

## KICKBOXING

### GINÁSIO GASPROCAR: MAIS SEIS TÍTULOS NACIONAIS



Sábado, 29, na 2ª parte dos Campeonatos Nacionais de Kickboxing, no Pavilhão do Vitória de Guimarães, o Ginásio Gasprocar não só registou cinco vitórias individuais como renovou o título nacional de clubes - Full Contact.

Termina assim a época com um total de oito títulos de Campeão de Portugal, considerando os dois conquistados na semana anterior em Alenquer.

São Campeões Nacionais de FullContact, em diferentes pesos: Miguel Ângelo e Tiago Miguel Mendes (Seniores); Brian Cruz Cantante, Osvaldo Alexandre Abreu e Micael Fontes Lóio (Juniões).

Nesta jornada dos Campeonatos, estiveram presentes 300 atletas de 60 clubes, e a equipa do Ginásio Gasprocar, treinada por Manuel Teixeira e Joaquim Lourenço, obteve ainda um 2º lugar em Seniores, através de Alexei Kazartsev.



**Miguel Campos**



**Tiago Mendes**

## REMO

### INTERNACIONAL LITOCAR NO PRÓXIMO FIM DE SEMANA



Mais de 300 remadores portugueses e espanhóis, representando 16 clubes, vão animar no próximo fim de semana o Centro Náutico da Fontela, onde se realiza a 5ª edição da Regata Internacional Litocar.

Depois de 4 edições (2004 a 2007) no Outono, com percursos de fundo, o evento regressa agora com novo formato, inspirado no modelo dos Abertos Internacionais realizados em Espanha.

As provas, na distância de 500 metros, têm início às 17 horas de sábado, dia 5, e às 9 horas de domingo, 6.

## GINÁSIO LITOCAR: SETE NAS SELECÇÕES

Para o estágio que se realizou no chamado Centro Nacional de Remo do Pocinho, de 27 a 30 de Maio, foram convocados 11 remadores, com vista à preparação da selecção nacional de Juniores A: Ginásio Litocar com quatro (Patrícia Batista, Ricardo Carraco, João Gabriel e Pedro Moreira), Fluvial, Académica e Sport com dois cada, Caminhense com um.

Também a equipa nacional de Juniores B vai iniciar a preparação para a Taça da Juventude, estando já seleccionados três remadores do Ginásio Litocar - Adriana Rebelo, Francisco Mesquita e Joel Silva, que entrarão em estágio de 25 de Junho a 2 de Agosto.

## BASQUETEBOL

### ASSOCIAÇÃO FELICITA SUB-18 DO GINÁSIO



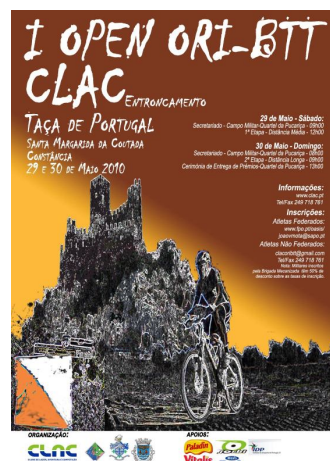
A Direcção da Associação de Basquetebol de Coimbra congratulou-se com o “magnífico comportamento” da equipa de sub-18 do Ginásio, na zona norte da Taça Nacional da categoria.

Em ofício dirigido ao Clube, aquela Associação informa que “devido a esta magnifica prestação a A. B. Coimbra reconquistou 2 lugares no Campeonato Nacional de sub-18, na próxima época”.

## RESULTADOS

- 30 de Maio – T. Inter-Associações Sub-16 – 2ª Fase – Illiabum, 66 / Ginásio, 57

## ORIENTAÇÃO BTT FAMÍLIA NUNES EM EVIDÊNCIA



Luís Nunes (Veteranos) e Ricardo Nunes (Formação), pai e filho, foram os brilhantes vencedores dos seus escalões no Open BTT do CLAC, realizado sábado e domingo em Sta. Margarida da Coutada (Constância), a contar para a Taça de Portugal.

Nesta prova, organizada pelo Clube de Lazer, Aventura e Competição do Entroncamento (CLAC), participaram mais quatro representantes do Ginásio – Pedro Rodrigo, Arnaldo Mendes (Elite), Carla Amorim e Rita Loureiro (D21A), tendo esta atleta subido ao pódio na 3ª posição.

## KENPO

### GINÁSIO COM DOIS TÍTULOS NACIONAIS DA FPKK



Em Alhandra, a Federação de Kosho Ryu Kenpo organizou no dia 22 os Campeonatos Nacionais para atletas entre os 4 e os 16 anos.

O Ginásio conquistou dois títulos, através da equipa constituída por Ricardo Rodrigues, Ana Sofia Graça, Mariana Ribeiro e Mariana Abreu (Kata, 10-12 anos) e de José Almeida (Kumite, 10-11 anos, 30 a 36 Kg).

Dirigiram estes atletas o treinador Miguel Abreu e o monitor Augusto Amaral.

## CONSELHO GERAL RECOMENDOU CONTENÇÃO DE DESPESAS

Reuniu na quinta-feira, 28, com a presença da maioria dos seus membros, o Conselho Geral do Ginásio, órgão Consultivo da Direcção.

O Presidente da Direcção, Eng. José Tomé, prestou detalhadas informações sobre o processo de construção da nova piscina, cuja Comissão Instaladora, por sugestão do Conselho, passa a incluir o Dr. André Rocha.

Seguiu-se um debate sobre a estratégia desportiva do clube face às medidas de contenção de despesas que se torna indispensável adoptar por força da crise económica que atingiu o país.

O Conselho entendeu que essa contenção deve ser transversal a todas as actividades do clube, tendo em conta as especificidades de cada Secção.

Finalmente, o Major Vítor Rodrigues foi indicado para coordenar a necessária reflexão com vista à elaboração de um Plano Estratégico (2011 – 2015) destinado a substituir e dar sequência ao que está ainda em vigor (2000 – 2010).

## A TERTÚLIA NA BATALHA



Com programação e organização do Dr. Pedro Biscaia, a Tertúlia Bento Pessoa voltou no sábado à região de Leiria, para visitar o Mosteiro da Batalha e o centro de Interpretação Histórica de Aljubarrota, em S. Jorge.

Guiados por aquele Tertuliano e beneficiando da qualidade e rigor histórico dos seus comentários, os 24 visitantes passaram um dia (e bem) preenchido, incluindo um agradável convívio durante o almoço num restaurante tradicional.



## NATAÇÃO

### MÁRIO E TATIANA EM FINAIS A DO MEETING INTERNACIONAL DE COIMBRA



A participação do Ginásio no III Meeting Internacional de Coimbra (29 e 30 de Maio) decorreu dentro das expectativas, com os nadadores Mário Alexandre Pereira e Tatiana Filipa Santos a atingirem Finais A do Torneio.

Mário foi 8º nos 50 metros livres (6º nacional), igualmente 8º nos 100 livres (5º nacional, 1º entre os nascidos em 92) e 10º nos 200 livres.

Tatiana classificou-se em 6ª nos 200 costas (5ª nacional e 1ª entre as nascidas em 95) e 10ª nos 100 costas (7ª nacional e também 1ª da sua idade).

## MARIANA SEBASTIÃO E NUNO TINOCO NO PÓDIO DOS NACIONAIS ESCOLARES



Representando a Escola Secundária de Cristina Torres, cuja equipa de natação é treinada pelo Prof. Paulo Martins, os nadadores do Ginásio, Mariana Sebastião e Nuno Tinoco, classificaram-se em 3º lugar, nas provas de 50 metros costas e 200 estilos, respectivamente, dos Campeonatos Nacionais Escolares (Mealhada, 21 a 23 de Maio).

Na foto vemos aqueles nadadores com Ana Sofia Oliveira e Inês Eulálio, alunas da mesma Escola que, não sendo atletas federadas, competiram nos referidos Campeonatos.

## CALENDÁRIO

### BASQUETEBOL

- 03 de Junho – T. Inter-Associações – 2ª Fase – P. G. Marques – 15h00 – Ginásio / E.B. Porto
- 05 de Junho – XIV Taça Nacional Sub-18 – Fase Final – Lousã – 17h30 – Terceira Basket / Ginásio
- 06 de Junho - XIV Taça Nacional Sub-18 – Fase Final – Lousã – 10h00 – Vencido 1º jogo / Vencido 2º jogo
- 06 de Junho - XIV Taça Nacional Sub-18 – Fase Final – Lousã – 12h00 – Vencedor 1º jogo / Vencedor 2º jogo
- 10 de Junho - T. Inter-Associações Sub-16 – 2ª Fase – P. G. Marques – 15h00 – Ginásio / Illiabum
- 13 de Junho - T. Inter-Associações Sub-16 – 2ª Fase – Porto – 15h00 – E.B. Porto / Ginásio

## **NATAÇÃO**

- 19 de Junho – Lousã – V Torneio de Natação da Lousã - Cadetes

## **ORIENTAÇÃO**

- 06 de Junho – Arcos de Valdevez – Camp. Nac. Estafetas + Camp. Nac. Distância Longa / 4 Dias Minho
- 12 e 13 de Junho – Badajoz (Espanha) – VI Camp. Ibérico Ori-BTT 2010
- 26 de Junho – Pataias (Marinha Grande) – XII Grande Prémio RA4

## **REMO**

- 05 e 06 de Junho – Fontela – Vila Verde – 5ª Regata Internacional Litocar
- 10 de Junho – Cacia – Taça Vila Cacia
- 19 e 20 de Junho – Melres – Camp. Nac. de Verão – Juniores, P. Ligeiros e Seniores
- 26 e 27 de Junho – Aviz – Barragem do Maranhão – Torneio Mestre de Aviz