

Preparação prática antes, durante e depois da rodada.

Antes de sair

- Documento/ID FIDE quando necessário
- Canetas extras
- Relógio aprovado se solicitado
- Água e lanche leve
- Sono e alimentação planejados

Preparação enxadrística

- Repertório principal revisado
- Armadilhas conhecidas do adversário
- Finais críticos revisados
- Plano para ritmo da rodada
- Evitar estudo pesado na última hora

Durante a partida

- Anotar lances com clareza
- Conferir relógio após cada lance
- Respirar antes de decisões críticas
- Verificar xeques, capturas e ameaças
- Chamar árbitro em dúvidas formais

Depois da rodada

- Registrar PGN/FEN
- Anotar momento crítico
- Salvar partida no Xadrez Guru
- Revisar sem motor primeiro
- Definir uma lição prática