiência irlandesa mais autêntica. Oferecemos uma variedade de atividades durante a semana para que todos os nossos jogadores tenham a melhor experiência possível.

## PREÇO

1 Semana: €1099.00

2 Semanas: €1,699.00

3 Semanas: €2,299.00

4 Semanas: €2,899.00

O preço inclui todas as atividades, acomodação, alimentação e transporte de e para o aeroporto.

## RUGBY

Nosso foco principal é e sempre será melhorar as habilidades de todos os jogadores que recebemos. Nossos treinadores profissionais visam melhorar as habilidades de todos para garantir que eles voltem a ser um jogador melhor do que quando chegaram.





IRISH RUGBY INSTITUTE

## NOSSO VÍDEO



## CALENDÁRIO

Para garantir uma experiência positiva e uma aprendizagem progressiva, o nosso horário muda

semanalmente. Nós oferecemos atividades noturnas e de fim de semana para nossos alunos, para mantê-los envolvidos e garantir que aproveitem a Irlanda em um ambiente seguro.

Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
08:30-09:30	Check - In	Check - In	Check - In	Check - In	Check - In	Check - In	
09:30-10:30	Strength & Conditioning	Strength & Conditioning	Skills Session	Strength & Conditioning	Team Preparation	Morning Activity (NON RUGBY RELATED)	
10:35-10:55	Rugby Session 1	Rugby Session 1		Rugby Session 1			
11:00-11:40	Rugby Session 2	Rugby Session 2		Rugby Session 2			
11:40-12:00	Break	Break		Break			
12:00-12:40	Rugby Session 3	Rugby Session 3		Team Preparation	LUNCH		
12:45-13:25	Rugby Session 4	Rugby Session 4					Free Time
13:30-14:30	LUNCH	LUNCH	Afternoon Activity	LUNCH			
14:30-15:00	Position Specific Skills	Position Specific Skills	(NON RUGBY RELATED)	Position Specific Skills	MATCHES		
15:00-15:45	Team Preparation	Team Preparation		Team Preparation			Free Time
15:50-16:30	Units Sessions	Units Sessions			POST-MATCH FOOD		
18:30	Evening Activities	Evening Activities	Evening Activities	Evening Activities	Evening Activities		

## PROGRAMA DE LONGO

NOSSO PROGRAMA DE LONGO PRAZO OFERECE AOS ALUNOS A OPORTUNIDADE DE VIVER E JOGAR RUGBY NA IRLANDA, MELHORANDO SUAS HABILIDADES COM TREINAMENTO AVANÇADO E SUA HABILIDADE NA LÍNGUA INGLESA COM IMERSÃO NA CULTURA IRLANDESA.

Com vaga escolar garantida, matrícula em um clube de rugby local e acesso a instalações de força e condicionamento de classe mundial, este programa permite que os alunos alcancem seu potencial.

Com vagas limitadas disponíveis, este programa está disponível por ordem de chegada. É necessária uma demonstração clara de rugby de elite e as inscrições não garantem uma vaga.

## DATAS

Para garantir o seu lugar no nosso tão procurado programa, inscreva-se antes de 1º de março de 2024. As chegadas à Irlanda devem ser o mais tardar em 26 de agosto de 2024.

Para mais informações, envie um e-mail para: [rossa@rugbyinstitute.com](mailto:rossa@rugbyinstitute.com)



## KIT PACKAGE

Use a insígnia IRI neste verão! Pré-encomende nosso pacote de kit da Macron ao se inscrever e retire-o no primeiro dia! Faça seu pedido com antecedência para obter nosso preço de venda reduzido!

Pacote de Kit: €120.00





IRISH RUGBY INSTITUTE

## QUEM SOMOS

**NOSSA EQUIPE DE ESPECIALISTAS SE DEDICA A TORNAR NOSSOS PROGRAMAS DE RUGBY UMA EXPERIÊNCIA EMOCIONANTE, INFORMATIVA E MEMORÁVEL PARA TODOS OS JOGADORES.**

**Ao lado da nossa equipa estão os nossos fantásticos treinadores, cada um com vasta experiência e excelente conhecimento nas diferentes áreas do rugby, força e condicionamento.**

**A cada ano, nossa equipe técnica fica ainda melhor, com visitas de ex-alunos do IRI que jogam rúgbi internacional.**



**ROSSA KEANE**  
**FUNDADOR**

Rossa fundou o Instituto Irlandês de Rugby em 1999. Tendo ido para a escola no colégio de rugby do Blackrock College, Rossa jogou seu clube de rugby para o Suttonians RFC no AIL, onde desfrutou de uma longa e bem-sucedida carreira antes de se aposentar em 2018.

Sua paixão pelo esporte se traduziu em sucesso acadêmico, obtendo um diploma em Ciências Esportivas, e posteriormente fundou a TonedFit, onde continua a ser Diretor. Rossa é proprietário de várias academias em Dublin, e continua a aprimorar diariamente suas habilidades de Treinamento Pessoal.

A vasta experiência de Rossa no rugby combinada com sua experiência em Força e Condicionamento são onipresentes em tudo o que o Instituto Irlandês de Rugby trata. Sua influência tem guiado o IRI através dos anos e ele permanece tão apaixonado por dar aos jovens jogadores as ferramentas para o sucesso como sempre.

[rossa@rugbyinstitute.com](mailto:rossa@rugbyinstitute.com)  
**+353 86 338 1367**



**PETER SYNNOTT**  
**DIRETOR DE RUGBY**

Peter é um ex-jogador profissional de rugby no Reino Unido, ganhando mais de 100 caps pelo Esher RFC tanto na Liga Nacional 1 quanto no Campeonato. Vencedor da Copa Senior com o Belvedere College em 2008, o sucesso se seguiu em sua carreira tanto no jogo quanto no treinamento.

Voltando para Dublin em 2017, Peter assumiu o cargo de treinador principal na St Fintan's High School, continuando o trabalho duro para manter o rugby como um esporte estabelecido na escola, e orientando-os para apenas sua segunda participação na Copa Sênior no shistory da escola. Assumiu como treinador principal do Suttonians RFC e supervisionou a promoção dos clubes para a Leinster League 1A em apenas sua segunda temporada.

O diploma de Peter em Força e Ciência do Condicionamento, a habilidade de jogar em várias posições e o amor pelo jogo lhe dá uma habilidade única para se envolver com os jogadores, treinar todas as faces do jogo e obter sucesso na raça.

[peter@rugbyinstitute.com](mailto:peter@rugbyinstitute.com)  
**+353 83 049 3000**



**OSCAR REILLY**  
**GERENTE**

Oscar, o membro mais jovem de nossa equipe, nasceu na Inglaterra e teve uma carreira de sucesso como menor de idade; começando cada jogo por um St George's College 1 XV invicto e ganhando uma convocação para o time de turismo Ireland Exiles U18, onde foi Vice-Capitão.

Tendo se formado em Jornalismo, Comunicação e Política pela Universidade de Cardiff, Oscar voltou para Dublin para fazer um mestrado em Marketing na UCD Smurfit School of Business, onde se autoproclamou "nause" do rugby, Oscar tem um conhecimento enciclopédico de fatos e números arbitrários sobre o rugby; combinando isto com sua experiência em marketing é outro exemplo da centralidade que o amor pelo rugby tem no Instituto Irlandês de Rugby.

Oscar continua envolvido no rugby, atualmente jogando pelo Suttonians 1st XV e como técnico da equipe sênior da Copa St Fintans.

[oscar@rugbyinstitute.com](mailto:oscar@rugbyinstitute.com)  
**+353 87 494 4899**