

Atletismo Magazine

Modalidades Amadoras

Ano 2 :: 10111 :: Agosto/Setembro 2006 :: Mensal :: Preço 2 Euros (IVA incluído)



ENTREVISTA
**PEDRO
BEJOCO**
Evolução
no
bodyboard



DESPORTO ESCOLAR
PORTUGAL BRILHOU
NOS 58.ª JOGOS FISEC



RUGBY
SEL. NAC. DE SEVENS
PENTACAMPEÕES
EUROPEUS



PROVAS DURAS ESFORÇO REDOBRAÇO

Raid Melides-Tróia
Super Trail Memorial
Sálvio Nora
Transtrela



O Mundo da Corrida
Eduardo Santos

www.omundodacorrida.com

www.omundodacorrida.com

www.omundodacorrida.com

www.omundodacorrida.com



VISITE O NOSSO SITE
E PARTICIPE NO FÓRUM

www.omundodacorrida.com/phpBB2

O Mundo da Corrida runporto.com

SEJA NOSSO ASSINANTE

AJUDE A DESENVOLVER UM PROJECTO ÚNICO EM PORTUGAL!



Assinaturas

06 NÚMEROS 12 EUROS

12 NÚMEROS 24 EUROS

Envie cheque ou vale de correio para:

ATLETISMO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS
ESTRADA SERRA DA MIRA, 57 - 7º B
2700-778 AMADORA

(com indicação de nome e morada para envio)

Ou faça transferência bancária para o n.º:
003300004526786542605 (banco Millennium)
e envie os dados (indicação de nome e morada para envio) para o mail:
assinaturas@ammamagazine.com

FICHA TÉCNICA

Director

Carlos Viana Rodrigues
director@ammamagazine.com

Coordenador

José Duarte
coordenador@ammamagazine.com

Proprietário e Editor

Carlos Sequeira Viana Rodrigues

Administração e Redacção

Estrada Serra da Meia, 57 - 7.º B
2700-778 AMADORA

Telef./Fax

214 937 862

Site

www.ammamagazine.com

E-mail's

atletismomodaldadesemadoras@gmail.com
assinaturas@ammamagazine.com
publicidade@ammamagazine.com
loja@ammamagazine.com

Registo

ICS 124739

Depósito Legal

231054/05

Colaboradores neste número

Marta Lanita e Marta Restolho (desporto para deficientes); Rita Taborita (natação); Augusto Almeida, Fernando Costa, Tiago Lopes e Luís Santos (orientação); João Nolas Lento (golfe); David Vaz e Bruno Rascão (triatlo); J. Loureiro de Sousa (aeromodélismo); José Boleiro (aeronaútica); Manuel Branco (pentatlo moderno); Mário Joaquim (tiro com arco); Marta Gilre (entrevista); Ana Reis Tomaz (hipismo); Dulce Pereira (desportos radicais); Luís Batista (corfeio); João Gomes e José Santos (esgrima); Manuel Novo (pangraton agon); Miguel Vetezano (diversos); Andreia Martins e Promotora Lene (jet ski); Rui Calado (águas bravas); Filipa Ferreira (hoquei); Duarte Vieira (dança desportiva); Nuno Farinha (ignitica); Vitor Casqueiro (taiquan); Edgar Baneira, Ana Pereira, José Pinto, Sara Silva, Amílcar Pereira, António Graça, Carlos Carmo, Eduardo Santos, João Carlos Correia, José Gaspar, Fernando Andrade, José Mourinho, Graça Campatano, Joaquim Magalhães, Rodolfo Lucena e Eleonora de Lucena (atletismo); Associações Distritais de Atletismo e Federações Desportivas.

Colaborações especiais

Terras de Aventura; Condiária Trasmonte; FPDD.

Consultor Técnico

André Cachago

Design Gráfico / Paginação

Vasco Lopes
malperfecciona@gmail.com

Webmaster

José Gaspar
webmaster@ammamagazine.com

Impressão e Acabamento

RBM - Artes Gráficas, Lda
Alto da Bela Vista, 68 - Pav. B - stc
2735 CACÉM
Telf: 214 264 611

AS OPINIÕES EXPRESSAS EM TEXTOS ASSINADOS
PELOS COLABORADORES PODER NÃO REFLETIR
A POSIÇÃO EDITORIAL DESTA REVISTA, SENDO
APENAS DA RESPONSABILIDADE DE QUEM OS ASSINA.

EDITORIAL

Estimado Leitor

Após uma pausa para férias, cá estamos de novo em contacto com os nossos leitores.

Coincidente com a saída desta edição foi criado o Site Oficial da AMMA, que já pode ser visitado em www.ammamagazine.com. Entretanto, o Governo fez aprovar a Lei 46/2006 que proíbe e pune a discriminação em razão da deficiência.

Será que finalmente vamos ver os atletas deficientes receberem as mesmas bolsas e prémios que os atletas ditos normais? Bruno Valentim, Campeão do Mundo e da Europa de Boccia, já apresentou um requerimento para a reavaliação do seu caso.

Aguardamos ansiosamente a resposta oficial.

Será que é desta, ou o Governo vai dar mais um "tiro no pé"?

Cá estamos para contar....



NOTA: A nossa revista cumpriu o seu 1.º aniversário. Um obrigado a todos que ao longo de um ano nos leram, colaboraram e divulgaram.

Até breve.

O Director

director@ammamagazine.com

SUMÁRIO

opinião	04 // 09
atletismo	10 // 31
orientação	32 // 34
pentatlo moderno	35
triatlo	36 // 37
desportos radicais	37
entrevista	38 // 39
surf	40
veia	41
natação	42 // 43
canoagem	44
águas bravas	44
remo	45
ski náutico	46 // 48
jetski	49
aeromodélismo	50
golfe	51
voleibol	51
basebol	52 // 53
ciclismo	53
hipismo	54
rugby	55
kanaté	55
pangraton agon	56
esgrima	56
taiquan	57
ginástica	58
dança desportiva	58
tiro com arco	59
todo-o-terreno turístico	60
desporto para deficientes	61
vamos conhecer	62 // 63
desporto escolar	64 // 65
pedestrianismo	66



EDGAR BARREIRA
edgarbarreira@gmail.com

O ano da Associação de Atletismo de Lisboa

Escrevo este artigo com o intuito de dar o meu ponto de vista sobre o ano da AA Lisboa. Já que não pude estar presente na reunião promovida pela AA Lisboa para discutir o ano da AA Lisboa, aqui me expressarei sobre o assunto.

A ELEIÇÃO

Faz um ano que houve eleições na Associação de Atletismo de Lisboa para os cargos directivos. A longa missão de José Abreu (antigo atleta) à frente dos destinos da maior da associação de atletismo do país (pelo menos em número de atletas e clubes) ficou terminada, embora José Abreu pertencesse a uma das listas (liderada por Marcel de Almeida) e que acabou por vencer por um voto de diferença. Uma eleição envolta em muita polémica como já tinha sucedido meses antes para a eleição dos corpos directivos da Associação de Atletismo do Algarve. Os números da eleição caíram no esquecimento, mas as listas tinham ideais um pouco opostos. Na lista A, a prevalência era para o desenvolvimento do atletismo jovem

Do ponto de vista geral a AA Lisboa não é a dita "melhor associação do país".

É a maior a nível de números, mas muito abaixo na qualidade que devia ter. Que se olhem os casos das Associações de Leiria, Aveiro, Portalegre, Algarve que têm uma gestão muito mais sustentada e que aproveita (no geral) os recursos que têm, apoiando os atletas, dirigentes e treinadores mais de perto (...)

(ou pelo menos com esse incentivo), na lista B era mais no plano tecnológico e no sentido da modernização da Associação de Atletismo de Lisboa. Nunca se saberá se ali ocorreu um acto democrático, contudo a lista A venceu e conduziu os destinos da Associação ao longo de toda esta época.

DIRECÇÃO TÉCNICA REGIONAL

Nas épocas anteriores à eleição do ano passado os destinos da Direcção Técnica Regional foram

da responsabilidade do Prof. João Abrantes que veio da Federação Portuguesa de Atletismo e que desenvolveu um trabalho muito útil a uma primeira renovação da modalidade em Lisboa. Um técnico apostado em divulgar a modalidade e a mostrar aos treinadores portugueses toda a sua sabedoria e experiência com diversos artigos técnicos muito interessantes. Relembro que o Prof. João Abrantes faz parte do corpo técnico de um dos clubes que mais aposta na formação em Portugal (JOMA - Juventude Operária Monte Abrão). No final demonstrou algum cansaço pelo cargo que tinha e logo após as eleições pôs o lugar à disposição. Para o seu lugar veio o Prof. José Carvalho, que fora atleta olímpico, e um dos grandes técnicos portugueses nas Barreiras. Já tinha sido técnico do SL Benfica no passado e chegou mesmo a ser colega do Prof. João Abrantes. José Carvalho trouxe muitas e novas ideias para a Associação de Atletismo de Lisboa sendo a pessoa da confiança de Marcel de Almeida. Trouxe boas novidades e outras que nem por isso resultaram. Trouxe uma boa dinâmica nos torneios de benjamins, embora com algumas ideias que se mostraram ineficazes. Má ideia foi a da realização de demasiadas provas na pista nº2 do Estádio Nacional. Isto porque o recinto tem poucas condições para receber alguns tipos de provas. Considero boas as ideias de realizar provas de apuramento no caso do Olímpico Jovem e Atleta Completo, a programação para toda a época das provas a realizar e as suas datas, a criação dos Campeonatos Regionais de Saltos, Lançamentos, Velocidade, Meio-Fundo / Fundo, a criação do Campeonato Regional de Clubes, a melhor utilização do site oficial da AAL (embora continue mal gerido). Este ano muitos resultados (principalmente em provas de Velocidade e Barreiras) foram duvidosos e tal não motivou em nada o atletismo regional. Isto porque em muitas provas foram utilizados tempos manuais. Tal como essa situação também algumas situações pontuais na realização de concursos como o Triplo Salto e Salto em Altura foram prejudiciais a alguns atletas dado que no caso do Triplo as tábuas chegaram a ser desproporcionais à qualidade existente no meio, e no caso da Altura a progressão das faixas chegou a ser de 10 cm (!) entre cada salto. A decisão de em determinadas provas (de Juvenis a Seniores) haver marcas mínimas (nos concursos) para que os juizes contabilizassem a marca foi polémica e criou alguma confusão até nos próprios juizes. Outras situações há em que o Prof. José Carvalho não esteve bem. Por fim acabou por colocar o cargo à disposição antes do final da época por divergências com a Direcção (pressionada pelos clubes



RODOLFO LUCENA
lucena@falanga.com.br

Maratonando

CORRIDA DA MEMÓRIA

O pau-de-arara é um instrumento de tortura que foi muito utilizado durante anos na ditadura militar no Brasil e ainda hoje é empregado em delegacias e quartéis pelo país e pelo mundo afora. Consiste numa barra de ferro colocada entre os punhos amarrados e a dobra dos joelhos da vítima. O conjunto é apoiado em duas mesas, e o corpo nu do torturado fica suspenso, à disposição de outros maus-tratos, como choques elétricos, espancamentos e afogamentos.

A figura estilizada de um torturado pendurado no pau-de-arara domina a praça padre Antônio Henrique Pereira, em Recife, por onde um pequeno grupo de corredores passa numa manhã húmida, abafada e de sol forte, que queima os costados e abala o ânimo dos atletas que enfrentam a única maratona realizada no nordeste do país.

O percurso visita prédios e monumentos que, a exemplo do monumento Tietura Nuncio Mals, onde há homenagens a brasileiros ilustres como o mártir comunista Gregório Bezerra e o líder religioso e democrata Hélder Câmara, relembram tempos de luta e resistência dos pernambucanos, hoje e há vários séculos.

A figura estilizada de um torturado pendurado no pau-de-arara domina a praça padre Antônio Henrique Pereira, em Recife, por onde um pequeno grupo de corredores passa numa manhã húmida, abafada e de sol forte, que queima os costados e abala o ânimo dos atletas que enfrentam a única maratona realizada no nordeste do país.

É talvez um pouco desse espírito forte que faz com que, ano após ano, a turma do clube Corredores do Recife organize essa mitigaçada e pobre maratona nordestina, meio bagunçada, mas com muito calor humano. Neste ano, a prova, que está na sua 16.^a edição, abrigou também a primeira meia maratona do Recife, além de uma corrida de revezamento já tradicional. Mesmo assim, não chegaram a 300 os corredores que buscam a sombra no parque da Jaqueta na manhã do dia 16 de julho, esperando a hora da largada, que sabe-se lá quando vai ser, pois o horário marcado - 6h de uma manhã húmida, abafada, caloranta - já se foi há tempos.

Lá pelas tantas, o líder do clube de corridas se aproxima do local de largada, o grupo se concentra, e a prova começa. Saio para a meia maratona cheio de dúvidas: Será que vou agüentar o calor? Será que a prova está marcada correctamente? E, principalmente, será que vai ter água?

Logo a pergunta mais importante é respondida: aos três quilómetros, alguns recrutas do Exército olherem copinhos gelados, muito bem-vindos. Já dá para respi-

rar e sentar notar o entomo, pois tudo no Recife fala da história pátria.

Na avenida cinzenta e feia, um prédio se destaca, ornado de azulejos portugueses. Não dou muita bola, mas mais tarde fico sabendo que se trata de uma construção do século XIX, conhecida como Sobrado da Madalena. Lá morou o terceiro baiano de Goiana, João Alfredo Corrêa de Oliveira, que, ao lado da princesa Isabel, assinou a abolição da escravatura no Brasil.

É melhor cuidar de correr, tentar manter o ritmo e acompanhar as conversas dos vizinhos. Passo por uma jovem que se estreia na meia maratona e é acompanhada de perto pelo namorado, ciclista e fotógrafo de sua bela. Ele avisa que vai esperá-la para fazer fotos em um ponto mais à frente, e ela reclama: "Não fica lá, não: vão-te roubar a máquina". Lá, como em outros recantos do Brasil, o avanço das drogas e a dureza da vida fazem aumentar o número de roubos de forma impressionante e, a julgar pelos diálogos ouvidos de revesgado, atletas já tiveram seus tênis e relógios levados mesmo durante alguma corrida. Penso na Eleonora rodando sozinha de carro para acompanhar a prova e fico com um certo medo. Mas não adianta temer, é preciso seguir. Já estamos na região portuária, com solidão de prédios vazios em dia de folga. E quando, depois de uma hora de corrida molhada e húmida, o sol rompe as nuvens e nos atinge cheio de brilho e poder.

Bate de frente, e eu quase desisto na hora, sabendo que, a partir dali, o sofrimento só vai fazer crescer, e qualquer tentativa de manter algum ritmo não renderá frutos. A boa notícia é que, como estou fazendo a meia maratona, vou dar só uma volta no circuito, e metade dela já se foi. Imagino o choque no ânimo dos maratonistas e me abalo mais um pouco, mas preciso dar um jeito de fingir que corro.

Mai me dou conta e passo por um forte, o primeiro do percurso. A curiosidade faz com que eu esqueça um pouco as atribuições de corredor. Não há placas com informações à vista, mas aproveito um cruzamento e aprendo com um guarda de trânsito: é o forte das Cinco Pontas (que hoje são quatro), construído em 1630 pelos holandeses que então ocupavam Recife. Mais tarde reforçado pelo príncipe batavo Maurício de Nassau, foi a última guarnição a ser tomada pelas forças luso-brasileiras e palco da assinatura dos termos de rendição dos invasores. Hoje abriga o Museu da Cidade de Recife. Na seqüência, cruzamos pela imponente torre Malakoff, que foi construída em meados do século XIX e cujo nome lembra uma batalha da guerra na Crimeia, então acompanhada com muito interesse pelos pernambucanos, que chegaram a nomear engenhos de açúcar, bolachas e até marchinhas de Carnaval com palavras vindas daquele confronto entre russos e forças escarpadas aliadas. Mais antigo é o forte do Brum, também palco das



MONUMENTO TORRE DA BRANCA MARU



batalhas em que brasileiros e portugueses tratavam de retomar os territórios tomados pelos holandeses. No meio de tanta luta, eu é que vou definindo no calor. O que salva é que, depois de uma ponte também histórica, chegamos a uma área mais sombreada e cheia de prédios bem bacanos, como o do Fórum, o da Prefeitura de Recife e o do teatro Santa Isabel. Bisco só relaxar ao cruzar pelo palácio das Princesas, sede do governo pernambucano, pois vem aí mais uma ponte e, do outro lado, corrida a céu aberto. Na ponte enfim encontro a Eleonora, que não sofreu nenhum assalto, está linda com sua câmara fotográfica a postos e ainda me dá um beijo quando passo avermelhado e esbafoado. Sigo por uma avenida totalmente exposta ao sol, parece que sobe fumaça do asfalto e não são nem 8h30 ainda!

A Eleonora acompanha de perto esse trecho, o que me entusiasma um pouco mais. É só no retorno que noto, afinal, a tal praça que homenageia os heróis que lutaram contra a ditadura militar brasileira. Deu tempo para pensar da Recife vermelha, palco de tantas lutas e ainda hoje abrigando algum movimento de esquerda, a julgar por pichações recentes assinadas pelo MR-8 e pelo PCR, grupos que já lutaram na clandestinidade, pegaram em armas e hoje defendem caminhos diferentes para o Brasil.

Mais que uma corrida, a prova no Recife é um percurso na memória. O final se aproxima: passo agora pelo estádio do Náutico, derrotado ali mesmo pelo

meu querido Grêmio em uma batalha épica pela volta à primeira divisão do futebol brasileiro.

Estou no último quilômetro, amassando o esqueleto, quando um sujeito passa a me incentivar, passar conversa. É Leonel - "que não é o Brizola", faz questão de dizer para se diferenciar do líder nacionalista que governou o Rio Grande do Sul nos anos 60, um setentão veterano de mais de 30 maratonas, cinco delas na minha Porto Alegre.

Não tem jeito: esgaceço o sol e o calor e aranco como se estivesse dando um tiro de mil. É o exigido para conseguir acompanhar o ritmo do corredor das antigas, que vai fazer a maratona (terminará a duríssima e calorosa prova com pouco mais de quatro horas e meia). Seguimos juntos, passo a passo, é já avistamos o parque da Jaqueira. Só dá tempo para dizer "boa sorte": ele segue, eu entro à esquerda e como até a medalha e o beijo da Eleonora.

Cansa, mas é bom! ♦

FOTOS: ELEONORA DE LUCENA

Rodolfo Lucena, 49 anos, é jornalista brasileiro, autor de "MARATONANDO - Desafios e Descobertas nos Cinco Continentes". Leia outros dos seus textos em: www.geocities.com/rodolfoLucena



JOAQUIM MARGARIDO
quimcolle@comunicacao.com

A minha rua

A minha rua é estreita e fria. Na verdade, nem se trata bem chama rua. É mais uma viela com nome de rua. Ou de travessa: Travessa Major Passos. A minha mãe diz que o Major Passos era um homem muito mau, que esteve na guerra em França, pertencia à Maçonaria ou coisa assim, odiava crianças e que, quando morres, quis que lhe cortassem as veias do pescoço.

Não tem mais de cem metros, a minha rua. De um lado e do outro os muros são altos, escuros, com as pedras a ver-se, sem cor, quase sem vida, e não ser um ou outro feto mirrado que cresce entre duas saliências mais fundas. Na minha rua não passam carros e só tem a minha casa. A minha casa e duas garagens. Uma das garagens é da minha casa, tem um portão em chapa verde-escuro, com a tinta a estalar e a minha mãe está sempre a ralhar comigo porque eu gosto de jogar à bola contra o portão da minha garagem. A outra garagem é do meu amigo, o Alberto Tavares.

Mas às vezes o Tavares fala-me do Carlos Lopes e do Fernando Mamede e dum amigo que é o José Regalo e que andaram na tropa e fizeram uma corrida juntos em Viseu. E também fala na Manuela Machado e na Rosa Mota e diz que elas eram muito magrinhas e eram umas lutadoras e ganharam corridas muito importantes. E também dum soldado que foi a correr muito tempo numa cidade até à outra, na Grécia, e que morreu depois de falar com o Rei.

Eu gosto muito do Tavares. Ele é corredor e tem muitos amigos que também são corredores. Ele não é muito velho mas tem uma barba muito branca que o faz parecer velho. Trabalha na fábrica do senhor Ramiro e mora perto da Estação, mas quando sai do trabalho vem sempre para a garagem. As seis e dez em ponto chega à esquina da minha rua e eu já estou à espera dele. Fazemos um jogo de baliza-a-baliza – só cinco minutos, Quinzinho! – e depois entra na garagem. Ele primeiro e depois eu...

É mágica a garagem do Tavares. Logo é entrada tem um armário que está cheio de sapatilhas de todas as cores. São para aí trinta e algumas já estão velhas e gastas e sujas. Há umas cor-de-laranja que têm desenhado um galo mas as que eu mais gosto são umas azuis e amarelas que têm desenhado um tigre a atirar-se. O meu amigo Tavares deixa-me mexer nelas e as do tigre têm uns picos por baixo. Ele diz que são para correr na lama e não escorregar.

Depois tem um quadro na parede que está sempre cheio de papéis de todas as cores com letras grandes e dese-nhos muito bonitos.

O Tavares diz que são os cartazes das corridas e também que há uma muito importante em Ovar e outra em Lisboa, e uma muito bonita em Peniche ou coisa assim, e outra com muita gente no Porto, mas não gosta dessa porque é só para as mulheres!

Mas do que eu mais gosto na garagem do Tavares são as taças que estão sobre a banca. Fico a olhar para elas, a ver-me nelas ao espelho com a cara ora muito afiada ora muito gorda. Há uma que é quase do meu tamanho e está no canto. O Tavares diz que foi há muito tempo que a ganhou e que hoje já não há taças assim. E até há uma que tem um homem nu a correr. Ao lado das taças o Tavares tem muitas medalhas e livros e uma caixa com fotografias. Ele está sempre bem disposto e deixa-me pôr as medalhas ao pescoço bem quase nunca tem tempo para me mostrar as fotografias, porque às seis e meia chegam os outros corredores e lá vão todos.

Mas às vezes o Tavares fala-me do Carlos Lopes e do Fernando Mamede e dum amigo que é o José Regalo e que andaram na tropa e fizeram uma corrida juntos em Viseu. E também fala na Manuela Machado e na Rosa Mota e diz que elas eram muito magrinhas e eram umas lutadoras e ganharam corridas muito importantes. E também dum soldado que foi a correr muito tempo numa cidade até à outra, na Grécia, e que morreu depois de falar com o Rei. E também doutro que se chamava Francisco Lázaro e que também morreu numa corrida para aí há cem anos porque estava muito calor e correu sem chapéu.

Agora começam a chegar os corredores amigos do Tavares. Tem um que já é velho e baixinho e gordo e que está sempre a falar em séries de oitocentos metros. E também tem uma rapariga que ainda é nova mas eu não gosto dela porque ela tem os dentes tortos. E tem ainda um que é comunista ou coisa assim, e traz uma espécie de meia no joelho e está sempre a dizer que os corredores todos deviam ter uma casa só para eles e que deviam ter também uma pista, e os outros dizem-lhe que sim e chamam-lhe candidato. Às vezes aparece a mulher do Tavares, que tem a cara muito vermelha e uns óculos grossos e esquisitos e ele fica muito atrapalhado porque ela está sempre zangada e a dizer que está tudo desarrumado. E nós ficamos muito calados e ela começa a varrer e temos que sair por causa do pó.

Já se vão embora. Fico a vê-los desaparecer na curva da rua, ou viela, ou travessa. Mas sei que amanhã, às seis e dez em ponto, chega outra vez o meu amigo Tavares e lá vamos jogar mais um baliza-a-baliza e depois, na garagem dele, talvez me conte mais uma história desses de corredores que ganham... e sofrem... e lutam... e morrem! ♦

A Minha Subida a Veleta

AUTOR : António Neves

Na véspera de partir para Granada recebi a visita inesperada de familiares que já não via há algum tempo. Conversa em dia, momentos que estava de partida para uma dias no sul de Espanha. "Sempre dá para descansar", retorquiu em aprovação uma prima. Respondi-lhe que, ao contrário, ia para me cansar. Captei o sinal de estupefação e lá escolhi que o propósito principal da viagem seria correr 50 kms, sempre a subir, desde Granada até ao Pico Veleta, situado a 3390 metros de altitude.

Certo não houve mais comentários, não imagino a representação que estes primeiros "franceses" fizeram, nem sei se a grande maioria das pessoas compreende o que leva um homem com 45 anos, aparentemente ajazado, percorrer mais de 600 kms de curso em direção à montanha mais alta da Península Ibérica para participar na "la carrera mas dura del mundo".

Eu próprio não tenho palavras para explicar a razão desta "atracção fatal", mas, ao usar conhecimento da prova, o que me prendeu a atenção foi o seu epíteto.

Adicionei ao motivo da viagem uma visita à catedral de Córdoba e à granadina Alhambra, e assim convenci a família a acompanhar-me.

Certo o objectivo traçado para a prova era chegar ao final, confiei na época de corridas de aventura e orientação, no Ultra-Trail da Freitas realizado a 9 de Julho, adicionalmente um treino na rampa da Arrábida, dois longões na Machada e outro no poia, eu seja, 4 treinos em 4 semanas. Subia a fragideidade deste meu "plano", mas na realidade nem me apetecia o rigor do treino, nem me sentia possível fazer qualquer aclimação. Por isso, a estratégia de prova só poderia ser "navegar à vista".

Com três dias a calcestrar calças e movimentos de Córdoba e Granada, mudadas por uma dieta rica em tapas e bocadillos, lá me apresentei no Paseo del Salón às 6:30 da madrugada para me juntar aos 350 atletas que se preparavam para a abertura. Família num dos três autocarros para acompanhantes, cinto com garrafa de água, 2 Power Gel, vaselina nos pés e axilas, posicionamento

estratégico na cauda do pelotão, tiro de partida e cá vou eu. Ainda de noite, demos duas voltas à bonita avenida, junto ao rio Genil, para tomar o rumo à estrada da serra, saindo da cidade. Sem pressas, fui-me distaindo com a paisagem serrana que se descobria com a aurora. Mentalizei-me para considerar os primeiros 30 km um aquecimento, sabia que a fadiga se colocava a partir dos 2500 metros de altitude.

A cada 4 kms havia abastecimento líquido e em cada 8 kms havia também bananas e frutos secos. Reparei que, apesar do regulamento da prova proibir comer ou beber fora dos pontos de abastecimento, alertando para o facto de se correr num parque natural, havia um longo rasto de copos de água que se prolongava depois de cada abastecimento e era frequente encontrar na beirna embudagens de gel energético, ampolas de magnésio, etc., nisto, infelizmente, os espanhóis não são diferentes das corredoras portuguesas.

So na cidade apenas alguns residentes de hotelaria nocturna assistiam apaladados à passagem do pelotão, na serra eram os acompanhantes que faziam a festa: "énimo campeón", não poupano aplausos e incentivos, brindavam toda a gente.

Curva após curva os quilómetros acumulavam-se, bem assinalados em cada 2 kms. A partir dos 20 kms comecei a passar atletas marchando. Aos 26 kms alonguei um pouco e retomei em bom ritmo de corrida até aos 30 kms. Daí e até ao km 36, por cima de Pradolano, ainda abornei corrida com marcha. Nesse local despedi-me do meu pessoal que tinha subido ao limite autorizado para a circulação automóvel.

Ultrapassado a barreira dos 2750 metros de altitude ainda sigo num ritmo de marcha que me parecia bom, apesar das perturbações gástricas se intensificarem e não entender porque estava a ser sucessivamente ultrapassado pelos tais atletas marchadores, que eu tinha deixado para trás há muito. Aos 3000 metros de altitude surgiram as primeiras tonturas, ligeira dor de cabeça e a frequência cardíaca a disparar.

Sabia que isto me poderia acontecer, são sintomas normais para quem não fez qualquer adaptação à altitude, agravados pela dívida de oxigénio acumulada pelos mais de 42 kms nas pernas.

Nesta altura deu-se uma fissura na minha determinação, assaltou-me a dúvida se iria conseguir acabar a prova. Não me apetecia beber nem via solução no gel que ainda me restava. Sentia-me pregado ao chão. Sacudia-me desde estupeor a posseção de duas bonitas montanhas, de mochila carregada: primeiro corri o espanhol que me perguntou, gritar repetidamente "¿qu guapas, no tienen novio?", depois, corri o son dos seus batidos contra o asfalto esburacado da estrada mas alla do Europa, em seguida pensei tranquilamente por mim.

Quis acompanhá-las, para aproveitar e belata e confirmar o desfalchamento de seus atributos. Não sei como, as raparigas desaperceberam, de certo atalharam seguindo a sua rota, mas a miragem "alimentou-me" a cabeça durante algum tempo, e deixei as pernas em automático.

Frequentemente, deciam ciclistas equipadas com roupa de inverno e grandes mochilas, quase todos me cumprimentavam: "correrón!", "¡o lalla pouco!", "¡o meta está depois da curva!", "¡o meta está depois da curva!", "¡o meta está depois da curva!".

Fiz-me agora no cume, era despenro pelas curvas. Entristido a "ver" a costa de África e o rif para lá do Veleta, fui surpreendido pela meta, a real, ali ao meu alcance: 20 metros luxuosamente tapados de cascalho.

Nessa altura tive a infeliz ideia de "espiritar" em direção ao pórtico, inventando pela pequena multidão de atletas e pressionado pelo alívio de alguma que me tentava passar na última rampa deste calibris. Cruzou a meta com a "consagração a sair pelas orlhas", de seguida deitou-se num monte de pedras. Nunca me será tão confortável. ♦

O AUTOR FOI PREMIADO COM UM PAR DE SAPATOS REBOK

Sentimento Perdido

AUTOR : Zen

Nho corazon
S'ye chisti haba di bo
Separacon
Tu cauzo sólviminto
Nho corazon
S'ye tentu s'q'percebo
Recordacon
Kato pare
Kato pare

Cuse bu tu bai faze
Inta pite aba ogulho
(po aquece
Cuse bu tu bai faze
Mostrar que bu e' nha
jeteceu
Cuse bu tu bai faze/
Intega bu tafo di meu
Cuse bu tu bai faze
Inta tu aguentu,
(jáim cre bu ícheu

FRANCISCO ORRÍ

FIM-DE-SEMANA ALEGRE, BEM
PASSADO, BEM DISPONTO.

Sábado:

-Nha Júlia, bota mais um goguel!
Dizia eu ao meu mau criado de português, motivo de uma bem disposta risada entre os cabo-veletanos presentes.

-Nha Júlia, cachupa s'ia sabi, un kre mas uma cerveja. Alho, hoas, fananá, mornas, família, amigos e boa disposição.

Tinha de me ir embora, combinei

com um camarada o primeiro treino longo depois da lesão nos joelhos. Mas não podia... estava a gostar de estar ali, divertia-me, coisa que não tenho feito nos últimos tempos. Domingo:

Fatebil, fátio, filhas da mãe dos holandeses (arbitro incluído). Tamo amanhã, hoje vou dormir, feliz, férria, fixe! ♦

O AUTOR FOI PREMIADO COM UM PAR DE SAPATOS REBOK



I ULTRA-TRAIL SERRA DA FREITA



Em cada esquina, um amigo

JOAQUIM MARGARDO
 joaquimcard@portugalmail.com

Natureza – Competição – Convívio. Três vértices dum triângulo que, ao seu todo, deram corpo a este I Ultra-Trail da Serra da Freita – Memorial Sálvio Nora. Prova de montanha de características peculiares, única no nosso País, alia a longa distância à dureza do traçado, tornando-se num dos desafios à coragem e à resistência dos atletas.

Com “quartel-general” montado no Parque de Campismo do Merújal, a Organização – a cargo da Confraria Trotamontes, Associação dos Amigos da Cultura e Desporto de Ponte de Telhe, Câmara Municipal de Arouca e contando com a colaboração dos Bombeiros Voluntários de Arouca – estabeleceu um programa variado com um conjunto de provas para todas as idades e gostos, de forma a tornar o mais abrangente possível esta verdadeira homenagem a Sálvio Nora e a reunir tantos dos seus amigos num dos locais que ele mais estimava.

Prometendo vir a constituir-se numa verdadeira referência em provas de Montanha, o I Ultra-Trail da Serra da Freita, na distância de 50 kms (49,767 kms, para sermos mais precisos), saiu à aventura pelas 7 da manhã dum domingo a apresentar calor torrido. Foi com verdadeiro “espírito do massão” que 47 “ultra-trailistas” desafiaram a Serra, colocando à prova os seus próprios limites. Para a história ficaram os números, com o resultado surpreendente de terem chegado ao fim 45 “sobreviventes”, 5 dos quais senhoras. Vitor Barbosa (JOBRA) e Adribel Freitas (Luz e Vida Gondomarense), dois verdadeiros especialistas em provas do género, discutiram entre si

a vitória quase até ao fim, mas um engano “já com a meta à vista” acabou por diluir o vencedor, precisamente o homem da JOBRA, com 5h19m59s, menos 23 s que Adribel Freitas. Manuel Ferreira (JOBRA) concluiu o pódio com 5h21m36s.

Sob o olhar atento e os aplausos dos assistentes e os incentivos emocionados do “speaker” e Director da Prova José Moutinho, os “bravos do pelotão” lá foram surgindo em grupos de dois e três, com Glória Serrazina (Individual) a cumprir o percurso em 7h21m34s e a sagrar-se a vencedora do sector feminino, deixando a 2.ª classificada, Margarida Pinto (Individual), a mais de 53 minutos (!). Com 8h27m44s, na 29.ª posição, chegava o homem que deu o cunho “internacional” à prova, Prudencio Bercocal (Espanha) e esta verdadeira ultra-maratona só viria a terminar já depois das 18h00 com a chegada dum “numeroso” grupo de 5 atletas, o último dos quais, Fonseca Santos (Sinos) gastou 11h02m05s.

Mas também de distâncias mais curtas se fez este I Ultra-Trail Serra da Freita – Memorial Sálvio Nora, do pouco participado Kid-Trail, na distância de 3 kms e destinado a crianças dos 8 aos 14 anos, ao Trail de 12 kms, comum a atletas e caminhadores, aqui com participações bem mais significativas acima da mesa contenda de concorrentes em ambas as variantes. No final, porco no espeto e caldo verde fizeram as delícias de todos, ficando no ar a certeza de que, lá onde quer que esteja, Sálvio Nora ter-se-á sentido feliz com a felicidade de todos quantos participaram nesta sua prova. ●



MEMORIAL SÁLVIO NORA

Palavras soltas...

"A equipa que trabalha comigo é espectacular mas é ainda nova e a sua espectacularidade na organização de eventos desta natureza é reduzida, elevando o risco do aparecimento de certas anomalias. Elas surgiram, essencialmente ao nível da hálizagem de alguns percursos, fazendo com que alguns atletas se enganassem e tivessem de despendar um esforço suplementar. E isso afectou-me inenxmo." JOSÉ MOUTINHO

"Prebendo dar continuidade a esta realidade mas é necessário melhorar, trabalhar muito mais, dotar o percurso de condições que minimizem os problemas surgidos para que eu possa receber os meus amigos nas condições ideais." JOSÉ MOUTINHO

"O Sálvio é outra história... Era mais que um amigo, que um companheiro, fazia parte do meu quotidiano, era parte de mim. Quando constatei que já não o tinha finalmente ao pé de mim "passei as passas do Algarve", como se costuma dizer." JOSÉ MOUTINHO

"Por palavras não dá para descrever, só passando por elas... e quem a fez sabe do que estou a falar!" VÍCTOR SILVA

"Sensação espectacular foi o que senti esta manhã, pena foi que não tivesse descoberto esta Serra há mais tempo. Não que o Sálvio muitas e muitas vezes me não tivesse falado nela e nas suas aventuras, mas andava sempre a adiar esta minha experiência que, repito, foi espectacular." JORGE TEIXEIRA

"Nem tudo foram rosas. Houve pequenas falhas que geraram alguns enganos e, por consequência, influenciaram a classificação. Mas no Domingo o espírito que animou ao ar era de confraternização, de amizade e, sobretudo, duma grande vontade de homenagear o grande Amigo SÁLVIO NORA!" ORLANDO DUARTE

"Muito para crescer e melhorar. E a promessa: para o ano, 50 km!" ANA PEREIRA

"Adorei a prova e gostei do percurso, apesar do calor tórrido que aquela hora já se fazia sentir. E até o meu calcanhar ajudou, pois aguentou muito bem até ao fim, apesar de fazer toda a prova com uma dorlita suportável." VÍTOR CARVALHO

"Fiquei maravilhado com o fair-play de todos, que apesar do esforço diabólico dispendido, chegavam ao fim com um sorriso nos lábios e davam os parabéns à organização. Foi uma grande lição que deve ter deixado cheios de orgulho o sosso Sálvio." FERNANDO COSTA

"Um aspecto que me ha gustado mucho, y que no tocaría (salvo para quitar el trozo de asfalto si fuese posible, y creo que no lo es), es el recorrido. Hay zonas muy áridas, hay muchísima piedra suelta, hay cuevas hasta decir basta, zonas peligrosas, zonas donde se corre con el agua colándose en las zapatillas, pero todos sabemos a lo que vamos, esto no es ningún cumpleaños, a todos nos gusta la dureza, y esta carrera la tiene, y mucha." PRUDENCIO BERROCAL

"Que paisagem maravilhosa! Grande elevação do ambiente humano, a começar pelos organizadores esforçados, que tiram no tudo por tudo, e pelos concorrentes, no espírito desportivo e na estirada para superar as dificuldades, certamente como o Sálvio gostaria..." AGUIRO COSTA

"Indescrevível o prazer de ter participado numa prova destas." BRUNO REIS

Um momento alto (...) foi o aniversário do "GD4Camalhos", clube do coração de Sálvio Nora, que acabou de fazer 11 anos de existência. Com um enorme bolo e outros comeres feitos um bocadinho por todos, aquele momento de homenagem foi de uma enorme carga emocional (...) Sentiu-se a enorme paixão de todos aqueles que amam a corrida e que conviviam muito de perto com Sálvio Nora. Obrigado Fernando Costa por este momento que jamais esquecerel." EDUARDO SANTOS

Oh gente amiga, que vistes lá na Freitas! O que encerra essa mágica montanha Onde qualquer pessoa se deleita Com a vista soberba que a acompanha! Um pouco mais acima, alegre, espreguia Saudoso amigo que tantos arrebanha, Neste lindo memorial pedestre P/a Incansável mão do seu grão-mestre, FERNANDO ANDRADE

"O Sálvio é a razão de ser desta prova e da sua continuidade. Enquanto eu puder, o Memorial Sálvio Nora há-de continuar." JOSÉ MOUTINHO





A beleza da Freita

EDUARDO SANTOS

Entre pedras parideitas, vacas arcaicas, quadras de água e um imenso verde esplendoroso, este trail organizado pelo "Trotantes" foi um sucesso no panorama de trails de montanha em Portugal. Vou eleger o Trilho das lincas como a zona mais bonita e mais perigosa do Super Trail de 50 kms.

"De cortar a respiração era a passagem junto da queda de água, com lama de ser uma das maiores da Europa. Outro fenómeno da natureza esperava alguns participantes que foram ainda ver pedras que desliza pedras brotavam. São as pedras parideiras."

O que nos levou a um esforço desta natureza? 50 km extremamente difíceis, mas de uma beleza extraordinária. Sálvio Nora foi o grande culpado da nossa participação nesta aventura, lembrei-me dele por várias vezes, não fosse aquela serra muitas vezes mencionada nos seus escritos e a minha curiosidade era quase nula. - A tua serra preferida leve ontem por lá quase todos os teus amigos!!!

Considero os primeiros 20 kms, os mais acessíveis deste trail, depois dos 20 aos 32 kms, o chamado inferno, são cerca de 12 kms terríveis e avassaladores e para quem está habituado a treinar quase ao nível da água do mar, olhar para o cimo daquela montanha, mele medo... parecendo do início uma meta inalçável. Com ponderação e uma enorme vontade de nos superarmos e nós próprios, todos conseguimos subir aquela montanha e cumprir o nosso objectivo.

Um momento alto que tenho de fazer referência (muitos já tinham vindo embora) foi o aniversário do "GD4Caminhos" clube do coração de Sálvio Nora, que acabou de fazer 11 anos de existência.

Com um enorme bolo e outros doces feitos um bocadinho por todos, aquele momento de homenagem foi de uma enorme carga emocional, foram lidos por mim, a irmã, as sobrinhas, o Fernando Costa, entre outros, excertos de textos e poemas que Sálvio escreveu aqui neste fórum. Aquele momento meus amigos foi de uma enorme emoção, sentia-se a enorme paixão de todos aqueles que amam a corrida e que conviviam muito de perto com Sálvio Nora. Obrigado Fernando Costa por este momento que jamais esquecerei. Uma ideia que ficou no ar, não deixar acabar o mundo fantástico de Ana Pereira, era onde ele fazia questão de escrever. Foi pena a Ana já não estar presente.

Para uma primeira edição, os resultados são positivos, mas há coisas a melhorar em próximas edições, tive oportunidade de dizer pessoalmente ao José reuniões que as falhas mais graves foram na sinalização do percurso que levou a maioria dos atletas a percorrerem mais kms.

Quero para finalizar, agradecer os meus parabéns ao José Mostizo e aos seus colaboradores por este excelente momento de desporto, de convívio e de homenagem a um nosso amigo Sálvio Nora, de quem já sentimos uma enorme saudade. ♦

Memorial Sálvio Nora

AUTORA : Ana Pereira

Agora custa-me escrever. Porque é que ontem à noite no meio da trovada na noite escura apenas momentaneamente iluminada pelos relâmpagos, pelo puer assustado das avés e pelo correr do rio agitado pelas violentas gotas de chuva, tudo me parecia tão claro e óbvio, e as palavras dançavam na minha cabeça. Dádas, fáceis e belas e se entendiam e arrumavam em harmonia? Estariam contigo sem eu o saber?

Estou a escrever-te debaixo da mesma azimbrada onde te ouvi e te falei pela última vez. Agora falo-te e cuço-te em qualquer lugar. Mas naquele dia, involuntariamente talvez, mentiste por certo dizendo que estavas melhor.

Pouco mais de dois meses passados re-encontramo-nos. Na Serra da Preiça desta vez. Para o Memorial Sálvio Nora. Se gostei do Memorial? Não, não gostei. Tinha preferido que estivessem entre nós a correr naquele magnífico cenário numa prova igual mas com um outro nome qualquer.

Detestei olhar o teu velho equipamento agora sobre um bonéco, como se fosse uma farda de um militar de que ninguém recorda o nome, matriculosamente lúrgica, vincada, arrumada, esquadra e sem vida no carvão de um museu qualquer. Quêta-o sujo e suado sobre o pulgar do teu corpo quente e coberto de pó.

Rota-me pensar que quem gosta de nós e quem nós gostamos nunca nos deixa completamente e na verdade te estivesse entre nós evasçando entre as borboletas e quando nos pela magnitude desta serra

tarías vnos lela mas nunca corrida, neste teu "Mundo Fantástico" que sem ti é de difícil compreensão e de sentido duvidoso, mas ajudai-nos por favor a tentar alcançar um pouco dessa subedoria. Estou perdida Sálvio, muito para além da intensidade desta serra e do percurso desta prova onde as filas sinalizadas foram claramente ineficientes.

As vacas que me estranhei arruquasas, e água que corre, o céu que nos cobre e abençoa e as pedras, as curvas e as pardeiras que guardo como valiosos tréfuas, uma acidez durante a minha experiência de 12 kms, e outra respirada por um amigo que te gostarias de ter acompanhado neste Trail de 50 kms, e que me foi ofertada dias depois, são preciosidades da vida contidas em forma de pedras agora a descansar na frescura da minha casa, amontoadas ao lado da tartaruga de madeira.

Um dos ensinamentos que me passaste e da forma mais abrangente possível foi que mesmo das coisas más podemos sempre retirar coisas boas.

Com a tua portada fui levada a conhecer uma pessoa extraordinária. Ela é o especial, encontra, transmite alegria e é uma tua grande e verdadeira amiga, companheira

de treino também e sempre presente no teu "Mundo Fantástico", que aqui homenagem pois sempre preferi as homenagens aos vivos. Margarida Pinto

Ao vê-la chegar dos 50 kms tive a certeza que te estivesse ali o tempo todo a sorrir certoso e que tudo aquilo valia a pena,

que a tua morte me fez conhecer esta maravilhosa pessoa e família, e que ainda faz nascer este Memorial que tem todo o potencial para se tornar uma referência internacional no género, sem perder o essencial: o ar que se respira e a envolva e que és tu!

E tu, gostaste do Memorial, Sálvio? O que nos escreverias sobre ele de forma raijstosa e apaixonante trazendo-nos até ele apeladas pelas tuas palavras mágicas?

De forma humilde e talvez mediocre, em oposição à riqueza de emoções e sentimentos que sinto em cada etapa, e lutando para contrariar a arrogância das palavras soltas que me assaltam, isto foi só o que eu consegui escrever sobre esta edição experimental do Memorial Sálvio Nora. ♦

A AUTORA FOI PREMIADA COM UM ANO DE SÁLVIO NORA



MARGARIDA PINTO



RAID PEDESTRE MELIDES - TRÓIA

Foi no dia 30 de Julho que, numa organização do Serviço de Desporto da Câmara Municipal de Grândola, teve lugar uma das provas mais ansiosamente aguardadas, devido às suas peculiares características. De facto, correr cerca de 44 kms em areia, sob um sol abrasador não é para qualquer um.

Além disso, a falta de abastecimentos exteriores, que obriga a maioria dos atletas a "carnegarem" sólidos e líquidos, transforma esta prova numa luta constante do atleta para se superar, ultrapassando todas as contrariedades como o tipo de piso, a areia que entra nos sapatos, os banhistas que não se desviam do percurso, etc. ...

Esta corrida, com excepcionais condições para ser uma grande prova internacional, peca por falta de maior divulgação no estrangeiro (e, eventualmente, também por cá), tendo tido no entanto a presença de atletas espanhóis, que a convite de um atleta português residente em Madrid (João Heblí) ao que parece gostaram e poderão ser incentivadores de maior presença para o próximo ano de "nuestros hermanos".

Muitos promotores organizativos terão também de ser repensados, nomeadamente mais informação nas praias (para os veteranos saberem o que se está a passar) e melhores condições para a Comunicação Social fazer o seu trabalho (com saliência para chapéus de sol junto à meta e em alguns pontos do percurso).

Da prova em si, o destaque da repetição da vitória de Pedro Pessoa, após despique com Carlos Calado. Em femininos, Amélia Costa venceu a concorrência.

A "sempre jovem" Analice Silva (62 anos), mais uma vez, passeou a sua classe pelas areias, realizando melhor tempo que muitos "meninos" e "meninas", mais jovens e que até se consideravam bem preparados... ♦



SENIORES masculinos

	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Carlos Calado	Gémeos Castro / S. Bart. Messines	03:17:33
02	Manuel Galoteiro	Sport União Caparica / C. Caparica	03:39:09
03	Custódio António	Gámeira Municipal Serpa / Grândola	03:42:54

SENIORES femininos

	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Chantal Xhervelle	Machada Runners / Brejos Azeitão	05:02:08
02	Ana Vieira	C. Atletismo Óbidos / Óbidos	05:08:01
03	Rute Sousa	Correr Monsanto / Lisboa	06:11:50

VETERANOS 1 masculinos

	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Pedro Pessoa	G. R. Casal Sto. António / Almada	03:15:58
02	Carlos Pinto	Casa Povo Valongo Vouga / Matosinhos	03:41:42
03	Fernando Alves	SQR "Os Progressistas" / Sintra	03:56:21

VETERANOS 2 masculinos

	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Vitor Barros	G. D. Igreja Nova / Mafra	03:38:05
02	Joaquim Antunes	Individual / Costa Caparica	04:06:10
03	Alfredo Simões	G. A. F. Vidais / Caldas da Rainha	04:19:40

VETERANOS femininos

	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Amélia Costa	C. C. R. Alto do Molinho / Corroios	04:56:30
02	Analice Silva	Liberdade Atlético Clube / Lisboa	06:21:31
03	Célia Azeitão	Assoc. Atl. Leões do Sado / Lisboa	07:19:06



VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com



12.ª TRANSESTRELA

PAULO GONÇALVES E CHANTAL XHERVELLE VENCEM



Paulo Gonçalves (CDCSS Pinheiro - Guarda) e Chantal Xhervelle (Associação de Maratonistas Casal Figueiras - Setúbal) venceram a 12.ª TRANSESTRELA, Maratona de Montanha da Serra da Estrela disputada no passado dia 6 de Agosto, num circuito com partida e chegada na vila de Mantelgas.

Única Maratona de Montanha de Portugal e uma das poucas provas do género na Península Ibérica, a TRANSESTRELA teve partida às 5h30m da manhã de domingo, levando os 60 participantes, número máximo permitido pela organização, a percorrer 42 kms de montanha nos caminhos pedonais e algumas das estradas florestais do concelho de Mantelgas, sendo antecedido, com partida às 5 da manhã, de uma marcha pedestre em percurso alternativo ao competitivo, na distância de 20 kms, com a participação de 30 camarinheiros.

Segundo desde os primeiros metros na liderança da competição, Paulo Gonçalves veio a isolar-se dos seus mais directos adversários à passagem dos 27 kms, nas proximidades do marco geodésico do Comedor de Mouras, para repetir o triunfo de 2003 obtido nesta

mítica prova de montanha nacional, juntando assim o seu nome ao reduzido número de atletas que já bisaram o triunfo na TRANSESTRELA. Em 2.º lugar veio a classificar-se João Fernandes (Águias de Avelos - Barcelos), com o 3.º posto a caber a José Reis (SCAR - Aveiro).

No sector feminino, triunfo folgado da belga Chantal Xhervelle, relegando para o 2.º posto Ana Gomes (ADR Pastelaria), numa posição de relevo no seu ano de estreia nas provas de montanha, com o 3.º posto a ser ocupado por Glória Semazina (CRP Ribafria - Leiria).

Destaque para a elevada participação estrangeira nesta competição, demonstrando o interesse que a mesma tem além fronteiras na divulgação da Serra da Estrela como destino por excelência de desportos de aventura e natureza em pleno Verão.

No final da actividade, a organização, a cargo da Delegação da Guarda do INATEL, com apoio técnico de Terras de Aventura, procedeu à cerimónia de entrega de prémios, no decurso do almoço de encerramento da actividade, que proporcionou agradáveis

momentos de convívio entre todos. A 12.ª TRANSESTRELA contou ainda com o patrocínio da Câmara Municipal de Mantelgas, Junta de Freguesia de São Pedro, Junta de Freguesia de Santa Maria e apoio da Junta de Freguesia de Sameiro, Região de Turismo da Serra da Estrela, Parque Natural da Serra da Estrela, Associação Desportiva de Mantelgas, Água Serra da Estrela e Sumol. ♦

Mais informações:
<http://transestrela.terrasdeaventura.net>

MASCULINOS		
Rank	Atleta	Tempo
1.º	Paulo Gonçalves - CDCSS Pinheiro - Guarda	3:05:49
2.º	João Fernandes - Águias de Avelos - Barcelos	3:12:32
3.º	José Reis - SCAR - Aveiro	3:17:30

FEMININOS		
Rank	Atleta	Tempo
1.º	Chantal Xhervelle - Casal Figueiras - Setúbal	3:54:27
2.º	Ana Gomes - ADR Pastelaria - Porto	4:17:29
3.º	Glória Semazina - CRP Ribafria - Leiria	4:22:50

Há festa na aldeia

JOAQUIM MARGARDO
joaquim@portugalmail.com

I DUATLO POPULAR NA RIBEIRA - OVAR

Englobado nas comemorações do 46.º aniversário do Rancho Folclórico da Ribeira – Ovar, o I Duatlo Popular na Ribeira teve lugar na tarde do passado dia 8 de Julho, enchendo de vida e animação a pacata do lugar. Primeira prova do género realizada no Concelho de Ovar, o evento desenvolveu-se num cenário profundamente bucólico, entre pinhais e campos de cultivo às portas da ria, e contou com a participação de 17 duatletas juniores, seniores e veteranos masculinos. A única senhora em prova veio a desistir a meio do segundo segmento, traída pela “máquina” pouco adequada a estas andanças. Mas “popular” é mesmo assim!...

Apesar de pouco participado, nem por isso este I Duatlo Popular na Ribeira deixou de ter ênfase e ruidos, momentos de alguma espectacularidade e um vencedor incontestado. Com eleito, o “homem da casa” Paulo Monteiro (ACR Ribeira) destacou-se logo a partida, acabando por vencer com o bom tempo de 1h01m34s para os três segmentos que constituíram a prova (Corrida 4,8 kms + Ciclismo 22,2 kms + Corrida 2,4 kms). O junior Tiago Neves (Clube Triatlo Pezostinho) com 1h03m30s e José Reis (ACR Ribeira) com 1h03m50s completaram o pódio. Colectivamente a ACR Ribeira foi a grande vencedora.

Na final Carlos Veiros, Presidente da colectividade organizadora e Director da Prova, não escondia uma certa

maigres face à ausência de entidades oficiais, “afinal o espelho da realidade do nosso lugar, que continua votado ao abandono”. Mas deixa uma promessa: “O Duatlo na Ribeira é para continuar! Vamos pedir à Federação um caderno de encargos e avaliar os custos duma prova com carácter oficial que possa ser integrada no calendário nacional. Se estiver dentro das nossas possibilidades, não tenham dúvidas que avançaremos. Caso contrário, iremos manter o caráter popular da prova, não nos demitindo da obrigação de continuar a dinamizar o nosso lugar e a trazer cá eventos de qualidade”. ♦



EM ESPERANÇA



SAI DA PARA O ÚLTIMO SEGMENTO



OS SENI E VETERAN



GRUPO PEZOSTINHO



OS TRÊS PRIMEIROS



O VENCEDOR



JOSÉ PINTO

11ª Corrida Lagoa de Santo André

Confesso que já não ia à Lagoa Nova de Santo André desde o século passado e não vi agora qualquer modificação digna de registo.

As mesmas pessoas, os mesmos costumes, os mesmos lugares, a mesma simpatia dos residentes, os mesmos estranheiros, (são todos iguais!) os mesmos letrados a anunciar o aluquer do casas, o mesmo sentido de organização da prova. Tudo igual.

A 11ª edição da Corrida da Lagoa de Santo André, realizou-se no passado dia 22 de Julho na freguesia do mesmo nome concelho de Santiago do Cacém e com partida marcada para as 19 horas. Muitos atletas dos diversos escalões percorreram os 9 mil metros quase todos em linha recta e com apenas uma subida-descida, pois o trajecto é precisamente o mesmo na ida e na volta. Este ano houve uma pequena alteração de controlo com a introdução, a meio da prova de uma passadeteira para o chip actuar deixando alguns concorrentes a meio do percurso, pois estes não estiveram atenta para acabar a prova.

Os primeiros atletas a chegar à meta não demoraram muito, visto que o vencedor, Hélder Ornelas, do Macatona, fez o tempo de 25.28, seguido de António Sousa (treinador do primeiro), do Barcelosa 92, que gastou mais alguns segundos, 27.22, e o terceiro foi Carlos Alves, Aurlanquas do Seixal, com 28.23.

Na prova de senhores, arrelazarão os 1º, 2º e 3º lugares, respectivamente, Vera Nunes, Diana Oliveira e Margarida Pereira.

Quase em simultâneo com a chegada do último concorrente foram afixadas as classificações finais da prova, o que partiu (no bom sentido) o jantar que estava a ser servido pela organização e que juntou atletas, familiares e convidado - eu seja, toda a gente pôde jantar de boca, embora houvesse por ali muitos restaurantes e cafés abertos, pronto a servir quem por ali estivesse. Abetanzando por 2 minutos, o dito jantar o entrega de prémios decorreu como se previa, com graça, alegria, e boa disposição. Só que desta vez, pareceu-me que os prémios eram inferiores em grandiosidade (não em importância) aos anos anteriores. Sinal de crise??? Talvez. Nesse caso e se eu voltar no próximo ano para fazer a reportagem da prova é garantido: vou codrinho para Santo André, leve sabão e toalha, e terno habmo na Lagoa; assim poupo uns litrinhos de água lá da minha casa. Boa noite, não é? ♦





ANA PEREIRA

Degustar a corrida

11ª CORRIDA LAGOA DE SANTO ANDRÉ

1488 atletas tiveram o prazer de participar no dia 22 de Julho na 11ª edição da Corrida Lagoa Santo André, uma prova sem prémios monetários, que já nos habituou à sua regular organização que mais uma vez não nos decepcionou, e que viu este ano o recorde da prova ser batido por Hélder Ornelas.

Os habituais prémios em originais peças de artesanato local e a noite de sardinhas acompanhada por música popular promovendo o convívio, não deixaram que ninguém saísse de lá insatisfeito.

É uma prova de Verão que se recomenda, e se antecedita por um dia na Lagoa, ainda nos sabe melhor! ♦



MASCULINOS

	NOME	CLUB	TEMPO
01	Hélder Ornelas	Maratona CP	25:29
02	António Sousa	Barcelona S2	27:22
03	Carlos Alves	Aest Aut. Seixal	28:23

FEMININOS

	NOME	CLUB	TEMPO
01	Vera Nunes	SLB	33:14
02	Dina Oliveira	AE Paulo Gama	37:44
03	Margarida Pereira	C. Unidos Casim	38:05

EQUIPAS

01	CDR Águia Unida
02	AA Grândola
03	SSCM Fátima



KIT Energético Gerolsteiner

O KIT É COMPOSTO PELOS SEGUINTE **PRODUTOS ENERGÉTICOS 100% NATURAIS**:

- 2 saquetas de gel cola com cafeína**
- 1 embalagem de 125ml de Gel Racer**
- 1 barra energética de cola**
- 1 barra energética de fruta.**

Ao adquirir um KIT Gerolsteiner de produtos energéticos da Squeezy pelo montante de 10,50 Euros está a contribuir com 30 céntimos para a Organização Braccia Aperte que desenvolve um projecto de ajuda humanitária na Bolívia a crianças com deficiência, devido a anomalia genética de ambos os progenitores (mais detalhes em www.bracciaaperte.it).

PODE ENCOMENDAR JÁ O SEU KIT PARA O E-MAIL
loja@ammamagazine.com

O pagamento do Kit pode ser feito por transferência bancária para o NIB 0033 0000 45298013123 05 enviando depois mail para loja@ammamagazine.com com os dados para envio.

O KIT também pode ser enviado à cobrança.





4.º Grande Prémio Atletismo Festas Populares de Coima 2006

JOSÉ PINTO

Não há nada mais reconfortante para quebrar a monotonia das grandes provas, do que assistir a uma verdadeira corrida de atletismo festa por populares e para populares. Refiro-me ao grande Prémio de Atletismo de Covas de Coima, freguesia pertencente ao Concelho do Barcelos.

Uma prova com 10.000 metros, encurtada para 7.000 mts, muito por culpa do astro-rei que na altura já fazia das suas, ou seja debilitava para a Terra o que gostaríamos de ter no Inverno: CALOR! Uma corrida algo dura segundo vários atletas, pois esta tem passagem por uma artéria muito íngreme própria para testar corredores mais indicados para Corta-Mato. O 1º atleta a cortar a meta foi Carlos Alves (Boavista do Pico - Açores) com o tempo de 22.59, seguido de Rui Faustino Câmara Municipal de Palmela com 23.22 e em terceiro lugar José Caramelo também da Câmara Municipal de Palmela com 23.26. Nas mulheres a vencedora foi Amélia Costa do Alto do Moinho com 31.06, em segundo Natércia Pinto do Bairro Alentejano com 33.55 e a terceira classificada foi Isaura Pereira do Alto do Moinho com 37.25. Por equipas, a classificação ficou assim ordenada:
1º Bairro Alentejano - 63 pontos
2º Boavista do Pico Açores - 64 pontos
3º Independente do Barcelos - 49 pontos
4º Covas de Coima - 35 pontos.

Mais de centena e meia de atletas trouxeram a alegria a muitos residentes que aguardavam e comem-

tavam o que viam, pois só uma vez por ano passam por ali homens e mulheres a correr, não a fugir de qualquer coisa má, mas apenas a praticar desporto, e por ali é coisa que não falta.

Mes este evento também teve o seu lado insólito como por exemplo ao chegamos ao local de concentração dos atletas perguntamos onde era a zona de informações. É ali, e, apontaram-nos para uma barraca onde vendem rãs para ajudar nas despesas da Festa a decorrer na Freguesia.

O mesmo local serviu também para o Juri (Juizes da Associação de Atletismo de Setúbal) fazer classificação da Prova, classificação que foi feita da maneira mais simples que se conhece: à mão!!!! Demorou apenas um "IMEEEEEEEENNNNNSSSSSSO" tempo! Passou-se de seguida à entrega, dos troféus em disputa para os vencedores. Os atletas masculinos a receberem as taças que pertenciam às mulheres, e estas depois a devolverem as que eram devidas aos homens, e isto só foi detectado por um concorrente que reparou que ali havia gato! O certo é que imediatamente foi tudo rectificadado, mas não se pense que receber o prémio não tinha emoção, (!) tinha, era só subir por um esquelético escadote tremer por todos os lados, receber o troféu e voltar pela mesma via. E são estas situações mirabolantes que partem a monotonia de grandes provas de atletismo, que não raras vezes servem apenas para nos concentrar-mos mais num só atleta do que na prova em si. E esta foi mesmo um ESPECTÁCULO!!!! ♦

Triunfo categórico de Alberto Almeida

JOAQUIM MARGARDO
 joaquimard@portugalmail.com

CORRIDA DO MÁRTIR S. SEBASTIÃO

No passado dia 19 de Agosto, a vila de Cucujães engalanou-se para receber mais uma Corrida do Mártir S. Sebastião, conjunto de provas organizadas pelo Núcleo Atletismo Cucujães e pela Comissão de Festas e englobada no VI Circuito Concelhio de Atletismo de Oliveira de Azeméis. Foram 120 os atletas de todos os escalões e ambos os sexos que voltaram as costas à Praia e se lançaram nesta autêntica aventura de cumprir os 9.000 metros dum percurso exigente, muito desnivelado, ante uma assistência numerosa, embora pouco entusiasta.

A vitória sorriu a Alberto Almeida (CP Valongo Vouga), após aceso despique com António Salvador (NA Joane). Mais consistente e notoriamente melhor do ponto de vista físico, Alberto Almeida soube controlar o seu adversário, resistindo às suas investidas e desferindo o ataque fatal na altura certa, a pouco mais de 1 km da meta. O veterano Mário Silva (GD Poêns) foi impotente para acompanhar os dois principais animadores da prova, acabando por garantir o terceiro lugar da geral e a vitória no escalão.

No sector feminino, Carla Martinho (ADERCUS) dominou a bel-prazer, triunfando categoricamente com larga margem sobre as mais directas rivais.

"Vale sempre a pena montar um evento do género, sobretudo pela importância que a prova tem no quadro das festividades da nossa vila. É uma forma de promover o Atletismo, de promover a colectividade e a comunidade, pois é para ela que trabalhamos", confidenciava no final António Pinho, o Director da Prova. Apesar da dureza e dum certa desadequação em termos de calendário, a Corrida do Mártir S. Sebastião consegue atrair a Cucujães um número apreciável de atletas, sucesso que António Pinho atribui à tradição: "Embora com algumas interrupções, a prova disputa-se há cerca de 40 anos, o percurso já é conhecido de todos e conseguimos fidelizar um bom lote de atletas que já não dispensam a deslocação a Cucujães nesta altura. Gostam da prova, não é monótona e estamos certos que a tradição se vai manter. Vamos ter Corrida do Mártir S. Sebastião por muitos anos", concluiu. ♦



CORRIDA AO PRINCIPAL



PARTEDA DA PROVA INFANTIL



PROVA INFANTIL E SENIORS FEMININO

JUNIORES / SENIORS masculinos			
	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Alberto Almeida	CP Valongo Vouga	27:19
02	António Salvador	NA Joane	27:29
03	Manuel Urbano	ACD Escapães	28:21



ANTES DA PROVA PRINCIPAL, A VEZ DOS INICIAÇÃO E ADVERSARIOS



PRIMEIRA PARTE PARA A PROVA PRINCIPAL



PRIMEIRO ESCALÃO

JUNIORES / SENIORS feminino			
	NOME	EQUIPA	TEMPO
01	Carla Martinho	ADERCUS	32:53
02	Rosário Pais	ADERCUS	33:31
03	Cátia Galhardo	CDC Cedeos	34:36



ALBERTO ALMEIDA NA ULTIMA VOLTADA



CARLA MARTINHO TRIUNFA



PRIMEIRO ESCALÃO

Grande Prémio de Corte do Pinto

Corte do Pinto é uma freguesia do concelho de Mértola, com pouco menos de oito mil eleitores recreativados, que possui todas as características próprias do Baixo Alentejo, sendo vizinha da conhecida Mina de São Domingos, famosa pela exploração mineira de ouro e pela actual praia fluvial, considerada pela DECO como uma das melhores do nosso país. Todos os anos, por altura das festas da freguesia, no pico do calor de Agosto, é organizado localmente um "Grande Prémio" de atletismo que, apesar do reduzido número de participantes (cerca de quarenta, em 2006), recebe diversos atletas de fora, atraídos pela hospitalidade dos organizadores e pelo peculiar ambiente aí vivido.

Na edição deste ano, a exemplo do ano transacto, o destaque foi para a prestação dos amadores do CD Cá-Te-Espero que triunfaram em diversos escalões. ♦



DANIEL FERNANDES



LUIS GUERREIRO

VENCEDORES

BENJAMINS

Samuel Alexandre (Ind.)
Beatriz Fernandes (Ind.)

INFANTIS

Micael Teixeira (Ind.)
Catarina Alexandra (Ind.)

INICIADOS

Rúvio Julião (CD Cá-Te-Espero)

JUVENIS

Carlos Miguel (Ind.)

JUNIORES

Daniel Fernandes (Ind.)

SENIORES

Luis Guerreiro (Amaro's Jooheiros)
Cristina Teixeira (CD Cá-Te-Espero)

VETERANOS 1

João Estevão (CD Cá-Te-Espero)

VETERANOS 2

Lurdes Bugalho (CD Cá-Te-Espero)

VETERANOS 3

Fernando Fernandes (Ind.)

VETERANOS 4

Manuel Carita (CD Cá-Te-Espero)

VETERANOS 5

José Isidoro (Ind.)

5.º Trilhos de Monsanto

Apesar de ser considerada pela organização como a mais fácil etapa do Desafio de Montanha de cada época, a verdade é que, muito por culpa de algumas acentuadas subidas, a prova Trilhos de Monsanto já na sua quinta edição não deixou de causar muitas dores musculares à maioria dos 253 atletas que concluíram os doze mil metros do trajecto, quase todo ele desenhado no Parque Florestal de Monsanto.

Na frente, porém, José Carvalho (NA Vila Real) não deu quaisquer chances aos seus mais directos adversários, triunfando com dazoito e vinte e seis segundos de vantagem sobre Abílio Pereira e José Sousa, segundo e terceiro classificados, respectivamente. Fruto destes dois resultados e do sétimo posto obtido por José Castro, a Casa do Povo de Fermentões não teve dificuldade em vencer colectivamente, com grande avanço sobre as demais equipas.

Em femininos, a melhor foi Mónica Silva, na frente de Rosa Medureira e Lucinda Moreiras. Saliências finais para os factos de quinze minutos antes da corrida ter tido início uma caminhada de nove quilómetros que juntou algumas dezenas de participantes e para o eficaz sistema de controlo e registo dos atletas efectuado antes da partida, que obsta a que muitos eventuais "batoteiros" consigam levar os seus intentos por diante. ♦

COMPRAR... VENDER... TROCAR... COMPRAR... VENDER... TROCAR... COMPRAR... VENDER... TROCAR...

PEQUENO... MAS EFICAZ.

Agora, por apenas **2 EUROS**, pode publicitar na A.M.M.A.

Basta escrever o que pretende comprar, vender ou trocar, num máximo de 170 caracteres.

Envie o seu anúncio, junto com os seus dados (nome, morada, contacto telefónico e forma de pagamento) para publicidade@ammamagazine.com

PAGAMENTOS - Cheque ou vale de correio para

ATLETISMO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS | EST. SERRA DA MIRA, 57 - 7.º B | 2700-778 AMADORA
Transferência bancária para o NIB 003300004526786542605 (banco Millennium)

5ª Léguas Nocturna de Odivelas

Em dia de jogo para apuramento dos terceiro e quarto classificados do Campeonato do Mundo de Futebol, que após a selecção nacional à anfitriã Alemanha, quem "pagou" foi a Léguas Nocturna de Odivelas. Com efeito, este ano, a prova contou com pouco participadas corridas dedicadas aos escalões mais jovens e um ligeiro decréscimo de atletas chegados na distância principal. No entanto, a caminhada de cerca de 1.300 metros, que teve lugar algum tempo antes da véspera atlética, foi extremamente participada, com a presença de largas centenas de pessoas de todas as idades, apesar da preponderância dos mais "entradotes", que se fizeram à estrada

com um espírito de grande alegria e confraternização.

Em termos competitivos, os jovens da AA Pego Longo estiveram em plano de particular evidência, ao triunfarem em diversas faixas etárias. Por seu turno, entre os mais velhos, José Gonçalves e a credenciada Sândra Amaro não deram chances aos seus adversários, impondo-se entre os seniores. No final, o tradicional caldo vendeu febre de alegria de todos, sendo que os cem primeiros classificados tiveram direito à "refeição completa", dado que também foram premiados com suculentos frangos no churrasco!!! ♦



SENIORES Femininos	
NOME	EQUIPA
01 Sândra Amaro	Juv. Operária Monte Abrilde
02 Katarina Larsson	Grupo Desportivo Tetra Pak
03 Verónica Correia	Casa Sport Lusa Beir. Odivelas

VETERANOS 1 masculinos	
NOME	EQUIPA
01 Ovídio Nascimento	Grupo Desp. Mazedo Oulista
02 Alexandre Soares	Real Academia
03 António Tanganho	Individual

VETERANOS 3 masculinos	
NOME	EQUIPA
01 Gabriel Gonçalves	Clube Atlético Cultural
02 Francisco Colaps	Individual
03 Francisco Fernandes	Costa Brava - Perizhe

SENIORES masculinos	
NOME	EQUIPA
01 José Gonçalves	Grupo Desp. Mazedo Oulista
02 João Santos	Camarnal
03 Mário Pinela	Clube Atlético Beira Banheira

VETERANOS 2 femininos	
NOME	EQUIPA
01 Anabela Pereira	Martinho Sporting Clube
02 Cécilia Branco	CCD Alvalaje
03 Eugénia Vale	Clube Atlético Cultural

VETERANOS 4 masculinos	
NOME	EQUIPA
01 Fernando Chamaça	Casa da Moeda
02 Mário António	Tanges Clube
03 José Santos	Individual

VETERANOS 1 femininos	
NOME	EQUIPA
01 Anabela Carvalho	União Desp. Ponte Frieiras
02 Maria Judite	Adetas Odivelas
03 Isabel Maldonado	Casal das Figueiras

VETERANOS 2 masculinos	
NOME	EQUIPA
01 Jorge Reis	União Recreativa do Defendo
02 António Paulo	União Recreativa do Defendo
03 Augusto Esteves	G. Desp. Beir. Volunt. Aberra

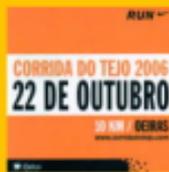
VETERANOS 5 masculinos	
NOME	EQUIPA
01 Francisco Fera	Clube Atlético Cultural
02 Armando Albuquerque	Sporting Clube Portugal
03 António Monteiro	União Recreativa do Defendo

Corrida do Tejo '06

Depois do sucesso alcançado em 2005, onde foi batido o recorde do número de atletas classificados, tendo-se a Corrida do Tejo assumido como a prova mais participada de sempre em Portugal, com classificações, o mote para 2006 mantém-se: organizar uma prova inovadora e que compile directamente com as melhores organizações internacionais, colocando na satisfação do atleta o objectivo último. A prova terá lugar no dia 22 de Outubro, pelas 10h05, mantendo-se o percurso ao longo da Av. Marginal, entre Aljés e Deiras, estando previstas algumas novidades, como a garantia de massagem no final da prova, a oferta de t-shirt Nike a todos os atletas, com lançamentos específicos para ambos os sexos, ou a alteração do local de entrega

de donos, que será numa tenda montada junto ao Palácio Ribamar (Biblioteca Municipal de Aljés), estando esta aberta entre as 9h00 e as 19h00, nos dias 20 e 21 de Outubro. As 6.000 inscrições possíveis estarão disponíveis até dia 19 de Outubro, na Internet, através do site www.corridadotejo.com, e nas lojas Nike e Sport Zone da área de Lisboa, além da Fundação de Geiras, único local onde serão aceites inscrições colectivas.

A organização volta também a contar com a colaboração da CP que oferece vouchers de transporte a todos os participantes, assegurando transporte gratuito na Linha de Cascais, antes e depois da prova. A organização garante ainda autocarros de ligação de meta para a estação da CP de Geiras. Poderá ainda beneficiar dos treinos para a prova, que decorrem no Estádio Nacional, durante as manhãs de Sábado, até dia 14, com início às 10h00. Com estes treinos, orientados por alguns dos melhores atletas nacionais, como Vanessa Fernandes, Rui Silva ou Francis Obiquevile, os participantes poderão testar e melhorar a sua performance, aproveitando depois o fácil percurso da Corrida do Tejo para baterem o seu recorde pessoal na distância. ♦



MAIS INFORMAÇÕES:
Tel. 214 408 541 | dd.evento@irm-deiras.pt | www.corridadotejo.com

Leirienses ganham 16 medalhas

TEXTO ADAL

Juventude Vidigalense no pódio colectivo. Em masculinos, no 2º posição, e em femininos no 3º lugar do pódio.

A pista Gémeos Castro em Guimarães foi palco dos campeonatos nacionais de juniores onde durante o passado fim-de-semana os leirienses conquistaram 12 medalhas individuais e 4 em estafetas. São muitos os destaques. Nas classificações colectivas encontramos as equipas da Juventude Vidigalense (JV) no pódio, em masculinos no 2º lugar com 120 pontos, só batida pelo S.L. Benfica que totalizou 185 e em femininos na 3ª posição com um somatório de 102 pontos. Venceu a Juventude Operária Monte Abraão (JOMA) com 195,5 seguida do S.C. Braga com 121 pontos. Se a estes resultados colectivos e individuais somarmos ainda os nacionais de juvenis a conclusão a tirar é que a JV continua a confirmar-se como um dos melhores clubes nacionais em todos os escalões.

Importante destacar que a Associação Distrital de Atletismo de Leiria (ADAL) foi uma das que maior número de clubes e atletas apresentou. O conceito de Pombal esteve representado pela A.C. Caniço com Edí Fernandes que alcançou a 4ª posição na prova de triplo salto. Do conceito de Análio registamos a presença de Nelson Moreira com o 5º lugar no lançamento do dardo em representação do C.A.A.S. de Santiago da Guarda. Já não deve faltar muito para começarmos a ver estes clubes a terem atletas a alcançarem meda-

lhas em campeonatos nacionais. O Clube de Atletismo da Marinha Grande, apesar de estar representado com apenas uma atleta, Catarina Rosa, a sua vitória no lançamento do disco reforça o seu estatuto bem como o seu clube e conceito no panorama atlético nacional.

Caldas da Rainha esteve muito bem representada pelos poucos, mas bons, atletas do Arnereme. Carlos Vicente foi o primeiro campeão nacional júnior dos campeonatos ao vencer o lançamento do martelo. É podiam ter sido dois se Ivo Vital, que venceu a meia-final dos 100 metros, com o melhor tempo do ano do seu escalão, não tivesse sido traído por cilibras nos gémeos. Dois jovens que continuarão a ser juniores na próxima época e que poderão lutar por objectivos mais ambiciosos... tal como Ana Ferreira que confirma ser uma das melhores corredoras de resistência com os seus 4º e 5º lugares dos 1.500 e 800 metros, respectivamente. Também nos 800 metros esteve a juvenil Cristiana Silva que foi vítima de um empunção e consequente desclassificação, talvez injusta. Também Bruno Patrão, campeão nacional de obstáculos na época passada esteve azarado já que foi forçado a abandonar por queda e lesão, a sua corrida de 3.000 metros com obstáculos. O conceito de Caldas da Rainha viu ainda mais um seu cidadão alcançar uma medalha, a de prata, no salto em altura, por João Almeida, que se encontra a representar a JV desde a época passada. O Arnerense fechou com "chave de prata" estes campeonatos, com Maria do Rosário Rodrigues a alcançar

o 2º lugar no lançamento do peso. Mais duas juniores de primeiro ano que, consequentemente, terão mais oportunidades na próxima época.

O conceito de Leiria foi o que melhores resultados apresentou. Para o Bairro dos Anjos a medalha de bronze nos 400 metros com barreiras por Daniel Gaspar e na estafeta feminina de 4x400 metros com quarteto formado por Sofia Carvalho, Mariana e Diana Morgado e Cátia Gaspar, repetindo a medalha de prata do nacional de juvenis. Mas foram os atletas da JV que somaram o maior número de medalhas, um total de onze medalhas. Muito bom. Destacamos as medalhas que têm um maior trabalho de equipa, as vitórias alcançadas nas estafetas de 4x100 metros femininos com uma equipa constituída por Fabiana Mota, Anna Olsson, Diana Gaspar e Cátia Gonçalves, e nos 4x800 metros masculinos com Miguel Ganhão, Cristiano Correia, Alexandre Sousa e Bruno Gualberto. Medalha de prata também para a estafeta de 4x400 metros para o colectivo formado por Joana Moreira, Cátia Gonçalves, Maria Frazão e Rita Santos. Individualmente houve mais três atletas da JV duplamente medalhados, os saltadores Vera Lavrador e Carlos Pereira vencedores da vara e da altura e que nos lançamentos do disco e do peso, respectivamente, mostram ainda resultados que lhes permitem alcançar as medalhas de bronze. E Anna Olsson que somou o ouro dos 100 metros planos à prata da mesma distância com barreiras. Também Bruno Gualberto alcançou o "bronze" nos 110 metros com barreiras. ◆

CAMPEONATOS NACIONAIS DE SUB23

Juventude Vidigalense no pódio colectivo feminino

TEXTO ADAL

Estafeta feminina de 4x100 metros da Juventude Vidigalense e Vera Lavrador alcançam os títulos nacionais para Leiria.

Realizaram-se na pista de Abrantes, durante os dias 8 e 9 de Julho, os campeonatos nacionais de sub23, masculinos e femininos, com a presença de um numeroso grupo de atletas leirienses e onde a Juventude Vidigalense esteve em maior destaque. A força do colectivo da JV fez-se sentir, uma vez mais, na vitória na estafeta 4x100 metros com uma equipa constituída por Juliana Neto, Anna Olsson, Diana Gaspar e Maria Frazão e, principalmente, na classificação final colectiva onde subiu ao 3º lugar feminino com 67 pontos, logo a seguir ao S.C. Braga e à Juventude Operária Monte Abraão. Em masculinos a JV ficou a 2,5 pontos do pódio ao somar 40 pontos, venceu o S.L. Benfica com 135 pontos, seguido da JOMA e do Sporting C.F. Para além da medalha de ouro da estafeta de 4x100 metros femininos a Juventude Vidigalense viu ainda vários dos seus atletas

alcançarem mais seis medalhas, uma de ouro, quatro de prata e uma de bronze. Vera Lavrador voltou a alcançar um título nacional no salto com vara, "pulando" 3,61 metros. Prata para Anna Olsson, nos 100 metros, com 12,24 segundos, Catarina Bastos (JV) nos 400 metros com barreiras, em 61,64 segundos e Liliana Viana no salto em altura com 1,68 metro. Em masculinos o único atleta de Leiria medalhado foi Carlos Pereira, no salto em altura, com um registo de 2,01 metros, longe do seu recorde nacional de 2,13 metros. A marchadora Carla Cequeira recebeu a medalha de bronze pelo seu registo de 1h06m14s21 na distância de 10 Km.

Nem só de medalhas se faz o atletismo leiriense. Foram vários os atletas que confirmaram o seu valor e que concluíram no bom, por vezes ingráto, 4º lugar. Em femininos na prova de 400 metros por Maria Frazão e Liliana Viana no triplo salto. Igual classificação para o quarteto da JV de 4x400 metros formado por Joana Moreira, Maria Frazão, Vera Lavrador e Diana Gaspar. A final dos 100 metros barreiras contou com a participação de Anna

Olsson e Diana Gaspar da JV que ficaram nos 4º e 5º lugares. Nos rapazes, Ivo Vital (Arnerense) confirmou ser o melhor júnior nos 100 metros com o seu 4º lugar, a 9 centésimos do pódio. Vítor Xavier nos 10 Km marcha e Bruno Gualberto nos 110 metros barreiras, ambos da JV, foram os restantes atletas que concluíram as suas participações na 4ª posição. No salto com vara Ivo Moraes (JV) transpôs a fasquia a 3,80 metros garantindo a 5ª posição tal como o seu colega de clube, Steve Patrício no lançamento do martelo. As estafetas de 4x100 e 4x800 metros da Juventude Vidigalense ocuparam a 5ª posição com Miguel Ganhão e Alexandre Sousa a participarem em ambas as distâncias. Na primeira completaram a equipa Steve Patrício e Sérgio Gomes e nos 4x400 metros registaram ainda a participação de Bruno Gualberto e Ângelo Araújo. Nos 400 metros barreiras masculinos Bruno Gualberto e Alexandre Sousa foram 2º e 3º classificados na 1ª série garantindo os 6º e 9º lugares. Para Ângelo o 5º e 13º lugares na sua participação nos 800 e 1.500 metros. Os corredores de resistência do Arnerense, Ana Ferreira e Daniel Mendinhos estiveram em bom plano nos 800 metros. Para Ana, o 8º e para Daniel o 10º lugares. No próximo fim-de-semana terá lugar em Seixal, pela segunda vez, o campeonato de Portugal, onde se espera que Vânia Silva confirme a sua presença no europeu. ◆

TORNEIO DO BAIRRO DOS ANJOS

Elevada participação a encerrar época de pista para muitos jovens

TEXTO ADAL

Esta competição volta a ficar assinalada pela queda de um recorde nacional desta vez em iniciados masculinos por Pedro Mossamedes da S.U.O. Vais da Figueira da Foz.

Um novo recorde nacional do hexatlo iniciados para Pedro Mossamedes, da S.U.O. Vais da Figueira da Foz, foi um dos momentos mais significativo do 13º Torneio de Provas Combinadas do Bairro dos Anjos, que se realizou na pista do Estádio da Marinha Grande, durante a tarde do passado sábado e manhã

de domingo. Apesar do forte calor que se fez sentir durante as duas jornadas, registamos a participação de mais de uma centena de jovens, em representação de 14 clubes pertencentes aos distritos de Leiria, Coimbra, Aveiro, Santarém e Lisboa. Para completar o cenário o INATEL fez disputar em simultâneo os seus campeonatos nacionais. Na tarde de sábado disputou-se o triatlo para os mais jovens, os benjamins onde saíram vencedores Jessica Galvão do Arneirense e Igor Rodrigues da Juventude Vidalgense. Durante os dois dias disputaram-se as provas para os restantes escalões.

Os mais pontuados em infantis foram Lídia Alberto e Bernardo Lopes ambos da JV, em iniciados alcançaram a vitória Pedro Mossamedes do S.U.O. Vais e Eva Vital do Arneirense. Em jovens os melhores foram Cátia Gaspar do Bairro dos Anjos e Darão Freitas da Casa do Foz de Alcanena. A classificação colectiva, elaborada com base no resultado do melhor atleta de cada clube por escalão e género foi liderada pelo Arneirense que totalizou 13.422 pontos seguido do clube organizador, o Bairro dos Anjos com 11.982 e do Clube de Atletismo da Marinha Grande com 10.866 pontos. ♦

XII TORNEIO DE LANÇAMENTOS DO JASC

Guarda recebeu a competição

Organizada pela Juventude Associativa de Santa Comba de Seix, com a colaboração da Associação de Atletismo da Guarda, realizou-se, em 15 de Julho, a competição relativa ao XII Torneio de Lançamentos do JASC. O dia esteve bom, a ajudar as provas dos vários atletas presentes na Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Guarda. No lançamento do disco, 750 Kg, bateu-se o recorde nacional (ver caixa pag. seguinte). ♦

TEXTO A.A.G.

INICIADOS femininos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Inês Rodrigues*91	Juv. Vidalgense	43,85 mts
	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Inês Rodrigues*91	Juv. Vidalgense	46,85 mts (recorde nat.)

INICIADOS masculinos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Tiago Pereira*91	Juv. Vidalgense	33,69 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Tiago Pereira*91	Juv. Vidalgense	32,60 mts

JUVENIS femininos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Cláudia Nóbrega	Grupo Desp. Estreito	45,03 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Maíra Marques*89	Juv. Vidalgense	36,65 mts

JUVENIS masculinos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Lúis Marques*89	Juv. Vidalgense	37,81 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Lúis Marques*89	Juv. Vidalgense	34,93 mts

JUNIORES masculinos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Pablo Marcilio*87	Juv. Vidalgense	38,14 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Pablo Marcilio*87	Juv. Vidalgense	3,32 mts

SENIORES masculinos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Dine Sousa*76	Juv. Vidalgense	48,42 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	David Santos*82	A.R.C. Bairro Valongo	35,63 mts

JUVENIS femininos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Maíra Marques*89	Juv. Vidalgense	33,62 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Maíra Marques*89	Juv. Vidalgense	3,32 mts

COLECTIVA

	ESCALÃO	PONTOS
01	Juventude Vidalgense	139

JUNIORES femininos

	NOME	ESCALÃO	ESTABELECIDA
01	Joana Moreira*87	Juv. Vidalgense	34,38 mts
	NOME <th>ESCALÃO</th> <th>ESTABELECIDA</th>	ESCALÃO	ESTABELECIDA
02	Joana Moreira*87	Juv. Vidalgense	23,28 mts

Associação de Atletismo da Guarda

CURSO DE FORMAÇÃO

JUIZES DE ATLETISMO

26, 27, 28 e 29 de Outubro de 2006

8300 - 700 Guarda
 Telefone e Fax: 271 221 721
 Telex: 967 888 790
 E-Mail: aa@atletismo.pt

Esta edição de formação, 27 de Outubro de 2006

ORGANIZAÇÃO
 - Associação de Atletismo da Guarda
 - Conselho de Arbitragem de A.A. Guarda

CO-ORGANIZAÇÃO
 - Conselho de Arbitragem da F.P.A.
 - Centro de Formação de Atletas da Zona Centro

www.aag.pt

LANÇAMENTO DO DISCO / 0,750 Kgs

Batido recorde nacional

A jovem iniciada feminina Inna Rodrigues⁹¹, a representar a Juventude Vidigalense, Clube filiado na Associação Distrital de Atletismo de Leiria, bateu o Recorde Nacional, ao efectuar 46,47 mts no segundo ensaio e ao estabelecer a marca de 46,85 mts no terceiro ensaio do Lançamento do Disco, 0,750 Kgs. Inna acabou por bater por duas vezes o seu próprio Recorde Nacional, no passado dia 15 de Julho de 2006, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Guarda, no decorrer do XI Torneio de Lançamentos que a Juventude Associativa de Santa Comba de Seia se propôs organizar na Guarda.

O anterior Recorde Nacional na disciplina, que já lhe pertencera, era de 44,38 mts e tinha sido estabelecido em 11 de Dezembro de 2005, na Marinha Grande. Este foi o primeiro Recorde Nacional batido na Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Guarda. ♦

12º PRÊMIO Nº SRª ASSUNÇÃO

O 12º Prémio Nº Senhora da Assunção teve lugar no passado dia 22 de Julho, em Leiria. A organização coube ao Núcleo de Atletismo da Casa do Povo daquela localidade. ♦

INFANTES masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	João Rodrigues	C. Rugby Juramenha	5:27
02	Luís Casquinha	G.D. Reguengo/Mateus	5:36
03	João Chiala	G.D. Reguengo/Mateus	5:47

INICIADOS femininos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Cátia Terra	C. Rugby Juramenha	7:48
02	Patrícia Fato	G.D. Reguengo/Mateus	8:04
03	Maria Mestriho	N.A.C. Povo Leiria	8:26

ABSOLUTOS femininos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Sandra Pinto	J. Op. Monte Abrado	10:14
02	Rosalind Tralucos	C. Fut. "Os Evesens"	11:23
03	Sandra Iabelinha	A.C.R. Povo Leiria	11:49

SENHORES masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Ricardo Ribas	Skoda	14:25
02	Edwin Kibet	Kenia	14:41
03	Julius Terehich	Kenia	14:54

INFANTES femininos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Erica Vidgal	C. Fut. "Os Evesens"	3:31
02	Flávia Vidgal	C. Fut. "Os Evesens"	3:38
03	Vaníla Santos	C. Fut. "Os Evesens"	3:55

INICIADOS masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Mário Barreiros	Grupo Desp. Diana	6:53
02	Fábio Tavares	C. Rugby Juramenha	7:09
03	Jorge Muecho	C. Fut. "Os Evesens"	7:52

JUVENIS masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Romilton Gonçalves	C.A. Luao Africano	10:54
02	Sérgio Nunes	C. Fut. "Os Evesens"	11:09
03	Bruno Reis	G.D. Reguengo/Mateus	11:14

JUNIORES masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	Vasco Casiano	Abrigo	17:21
02	Mário Fialho	Grupo Desp. Diana	19:28
03	Rui Borralho	N.A.C. Povo Leiria	20:53

VETERANOS masculinos

	NOME	ESCLPA	TEMPO
01	João Cardoso	Individual	17:14
02	Henrique Dias	C.A. Luao Africano	17:28
03	João Portela	Individual	18:17

I TORNEIO NACIONAL DE LANÇAMENTOS

Grandes provas em Castelo de Vide



Castelo de Vide acolheu, na estival tarde de 16 de Julho, o seu I Torneio Nacional de Lançamentos (Atletismo). O principal destaque vai para os lançadores do martelo de 7,26 Kgs, os mais pontuados pela tabela Luís Leite, Diário Manso (IOMM) com 975 pontos correspondentes a 70,76 mts e André Silva (GD Estreito) 927 pontos correspondentes a 64,03 mts e ao lançador de peso Marco Fortes (Sporting) que ao arremessar o engenho de 7,26 Kgs a 16,68 mts somou 893 pontos, marca que lhe conferiu o 3º posto no câmpus geral.

Do lado feminino foi também uma martelista a levar a palma. A recordista nacional Vânia Silva (Juventude Vidigalense) lançou o engenho de 4 Kgs a 62,73 mts (767 pontos) o que lhe permitiu ser considerada a melhor lançadora do torneio. No 2º lugar ficou outra recordista nacional, Teresa Machado (ICOD S. Miguel) que lançou o disco de 1 Kg a 53,74 mts somando 690 pontos e no 3º outra recordista nacional, a de dentro, que disputou o seu engenho de eleição a 50,31 mts, somando 652 pontos. Outro grande destaque da jornada vai para uma atleta iniciada (sub 15 anos), Inna Rodrigues (Juventude Vidigalense) que ao lançar o disco de 1 Kg a 40,14 mts voltou a bater o recorde nacional do seu escalão etário com este engenho. ♦

RESULTADOS COMPLETOS:
http://www.aadp.pt/2006/meet_limto_cvide_2006.htm



VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com



NOS TRILHOS DE PORTUGAL

PERCURSOS DE TREINO

JOAQUIM MARGARDO
quinnaced@portugalmail.com

Do Baleal ao Cabo Carvoeiro : Nas Praias de Rosalinda



Alastado que parece estar o terrível espectro que pairou sobre esta freguesia de Peniche, é precisamente em Ferrel e na sua bela praia do Baleal que concentramos este mês as nossas atenções. Daqui partiremos em direcção ao Cabo Carvoeiro, um trajecto linear na distância aproximada de 10 kms, totalmente plano na primeira metade e subindo depois, suavemente, até ao promontório que marca o ponto de chegada. É este o percurso de treino que lhe propomos, simultaneamente um passeio ao longo dum dos mais belos trechos da nossa Costa Atlântica e homenagem a uma "clássica" do calendário nacional, a Corrida das Fogueiras.

Estendida entre dois mares como se fosse uma ilha - e já o foi -, a Praia do Baleal é o ponto do partida. Enquanto nos aplicamos nos habituais exercícios de aquecimento, estendemos a vista ao longo da estreita língua rochosa a observarmos o casarão que se abriga na sua face sul. À nossa frente, até ao cerne de Peniche, estende-se um tapete vermelho, betuminoso, protegido dos ventos dominantes pela duna alfarresia. Durante quatro quilómetros, acompanharemos as formações arenosas que se interpoem entre nós e o admirável espectáculo do mar, apenas vislumbrado a espaços, colorido de tons de azul intenso ou de verde profundo.

A primeira parte termina numa rotunda ajardinada que distribui o trânsito pelas várias entradas da vila. Ai se encontra o monumento em honra de Nossa Senhora da Boa Viagem, autêntico ofertório em constante mutação, testemunho vivo dum gente cujos usos e costumes se encontram intimamente associados à fauna de pesca e indústrias adjacentes, ao cultivo dos campos, ao renfilar dos lidos e uma arraigada religiosidade popular.

"E em Ferrel, lá p'ra Peniche, vão fazer uma Central Que para alguns é nuclear mas para muitos é mortal" (...)

Fazendo apelo às imagens escondidas no mais recôndito de nós, relembramos o trajecto feito à noite durante a Corrida das Fogueiras, centenas de populares ao longo destas ruas e as fogueiras vivas a cada momento. Porém, este curto trecho do nosso percurso, lido de costureiros recantos e de casas baixinhas e modestas, não deixa de constituir uma destilado à luz do dia.

A rua corta a muralha que se estende do Forte, terminando num recinto abastardado em plena Península do Papão. À memória vem-nos o trágico naufrágio do galeão espanhol San Pedro de Alcântara, em 1796, quando regressava do Peru. Apenas 2 kms volvidos e a estrada já começa a subir, suavemente, deixando as casas para trás. Entramos no último trecho do nosso percurso e a placa indica agora a distância de 4 kms até ao Cabo Carvoeiro. A alfarésia à nossa direita está regleta de formas estranhas e dramáticas e lembra enormes monumentos desabados, fruto dos caprichos do mar, ora calmo ora quebrando-se em ondas ferreas nos rochedos.

O larol impenso está cada vez mais próximo e as Berlengas, possantes blocos graníticos ancorados a 8 milhas da costa, prendem agora a nossa atenção. Estamos no final do nosso treino. O ar marítimo invadido nas narinas e a brisa fresca e retemperadora é um verdadeiro bálsamo na fase de recuperação. Do lado Oeste impõe-se a Nau dos Corvos, impenso formação rochosa onde gaviotas e corvos partilham o espaço exiguo. Antes de partir, tempo ainda para uma ohalada sobre a vastidão do Oceano desde esse local mágico que é a Varanda de Pilatos.

O convite para vir a Peniche aqui fica. Aproveite um domingo de manhã, pelas 9h00, junte-se aos companheiros do clube Costa Brava - Uniseb e faça um treino mensalivél em excelente companhia. Para mais informações, contacte Francisco Fernandes através do 960 729 038. E bons treinos! ♦

3º CAMPEONATO DA EUROPA ATLETISMO INAS - FID

20 Medalhas para Portugal

Realizou-se, de 5 a 10 de Julho, em Dreux - França, o 3º CAMPEONATO DA EUROPA DE ATLETISMO, para atletas com deficiência intelectual.

Mais uma vez, a Seleção Nacional da ANDDM dignificou as cores da bandeira nacional, ao conquistar 20 Medalhas no total. O atleta Lenine Cunha bateu o Recorde do Mundo no Prova do Pentatlo, e Portugal bateu ainda 6 Recordes de Portugal.

MEDALHAS OURO

MODALIDADE	NOME	DEL.
Pentatlo Masculino	Lenine Cunha	3,988 pts. (Recorde do Mundo)
3.000m Obstac. Masc.	Paulo Pinheiro	10:05,26
Tripla Salto Masculino	Lenine Cunha	14,48 mts
Martelo Masculino	Ricardo Azevedo	33,48 mts

MEDALHAS PRATA

MODALIDADE	NOME	DEL.
100m Masculino	Lenine Cunha	11,30 mts.º
Complemento Masc.	Lenine Cunha	6,94 mts
Martelo Feminino	Maria Magalhães	25,64 mts
Disco Feminino	Maria Magalhães	27,27 mts
3.000 Marcha Feminino	Rosa Pires	22.15.51
Pentatlo Feminino	Maria Magalhães	1.853 pts.

MEDALHAS BRONZE

MODALIDADE	NOME	DEL.
1.500m Masculino	António Soares	4.10.46
3.000m Feminino	Lurdes Amador	11.32.21
10.000m Masculino	Paulo Pinheiro	34.48.76
400m Barreiras Masc.	Vitor Pires	59.36
3.000m Obstaculo Masc.	José Ricardo Silva	10.32.19
Altura Feminino	Maria Magalhães	7,25 mts
Altura Masculino	Lenine Cunha	7,75 mts
Disco Masculino	Ricardo Azevedo	35,20 mts
4x400m Masculino	Portugal Miguel Rodrigues/André Mateus/Lenine Cunha António Monteiro	3.34.72
Pentatlo Feminino	Carla Lisboa	1.491 pts.

Portugal foi a segunda equipa a conquistar mais medalhas atrás da Seleção da Polónia, durante o Campeonato da Europa de Atletismo. ♦

MUNDIAL DE ATLETISMO O DIÁRIO DOS ATLETAS POR

DIA 31 AGOSTO 2006

Portugal treina com motivação, Bicas voa com emoção

A pouco mais de 48 horas da competição, a Seleção Nacional continuou hoje os treinos em terras holandesas, entrando em prova entre os dias 3 e 10 de Setembro.

Os atletas têm-se empenhado nos seus treinos, incidindo estes nas questões mais técnicas, mas específicas, como salienta o atleta Lenine Cunha: "Os treinos têm servido para corrigir certos pormenores, porque todo o trabalho já foi realizado antes". Lenine Cunha possui a melhor marca mundial no salto em comprimento do ano de 2005 e espera este ano em Assen, no Campeonato do Mundo, conseguir o mesmo feito. Com o aproximar da competição, os atletas começam a sentir o nervoso próprio destes momentos, mas como acrescentou o atleta português: "O nervoso é bom, já começo a pensar nas provas e sinto aquele frio na barriga, mas sei que vou fazer o melhor possível".

Maria Magalhães, que entrará nas provas de sítio em comprimento e lançamento do peso, também se sente motivada e muito bem fisicamente. "Já sou atleta há 15 anos, mas sinto-me agora na minha melhor forma" referiu a atleta portuguesa.

O treinador Rui Carvalho, que participa pela primeira vez num Mundial para pessoas portadoras de deficiência e orienta Maria Magalhães e Ricardo Azevedo, no sector de lançamentos, tem larga experiência no atletismo regular e sente uma motivação extra para desempenhar as suas funções, afirmando que

"os atletas esforçam-se ao máximo e nós só podemos seguir o exemplo deles", acrescentando, igualmente, que "As meus atletas só lhes peço que mantenham a concentração e que estejam ao nível deles, se o fizerem poderão ser, pelo menos, finalistas".

Em termos logísticos, têm existido reuniões diárias dos Chefes de Delegação com a Organização e com o IPC. Como realça Jorge Carvalho, Chefe da Delegação Portuguesa, "é fundamental garantir as condições de alojamento, alimentação e transporte próprias a uma tarefa e preocupação fundamental dos atletas que é treinar e competir".

Nestas reuniões têm sido abordado o tema da cerimónia de abertura que irá ter lugar no próximo dia 2 em De Smelt, em Assen, junto ao Estádio Stadssbroek, no qual se vai desenvolver a competição.

Hoje, pelas 16h locais, teve lugar uma recepção de boas-vindas às delegações, evento conduzido por R.W. Munniksma, Mayor da comunidade Aa in Hunze, que agradeceu a presença de todos e a possibilidade de poder assistir a um evento desta categoria como é o Mundial de Atletismo.

O Chefe da Delegação Portuguesa, em nome de toda a equipa, ofereceu algumas lembranças, entre elas a Mascote do Movimento Paralímpico - Bicas, que o Mayor agradeceu e apresentou à assistência no fim do seu discurso, explicando o significado dos logótipos do SuperAtleta e do Bicas, enquanto, elementos que representam a superação das limitações. Amanhã, terá lugar, no período da tarde, a Assembleia-Geral do Atletismo, para discutir a estrutura desta modalidade para pessoas portadoras de deficiência, bem como, as matérias inerentes aos Jogos de Pequim 2008.

Amanhã decorre, igualmente, a Reunião Técnica, na qual se dará a conhecer o programa oficial da competição. ♦



FILE DE TREINO BARRAGEI ENTRE RICARDO AZEVEDO E LENINE CUNHA



TREINADOR RUI CARVALHO TRABALHA A TÉCNICA



MAIOR APRENDEU BICAS

COMPRAR, VENDER, TROCAR.

PEQUENO... MAS EFICAZ.

Agora, por apenas 2 EUROS,
pode publicar na A.M.M.A.

Basta enviar o que pretende comprar, vender ou trocar,
num máximo de 170 caracteres.

Envie o seu anúncio, junto com os seus dados,
(nome, morada, contacto telefónico
e forma de pagamento) para:

publicidade@anemmagazine.com

REGULAMENTOS: Clique no site de acesso para
ATLETISMO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS
111, 119A DA LARCA, 11 - Pº B | 2105-779 MADRARA
transferência bancária para o NIB
001200000126786042075 - Banco Millennium

ASSEN / HOLANDA TUGUESES

TEXTOS MARIA LANITA (FEDERAÇÃO PORTUGUESA DESPORTO ADAPTADO) / AMMA :: FOTOS JOSÉ JÚLIO ALVES

DIA 03 SETEMBRO 2006

Portugal obtém primeira medalha

Portugal entra com o pé direito neste Mundial de Atletismo, com Ricardo Vale a arrecadar a medalha de bronze nos 10.000m (Classe T11) com o tempo de 34:54.43. Carlos Ferreira obteve o 4º lugar com o tempo de 34:57.93. Nesta fase os quatro melhores atletas mundiais entram nas quotas de qualificação para os Jogos Paralímpicos de Pequim 2008. Destaque ainda para a passagem de Nuno Alves à final dos 1500m (Classe T11) que se disputará no dia 5 de Setembro às 18h35m. Amanhã entram em prova Carlos Lopes, Firmino Baptista e José Garneiro (100m T11), Lenine Cunha (salto em comprimento F20), Alberto Batista (1500m T54) e Gabriel Macchi (10.000m T12). ♦



RICARDO VALE NO PÓDIO



RICARDO VALE



PORTUGUESES LUTAM PELA MEDALHA DE BRONZE NO 10.000M



O SÓCICO NO PÁRAM

DIA 04 SETEMBRO 2006

Portugal no pódio

Lenine Cunha obteve hoje a medalha de prata no salto em comprimento na classe F20. O atleta português subiu ao pódio, levando mais alto o nome de Portugal.

Destaque ainda para Carlos Lopes que passou hoje às meias-finais da disputadíssima prova dos 100m T11. Esta terá lugar amanhã às 12h55m.

Em caso de apuramento para a final, esta terá lugar pelas 16h30m. Gabriel Macchi, que se estreou num Mundial, obteve o 7º lugar na final dos 10.000m T12.

Amanhã disputa-se o pentatlo com a participação de Gabriel Potts que se estreia nesta prova num evento desta importância. Nuno Alves entra em pista às 18h35m para participar na final dos 1500m T11.

Entram também em competição Maria Fernandes nos 100m na classe T38 e Maria Magalhães no lançamento do peso na classe F20. ♦



RICARDO VALE PELA 3ª VEZ

DIA 05 SETEMBRO 2006

Bronze que sabe a ouro

Gabriel Potts realizou hoje uma excelente exibição e alcançou o bronze no Pentatlo P12. Gabriel encontrava-se em 5º lugar antes da última prova, os 1500m, mas com uma prestação fantástica cortou a meta com o bronze nas mãos, alcançando um total de 2912 pontos. A cerimónia de medalhas realiza-se amanhã às 10h25m.

Destaque ainda para Nuno Alves que obteve o 4º lugar na final dos 1500m T11, tendo sempre controlado ao longo de toda a prova. Em 4º lugar ficou, igualmente, a equipa da estafeta 4x400m (Firmino Baptista, José Alves, José Garneiro e Gabriel Potts). Carlos Lopes atingiu também hoje a final B dos 100 T11, terminando, assim, no 5º lugar da classificação geral. O atleta português realizou uma excelente prova, com o tempo de 11.88, ficando apenas a um centésimo de segundo do 4º classificado, o brasileiro Felipe Gomes.

Maria Magalhães alcançou o 4º lugar no lançamento do peso classe F20 e Graça Fernandes obteve o 5º lugar na final dos 100m T38. Amanhã entram em prova Alberto Batista nos 100m T54, Ricardo Azevedo no lançamento do peso F20, João Correia nos 100m T52 e Gabriel Macchi na final dos 5000m T12. ♦



GABRIEL POTTS: BRONZE NOS 1500M





GABRIEL POTRA (À ESQUERDA), RICARDO AZEVEDO (NO CENTRO) E GABRIEL MACCHI (À DIREITA) EM ENTREVISTA

DIA 07 SETEMBRO 2006

Quedas prejudicam atletas portugueses

O dia de hoje foi marcado por duas quedas que afectaram alguns dos atletas portugueses que entraram em prova.

Na meia-final dos 200m T11, a chegada à meta foi marcada pela queda de vários atletas, o que prejudicou Firmino Baptista que tropeçou e caiu. Contudo, a prova irá ser repetida amanhã às 9h20m com a desqualificação do angolano José Armando que saiu da sua pista e provocou obstrução. Ricardo Vale alcançou o 4º lugar na final dos 5000m T11, sendo o melhor europeu em competição. Na mesma final, Nuno Alves e o seu guia Feliberto Pina também caíram e acabaram por desistir por lesão do guia.

Carlos Ferreira desistiu no início da prova, de forma a poupar-se para a maratona que se realiza no próximo domingo pelas 13h locais.

José Alves apurou-se para a final dos 400m T13 e Gabriel Potra apurou-se para as meias-finais dos 400m T12 que se realizam amanhã.

Maria Magalhães terminou em 7º lugar no salto em comprimento com a marca de 4,19 metros.

Amanhã entram também em prova Graça Fernandes na final dos 200m T38, Carlos Lopes, Firmino Baptista, Gabriel Potra e José Alves na estafeta 4x100, João Correia nos 200m T52 e Alberto Batista nos 200m T54. ♦



ESTAFETA 4x100m



JOELMA GONÇALVES COM A BARRAGEM À FINAL



GRACA FERNANDES ANTES DOS 200m

DIA 06 SETEMBRO 2006

4º dia de competição

Hoje entraram em prova poucos atletas portugueses, com destaque para Ricardo Azevedo que terminou no 4º lugar da prova de lançamento do peso F20, atingindo o resultado de 12,37 metros, ficando a apenas 4 centímetros do terceiro lugar. Gabriel Macchi terminou em 7º lugar na final dos 5000m com o tempo de 15 50.20, tirando cerca de 32 segundos à sua marca de inscrição neste Mundial.

Amanhã entram em prova Gabriel Potra nos 400m T12, José Alves nos 400m T13, Carlos Lopes, Firmino Baptista e José Garmiro nos 200m T11, Lenine Cunha na final dos 200m F20, Maria Magalhães na final do salto em comprimento F20, José Monteiro nos 800m T46 e Nuno Alves, Carlos Ferreira e Ricardo Vale na final dos 5000m T11. ♦



A ENTREVISTA DEPOIS DA PROVA



ENTREVISTA AO BARRAGEM PRESENTES



JOAO CORREIA

DIA 08 SETEMBRO 2006

Portugal na final da estafeta 4x100m

Portugal conseguiu esta tarde o apuramento para a final da estafeta 4x100m T11-T13 ao obter o terceiro melhor tempo (44.73) das meias-finais. Gabriel Potra, Carlos Lopes, José Alves e Firmino Baptista disputam amanhã a final desta prova, em que vão estar também presentes a Alemanha, o Brasil e a Espanha.

Depois do esforço resultante de ter de repetir uma meia-final após as queimaduras que sofreu ontem, Firmino Baptista apurou-se para a final B, na qual ficou em 4º lugar com o tempo de 24.42. A repetição desta prova deveu-se à queda conjunta dos atletas depois da obstrução provocada pelo angolano José Armando que acabou por ser desqualificado. Gabriel Potra, detentor do recorde do mundo nos 400m T12, conseguiu hoje o apuramento para a final B desta prova que se realiza amanhã.

Graça Fernandes atingiu um excelente 4º lugar na final dos 200m T38, batendo o seu recorde pessoal. José Alves terminou na 8ª posição na final dos 400m T13. Alberto Batista falhou a passagem às meias-finais dos 200m T54, mas conseguiu uma boa marca com o tempo de 29.13. João Correia não realizou os 200m T52, uma vez que não se sentia em condições, depois da amigalãte que sofreu.

Amanhã entram também em prova António Soares na final dos 1500m F20 e Odete Fúza na final dos 1500m T12. ♦

DIA 09 SETEMBRO 2006

Portugal de Ouro na estafeta 4x100m

Portugal conseguiu hoje a sua primeira medalha de ouro no Mundial de Atletismo que decorre até amanhã em Assen, na Holanda.

Depois de ontem à tarde terem conseguido o apuramento para a final da estafeta 4x100m T11-13, Gabriel Poiva, Carlos Lopes, José Alves e Firmo Baptista fizeram esta manhã uma prova perfeita e bateram a equipa brasileira por 4 centésimos de segundo, com um tempo final de 44.28.

No final, por entre risos e comoção, a delegação portuguesa festejou a vitória e a magnífica exibição dos atletas portugueses, entoando o Hino Nacional quando a bandeira subiu no mastro.

Durante a tarde, António Soares ficou em 5º lugar nos 1500m T20 com o tempo de 4.23.23 e Odete Pizaia ficou, igualmente, em 5º nos 1500m T12 com o tempo de 4.58.50.

Amanhã entra em prova Carlos Ferreira na Maratona que encerra este Mundial de Atletismo. Esta é a 12ª Maratona do atleta português que tem como guias Ricardo Mestre e José Santos. ♦



SERVIÇÃO ÀS 10 E 11H



OURO NA ESTAFETA 4x100m

DIA 10 SETEMBRO 2006

Prata na Maratona

Carlos Ferreira terminou da melhor forma a sua participação neste Mundial de Atletismo ao sagrar-se vice-campeão da Maratona Classe T11.

O atleta português obteve, assim, uma medalha de prata para Portugal, que se vem juntar às restantes 4 medalhas alcançadas pela seleção nacional que participou neste Mundial de Atletismo que decorreu até hoje, em Assen, na Holanda.

Carlos Ferreira fez uma excelente prova e correu com três guias: José Santos, Humberto Alves e Ricardo Mestre. ♦



IPC Athletics World Championships Assen

PRATA NA MARATONA

DIA 11 SETEMBRO 2006

A chegada

Enquanto parte da comitiva seguiu para o Porto, os restantes elementos chegaram ao aeroporto de Lisboa, debaixo de uma chuva de aplausos. Largas dezenas de pessoas aguardavam a chegada, entre elas vários dirigentes da FPOD e a Secretária de Estado da Reabilitação (notando-se, mais uma vez, a falta do Secretário de Estado do Desporto – era uma Seleção Nacional que chegava, não um grupo turístico). Mas foi a festa, foi a alegria, e mais uma vez os “Super Atletas” não deixaram de ser saudados como verdadeiros Campeões que o são. ♦



Assembleia Geral de Atletismo do IPC

Teve lugar no dia 1 de Setembro, pelas 13h locais, a Assembleia-Geral de Atletismo do IPC (International Paralympic Committee), no auditório da Província de Maa, em Assen, na Holanda.

Estiveram presentes 90 delegados, nos quais se incluíam diferentes NPC (Comitês Paralímpicos Nacionais) e IOPD (Federações Desportivas por Deficiência). Portugal esteve representado pelo Director Técnico Nacional, Jorge de Carvalho e o INAS-PO (Federação Internacional de Desporto para a Deficiência Mental) por José Costa Pereira, Vice-Presidente da ANDEM (Associação Nacional

de Desporto para a Deficiência Mental). Para além disso, estiveram presentes elementos do IPC e do Comité de Atletismo do IPC.

Estiveram em discussão matérias previstas na lei e nos Estatutos, para além, da nova estrutura do Comité Técnico de Atletismo. A presidir à Mesa estiveram o Presidente do IPC, Phil Craven e o Presidente do Comité Técnico de Atletismo, Chris Cohen. Phil Craven abordou o futuro do atletismo, do desporto e do Movimento Paralímpico e a importância da autonomia e independência dos desportos. ♦



FOTO JOSÉ COSTA PEREIRA

WOC / MUNDIAIS DE ORIENTAÇÃO

Portugueses com espírito de grupo e perto de

Foi em Aarhus, Dinamarca que decoraram os Campeonatos do Mundo de Orientação entre os dias 28 de Julho e 5 de Agosto.

A seleção portuguesa esteve presente com 6 atletas: Célio Molero (COC), Joaquim Sousa (COC), Marco Póvoa (ADRA), Tiago Aires (CPOC), Lúcia Magalhães (ADRA) e Maria Sá (GDAC) e um técnico: Alexandre Reis (ADRA). A comitiva incluiu ainda o delegado do congresso da IOF, Bruno Nizauro que apresentou à candidatura vencedora de Portugal ao MTB-WOC 2010, Mundial de Orientação em BTT. Numo organização de alto nível, com um acompanhamento mediático impressionante incluído mais de 100 jornalistas, produção de peças televisivas diárias de 45 min com a ajuda de uma dezena de câmaras espalhadas por toda a floresta, o ambiente criou foi excepcional em momentos extremamente emocionantes como a final de Sprint.

A organização adicionou ainda um extra a este Mundial com a criação de uma versão do jogo O-manager dedicado a este Mundial. Neste jogo, o jogador pode escolher uma equipa de atletas + treinador a partir de um determinado orçamento que aumenta ou diminui conforme os resultados dos atletas.

A prova aberta, WOC Tour com cerca de 2000 atletas, ajudou a atmosfera única pois as provas foram disputadas de forma a que não só os atletas do WOC Tour pudessem experimentar os mesmos terrenos que os do Mundial como também acompanhar in loco o desenvolvimento dos Mundiais.

Por neste ambiente fantástico que se disputaram os vários dias de competição em mapas que variavam bastante de tipo. Por um lado as provas eram muito rápidas com florestas de visibilidade excelente e uma densa rede de caminhos, mas por outro lado, tinham muito duros finalmente devido ao acumulado de dias com áreas repletas de promotores de relevo.

1º DIA QUALIFICAÇÃO PARA A DISTÂNCIA LONGA

No primeiro dia do Mundial, a participação portuguesa não conseguiu ter nenhuma atleta qualificada para a final. Com efeito, o dia foi dominado pelos finlandeses cujos atletas se qualificaram nos três primeiros lugares que em masculinos como femininos. Alentejo a sua capacidade técnica a uma forte complexidade física, não tiveram dificuldades em contornar o favorismo. O atleta português melhor classificado foi Tiago Aires (CPOC) em 25º lugar na sua manga, falhando a qualificação por 2 minutos numa prova em o vencedor da sua manga Thierry Gougeon demonstrou 27 minutos para concluir os 5,5 km do seu percurso.

Em masculinos, os atletas Joaquim Sousa (COC) e Célio Molero (COC) não foram além do 31º e 34º lugares respectivamente. Marco Póvoa não esteve em competição até aos dois as segundas da IOF apenas permitiu 3 atletas em cada ocasião por prova (reservas para medalhistas). Em femininos, a única atleta portuguesa que efectuou o seu percurso, Lúcia Magalhães (ADRA), ficou também fora da qualificação, classificando-se em 28º lugar.

2º DIA QUALIFICAÇÃO PARA A DISTÂNCIA MÉDIA

No 2º dia do Mundial, a prova de qualificação para a distância longa soube a pouco para a seleção portuguesa.

Marco Póvoa (ADRA) ficou a escassez 58s do apertamento para a final com o tempo de 1h15 min numa prova em que o vencedor da sua manga demonstrou cerca de 1h a concluir o seu percurso de cerca de 11 km. Os restantes atletas masculinos em competição no dia de hoje, Tiago Aires (CPOC) e Joaquim Sousa (COC) classificaram-se ambos em 24º lugar a cerca de 8 min da classificação em mangas cujo tempo dos vencedores foram de 58m e 1h respectivamente.

Em femininos, Lúcia Magalhães (ADRA) qualificou-se em 26º lugar o que foi suficiente para a qualificação, enquanto Maria Sá (GDAC) ficou desclassificada. A opinião de vários atletas portugueses aponta para um terreno duro e exigente fisicamente com relevo



de declive acentuado em muitas zonas apesar de, por outro lado, ser um percurso muito típico. A nível técnico, não houve dificuldade de adaptação pois existem bastantes semelhanças com os mapas portugueses.

3º DIA DIA DE DESCANSO

4º DIA DIA DE SPRINT (QUALIFICAÇÃO E FINAL)

Foi por 48 sgp, que Marco Póvoa (ADRA) não se qualificou para a final da prova de sprint. Perto do final, o atleta seguiu com um tempo suficiente para conseguir a classificação, mas uma distração na memorização do código do ponto, relegou-o para fora do grupo dos qualificados. Também Joaquim Sousa (COC) ficou a 61 sgp da qualificação.

Os restantes atletas, apesar do esforço, também não lograram alcançar tempos suficientes para se classificarem nos 15 primeiras posições da sua manga que lhes daria o acesso à final. Célio Molero (COC) classificou-se em 31º lugar enquanto que em femininos, apesar das diferenças para o grupo qualificado serem inferiores a 2 min., Maria Sá (GDAC) e Lúcia Magalhães (ADRA) ficaram-se pela 24ª posição das respectivas mangas. Ambas as provas de sprint (Qualificação e final) decorreram num parque adjacente à residência oficial de Vitor da Família Real Dinamarsa que esteve presente na Cerimónia de Abertura pela figura do Príncipe Frederico. Num terreno que variava entre zonas mais técnicas e pedradas de pura corrida, os portugueses tiveram pequenas dificuldades que não permitiram melhores resultados.

À tarde na final, em masculinos assistiu-se a um interessante despoje que levou a que os três primeiros classificados ficassem separados por 1,7 sgp. O domínio foi nórdico com o 1º lugar para Emil Wingstedt da Suécia e o 3º lugar para o dinamarquês Claus Bloch ocupando a segunda posição o sujo Daniel Hubmann. Hubmann com um parcial em 32º lugar a 2 pontos do fim detetu fora a possibilidade da medalha de ouro. Emil Wingstedt continua então invariável em prova de sprint. Não deusa de ser curioso o facto de que o dinamarquês Claus Bloch conseguiu a única medalha para a Dinamarca nestes Mundiais visto a 2 lrs do local da prova.

Em femininos, Simone Niggli-Ludler perdeu-o seu título do ano passado para a junior australiana sensação Han-

ny Abdon por 6s. Harry Abdon de apenas 20 anos, que já ganhou este ano uma medalha de ouro nos JWOC, fez história já que tornou-se na primeira atleta não europeia a ganhar uma medalha de ouro. O seu contentamento no final era visível enquanto Simone confessou que perdeu tempo no 2º ponto (38º parcial) e atribuiu o favoritismo à australiana. O terceiro lugar fora para a sueta Kaja Nilsen. Refira-se que a equipa sueca teve as suas 3 atletas nos 7 primeiros lugares.

5º DIA FINAL DE DISTÂNCIA LONGA

Num dia em que a seleção portuguesa não esteve em competição, as provas de 17,5 km nos homens e 11,7 km nas mulheres com 880 mts, e 595 mts, de desnível acumulado foram arduas levando indistintamente a uma série de problemas físicos para atletas como Valeriy Nevikov ou o vencedor da distância média, Holger Holt Johansen.

Por um lado foi uma oportunidade para confirmar o valor de Andrej Khanov e Marc Lauerstein, oficiais do ano passado pelo facto de terem passado uma parte significativa do tempo juntos o que indubitavelmente motivou um protesto da equipa sueca. No entanto, o russo Khanov não conseguiu repetir o ouro de 2005 quedando-se pelo bronze enquanto que o sujo venceu a prova e a prata ganhou no lapso em 2005. Por outro lado o vencedor Jani Lukarenski que ganhou um assom de 21 anos para a finaliza em melhora de medalha de ouro em distância longa apanhou o francês François Gonon que recuperou de 38º lugar para o final 6º lugar. Nas mulheres, a suja Simone Niggli-Ludler voltou ao ouro conquistando a sua 11ª medalha de Ouro em Campeonatos Mundiais sendo o segundo lugar ocupado pelo norueguês Marianne Andersen.

A medalha de bronze ficou para a checa Dana Brodskova.

6º DIA DIA DE DESCANSO

7º DIA FINAL DE DISTÂNCIA MÉDIA

No sétimo dia do Mundial, Simone Niggli-Ludler venceu mais desta vez com apenas 23 segundos de avanço para Marianne Andersen que reperiu o ouro da distância longa. Simone passou com apenas 15 s de vantagem no último ponto de controlo televisado mas ganhando os últimos 5 pontos conseguiu dilatar a vantagem e atingir uma dúzia de medalhas de ouro em Mundiais, valor este apenas superado pela seleção da Suécia. O russo, Simone acabou já ganhou mais medalhas do que as patas como Noruega e Finlândia com forte tradição na modalidade.

Em masculinos, deu-se uma surpresa para muitos com mais um empolgante final. O norueguês Holger Holt Johansen venceu com uma prova regular apesar de ter ganho apenas um parcial pois como confessou no fim, o terreno era quase perfeito para ele e as coisas correram-lhe bem. O vencedor estava visivelmente emocionado no fim pois teve de esperar até ao fim para acreditar no ouro. Dado que tinha partido cedo, foi uma espera ansiosa e com alguns alhos e balões.

O norueguês admitiu que por momentos pensou que não teria hipótese de ganhar nem sequer uma medalha quando os atletas mais fortes começaram a passar com melhores tempos do que o dele no ponto de espectadores. Quando o russo Valeriy Nevikov, que chegou a ter 1 minuto de vantagem em relação ao vencedor, perdeu tempo com um parcial em 42º lugar (em 45) conseguiu a acreditar novamente no ouro. Thierry Gougeon, triplo vencedor da média nos últimos 3 anos ficou-se pela 4ª posição enquanto que o podium foi completado por Jarkko Huuvala (2º PR) e Steve Stevenson (3º GR).



duas finais

8º DIA DIA DE ESTAFETAS

Não dá em que os grandes vencedores foram os russos, com duas excelentes prestações de Andrey Khramov e Valentin Navikov. Portugal foi desclassificado desta prova.

Após a prova de Marco Póvoa (ADFA), que se queitou de uma indisposição física impeditiva de um melhor resultado, Tiago Alves (CPOC) partiu confiante mas

uma pequena confusão com a memorização do código do ponto fez com que fosse desclassificado. Joaquim Sousa (COC), apesar de ter sido informado da desclassificação na passagem pelo ponto de expectações, não deixou porém de se esforçar e levar a prova até ao fim.

Os lugares do pódio foram completados com as seleções da Suécia e Finlândia em 2º e 3º lugar respectivamente. Enquanto que a Suíça que acabou o 1º percurso na frente ficou relegada para o 4º lugar com a sua prova de Marc Luserstein (partiu na longa). Em femininos, mais uma vez o domínio foi nórdico com Finlândia 1, Suécia (2) e Suíça (3) nos 3 primeiros lugares. Refira-se à excelente prova da junior australiana na Henry Allston que recuperou mais

de 6min, à sua equipa passando do 14º lugar para o 4º lugar final.

Não global, a Suíça foi o país mais medalhado do Mundial segundo por Finlândia, Noruega e Suécia o que confirma o poderio destes países nórdicos. Para o nosso país, segundo o seleccionador Alexandre Reis, o balanço foi positivo. O espírito de grupo foi mantido e apesar de terminar do par forma, Portugal esteve à beira de 2 finais perdendo por muito pouco a oportunidade de uma participação brilhante. O Mundial terminou com um banquete em que o convívio, a animação e a boa disposição de todos foi notória. ♦

JWOC 2006 / CAMPEONATO DO MUNDO DE ORIENTAÇÃO DE JUNIORES

Participação lusa irreprensível

Decorreu do 2 a 9 de Julho de 2006, na cidade de Druskininkai na Lituânia, a edição 2006 do Campeonato do Mundo de Juniores, onde Portugal se fez representar por uma delegação constituída por três atletas masculinos (Miguel Silva, André Ramos, e Alexandre Alvarez), 1 feminino (Patrícia Casalinho) e um técnico (Rui Ferreira).

Excelentemente organizado quer em termos logísticos como em termos técnicos, a cidade elegida para os eventos teve um local ideal para a prática da modalidade e, não menos importante, com condições excelentes para desenvolver toda a componente social inerente.

Já com o novo formato, o JWOC iniciou com a prova de sprint num mapa que por si só convidava a correr. Druskininkai é toda ela uma cidade verde com extensas áreas de jardins, resultando daqui um mapa urbano todo amarelo e branco aordenhavo-se, a título de exemplo, ao parque da cidade do Porto, com a inclusão dos edifícios a meio. Com uma extensão de 3,1 kms para os homens e 2,5 kms para as mulheres, esta prova teve como cenócoro o suéco Mikael Kristenson (1:14.4), com uma média impressionante ao quilómetro de 3.47, e a norueguesa Ingunn Wetten Hultgen (1:04.8), também esta, com uma média muito boa de 4.19km.

O melhor atleta português foi o Miguel Silva que conseguiu um 7º lugar, com 13.36,1, numa média de 4.23km, ficando assim a 152 da liderança. A única atleta portuguesa em prova, a Patrícia Casalinho, arreadou igualmente um brilhante resultado, 87º lugar, a 3.23 da norueguesa medalha de ouro nesta prova.

Na distância longa ocorreu no dia seguinte, o vencedor da edição 2005 nesta prova, o norueguês Claas Lundanes não conseguiu bater o seu colega e compatriota Anders Skarhoit, que o deixou a mais de dois minutos no segundo lugar. Afimando-se já como uma das atletas mais bem preparadas para esta distância, a Australiana Henry Allston arreadou aqui o seu primeiro título mundial ao realizar o seu percurso de 8.6km em 53:57, deixando a norueguesa Betty Nilson a 4.32 no segundo posto. Quanto aos portugueses, o Miguel foi outra vez o atleta melhor classificado, 90º lugar, a mais de 30 minutos do norueguês vencedor. Fazendo aquilo que lhe competia, como de acordo com o seu nível de rendimento, a Patrícia realizou o seu percurso em 98:41, classificando-se assim em 95º lugar a mais de 40 minutos da liderança.

Num mapa semelhante ao da longa decorreu a qualificação da distância média onde a prestação nacional não foi mais longe do que um apuramento para a final C nos homens e a final B nas mulheres, devendo-se este resultado à especificidade deste terreno que se caracteriza fundamentalmente por floresta muito fechada e por consequente de visibilidade reduzida. Requerendo um domínio muito apurado das técnicas de navegação, a nossa participação não poderia perspectivear melhor resultado face à ausência de terrenos semelhantes para treino e preparação deste campeonato. Outra das condicionantes foi o nível de competitividade demonstrada pelos atletas presentes

cujo crescimento, desde alguns anos a esta parte, tem vindo a ser notório.

Este nível elevado de competitividade ficou bem demonstrado na final A da distância média, encontrando-se os sete primeiros atletas no mesmo minuto e, mais curioso ainda, o primeiro lugar a ser ocupado por dois atletas em simultâneo, com 25:09 cada, num percurso de 4,7 kms, resultando daqui uma média muito rápida para o tipo de terreno encontrado, 5:27km. A surpresa veio mesmo do checo Jan Benes que conseguiu igualar o tempo do dinamarquês Soren Bobach com provas já dadas neste desporto. Partindo com o potencial 25, representando o posto obtido no ano transacto, a prova de estafeta foi realizada num mapa terreno semelhante aos do litual do nosso país que se caracterizam por floresta com acidentes de baixo relevo, de 20 a 30 metros de altura, e com visibilidade razoável a elevada. Esta será uma das razões que levaram à magnífica prestação obtida pelos atletas portugueses, conseguindo mesmo ficar à frente de seleções como as de Eslováquia, Austrália e Nova Zelândia, entre outros. Mesmo a vitória Ispanha que no ano passado venceu a nossa seleção, aqui Portugal deu mais de 30 minutos à primeira equipa espanhola, deixando a segunda a mais de uma hora. Surpreta foi a vitória da seleção de Estónia nos homens ao bater os nórdicos por menos de dois minutos e não menos surpreendente a vitória nas mulheres por parte da seleção Russa, ficando a menos de um minuto da Suécia que alcançou o segundo lugar do pódio.

Baseados no nível que a modalidade atravessa no nosso país, os objectivos estabelecidos para esta participação foram de uma forma cabal cumpridos. Referimo-nos não só aos resultados competitivos mas também à componente social que deve reger uma representação nacional num evento desportivo de índole mundial. Protagonizando uma conduta correcta a estes dois níveis, é com um elevado nível de satisfação que registou uma participação irrepreensível dos nossos jovens atletas pelo que, através do seu esforço, em muito dignificam a bandeira Portuguesa. ♦

RLA FEMININA

MENOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

ESTAFETA masculinos (3,6km + 3,0km + 3,0 km)		
POS.	PAIS	TEMPO
01	Estónia	1:38:42
02	Suécia	1:40:21
03	Noruega	1:40:40
04	PORTUGAL	1:51:33

ESTAFETA femininos (3,6km)		
POS.	PAIS	TEMPO
01	Rússia	1:14:35
02	Suécia	1:15:26
03	Finlândia	1:15:37

SPRINT masculinos (3,6km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	M. Kristenson	Suécia	11:44
02	Patrick Karlsson	Suécia	11:53
03	Ruslan Gribov	UKR	11:55
04	Miguel Silva	PORTUGAL	13:36
05	André Ramos	PORTUGAL	15:38
06	A. Alvarez	PORTUGAL	1:52:21

SPRINT femininos (3,6km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Ingunn Wetten	Noruega	19:46
02	Henry Allston	Austrália	19:50
03	Eva Swenson	Suécia	19:25
04	Patrícia Casalinho	PORTUGAL	14:19

DISTÂNCIA LONGA masculinos (12,4km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Anders Skarhoit	Noruega	1:19:41
02	Olav Lundanes	Noruega	1:19:22
03	Markus Vuorepo	Estónia	1:18:58
04	Miguel Silva	PORTUGAL	1:44:15
05	André Ramos	PORTUGAL	1:47:06
06	A. Alvarez	PORTUGAL	1:52:21

DISTÂNCIA LONGA femininos (8,6km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Henry Allston	Austrália	53:57
02	Betty Ann Nilson	Noruega	58:35
03	Elin Skartnes	Suécia	1:00:14
04	Patrícia Casalinho	PORTUGAL	1:38:41

MÉDIA FINAL A masculinos (4,1 km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Jan Benes	República Checa	25:09
02	Soren Bobach	Dinamarca	25:09
03	Olav Lundanes	Noruega	25:14

MÉDIA FINAL A femininos (3,6 km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Betty Nilson	Suécia	26:20
02	Ulrika Ustila	Finlândia	26:39
03	Sigrn Klöning	Dinamarca	26:57

MÉDIA FINAL B femininos (3,6 km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Karine Harnesic	Franga	24:55
02	Fabienne Stucki	SW	25:39
03	Patrícia Casalinho	PORTUGAL	44:33

MÉDIA FINAL C masculinos (3,6 km)			
POS.	PAIS	TEMPO	
01	Emilien Schwab	Franga	22:58
02	André Ramos	PORTUGAL	27:27
03	A. Alvarez	PORTUGAL	34:54

EYOC '06 / CAMPEONATO DA EUROPA DE ORIENTAÇÃO DE JOVENS

Diogo Miguel em grande destaque

Decorreu na Eslovénia o Campeonato da Europa de Orientação de Jovens, destinado a jovens sub-18 e sub-16.

Numa competição dominada pelos atletas de Leste que se superiorizaram quase sempre aos favoritos nórdicos, houve também um português a destacar-se e a conseguir o melhor resultado de sempre da Orientação portuguesa: um 4º lugar.

Diogo Miguel, do Ori-Estarreja, que venceu esta época a Taça de Portugal de Orientação em juniores apesar de ainda ser juvenil, voltou

agora a dar provas do seu enorme potencial para uma carreira de sucesso na Orientação, com o 4º lugar obtido na disciplina de sprint do Europeu de Jovens, na categoria de sub-18.



Diogo Miguel cumpriu o seu percurso em 11:55, mais 29 segundos do que o vencedor búlgaro Ivan Sinyakov numa categoria onde estiveram presentes 84 atletas de 30 nacionalidades.

A equipa portuguesa foi composta por:

- D16 - Mariana Moreira, Isabel Sá e Joana Costa
- H16 - Mário Baptista, David Sayanda e Paulo Pereira
- D18 - Andreia Silva, Raquel Cardoso e Catarina Ruivo
- H18 - Jorge Fortunato, Tiago Romão e Diogo Miguel ♦

CAMPEONATO DO MUNDO DE ORIENTAÇÃO EM BTT

Portugal recebe o evento em 2010

A prova-índice anual da orientação em BTT (e-BTT), umas das quatro disciplinas integradas na Federação Internacional de Orientação (www.orientierung.org), terá palco, em meados de 2010, nos montados alentejanos, próximo do norte da Costa Vicentina. Será o 8º Campeonato do Mundo, cuja candidatura foi aceite, no decorrer de outra prova internacional na Dinamarca, no início de Agosto último. Será mais um evento de elevado nível à responsabilidade da FPO, depois de também lhe ter sido confiada, para o ano de 2008, o Campeonato do Mundo de Velocidade em Orientação pedestre.

A aceitação da candidatura foi fruto do reconhecimento que o organismo internacional que tutela as federações de orientação (IOF) tem pelo valor na boa organização dos eventos internacionais anteriores, na evolução da modalidade em Portugal e das participações de vários atletas nacionais em todos os campeonatos do mundo da disciplina.

Desta vez, Portugal esteve presente entre 7 e 14 de Julho, com uma selecção constituída pelos atletas de elite que disputam nos campeonatos nacionais, tendo sido constituída por 6 homens e 2 mulheres.

As provas foram disputadas no país do Pai Natal, dos lagos e das saunas, a 600 kms a norte da capital, Helsingfors (<http://www.eyoc2006.orientierung.org>). Joernsua, além de receber o Campeonato do Mundo de e-BTT, também realizou a prova mítica "FIN5" e o Campeonato do Mundo para os atletas em cadeiras de rodas (Trail Orienteering). Foi uma semana em que se respirou orientação em três das quatro disciplinas da modalidade (fôzo a fôzo o ski), com a presença de mais 5000 participantes.

A competição de e-BTT foi dividida em quatro dias: qualificação para a distância longa; final da distância média; finais A e B da distância longa; estafetas. Para o ano de 2007, na República Checa, será incluída mais uma prova (sprint), com tempo estimado para o primeiro classificado de 20 minutos. A equipa das quinas leva uma participação discreta. Fruto das diferentes áreas de competição que ostenta belas peculiaridades paisagísticas, difíceis para a prática da modalidade (características das florestas nórdicas), comparativamente às existentes no nosso país, exigem dos atletas uma primeira adaptação ao terreno-mapa-escala.



MUNDAL DE BTT NA FINLÂNDIA. DA ESQ. PARA À DIR.: ANDRÉ TEIXEIRA, DIAGO, TIAGO LOPES, CARLOS RODRIGUES MARQUES, ANTONIO VASILAS PONTES, DIOGO DANIEL MARQUES, DIOGO MARQUES MARTINS, ANTONIO CARLOS FREITAS (MUNDAL), DIOGO MOURÃO ♦

É de realçar o 4º lugar alcançado pelo atleta Daniel Marques do COC, na final B da distância longa e o 40º lugar na prova de distância média. Também nas estafetas masculinas se destacou o bom 12º lugar da selecção portuguesa entre 25 países presentes.

As disputas dos títulos nas classes masculinas, foi gladiado entre os atletas russos e os finlandeses, que estavam a jogar em casa. Nas classes femininas foram várias as galardoadas oriundas de distintas nações (Suíça, Finlândia, Áustria, ...). Depois de mais um enriquecedora experiência a competir com os melhores atletas da modalidade, resta partilhar e preparar as próximas épocas, com vários eventos nacionais e internacionais (ver caixa) ♦

CALENDÁRIO PRÓXIMAS PROVAS

ÉPOCA 2006/2007

DATA	PROVA	LOCAL
28 e 29 OUT. 06	1 ORI BTT Cidade da Trofa	Trofa
25 e 26 NOV. 06	1 Trofeu O-BTT do CRA	Sintra
30 e 21 JAN. 07	Trofeu CRM	Aldeia do Meco
03 e 04 FEV. 07	O "O"-BTT do CPOC	Alenquer
10 e 11 MAR. 07	Campeonato Nacional de O-BTT	Albergaia dos Dore
12 e 13 MAIO 07	1 GP O-BTT do GCF	Figueira Foz
26 e 27 MAIO 07	Campeonato Ibérico de O-BTT	Grândola
09 e 10 JUN. 07	Prova FEDO	(a designar)

VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com



PENTATLO MODERNO NOS BOMB. VOL. DAS CALDAS DA RAINHA

Objectivo: a consolidação da modalidade

HISTÓRIA

A Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários das Caldas da Rainha completou no passado dia 14 de Setembro o seu 111.º Aniversário e a sua missão, assegurada pelo Corpo de Bombeiros Voluntários constituído por 120 homens e mulheres é responder às solicitações de socorro da população dos 296 Kms da sua área de actuação própria, ou seja o concelho das Caldas, nas mais variadas áreas: incêndios, saúde, socorros a naufragos, entre outros.

NÚCLEO DE PENTATLO

O Núcleo de Pentatlo Moderno surgiu no ano de 2004 através de uma proposta do actual coordenador, tendo como intermediário o coordenador da piscina da Associação, até então sem qualquer tipo de actividade externa. A proposta foi aceite e logo na época 2004/2005, os Bombeiros fizeram-se representar em todas as competições do calendário desportivo. No início eram cinco os atletas, na época de 2005/2006 foram dezasseis os atletas inscritos.

O Núcleo ainda se encontra numa fase embrionária, apontando-se a sua consolidação para a próxima época desportiva que em breve se inicia. O objectivo inicial foi proporcionar aos filhos dos Bombeiros e funcionários a ocupação dos tempos livres, tendo por base a prática de uma actividade desportiva pluridisciplinar, aberta também à população em geral no segmento etário dos 8 aos 20 anos.

O Pentatlo Moderno infelizmente é uma modalidade pouco divulgada, sendo muitas vezes con-

fundida como sendo "aquele da bicicleta, natação e corrida!", o que torna muito difícil despertar interesses para apoios e patrocinios.

A Associação conseguiu estabelecer algumas parcerias nomeadamente com a Escola de Sargentos do Exército, a qual disponibiliza a sala de armas para execução do tiro e esgrima e com o Centro Equestre Vale da Cela para realização das sessões de hipismo.

OS ATLETAS

São 16 os atletas inscritos no Núcleo, com destaque para os internacionais Luis Martins (medalha de bronze nas estafetas no Campeonato da Europa de Juniores A que se realizou em Melina em 2004) e Sara Domingos que, entre várias participações internacionais, destaca-se a participação, no passado mês de Abril, no Campeonato da Europa de Juniores que se realizou no Vinheiro. Entre os restantes atletas existem alguns campeões nacionais, nomeadamente nos escalões mais jovens.

RECURSOS HUMANOS

Pedro Rezendes, licenciado em Desporto na variante de Treino Desportivo, é o fundador e Coordenador do Núcleo, assegurando também o cargo de dirigente e treinador das disciplinas de tiro e natação.

A esgrima e corrida são asseguradas por José Coimbra, credenciado com o Curso de Instrutores de Esgrima da Federação Portuguesa de Esgrima.

O hipismo é assegurado por Luis Real, no Centro Equestre Vale da Cela. ♦

PRÉMIOS ANUAIS F.P.P.M. 2005/2006

A Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno designou um Juri de Apreciação para o apuramento dos vencedores dos Prémios Anuais F.P.P.M. 2005/2006.

A sua constituição foi a seguinte:

- Manuel Borroso – Presidente da F.P.P.M.
- Luis Chitas – Treinador Nacional de Tiro da F.P.P.M. e Capitão da Selecção Júnior;
- José Maria Paula Santos – Membro do Comité Técnico da U.P.M.
- João José – Presidente da Associação de Atletas de Pentatlo Moderno

Os resultados finais são os seguintes:

PRÉMIO "ATLETA DO ANO"

JOIANA NUNES

Júnior (Clube Natação da Amadora)

PRÉMIO "SUPER JOVEM DO ANO"

FILIPA NÁCIO

Juvenil (Clube Natação da Amadora)

PRÉMIO "REVELAÇÃO DO ANO"

SARA DOMINGOS

Júnior A (Bombeiros V. Caldas da Rainha)

PRÉMIO "CLUBE DO ANO"

COLEGIO MILITAR

PRÉMIO "TREINADOR DO ANO"

BRUNO CARVALHO

(Federação Port. do Pent. Moderno)



CAMPEONATO NACIONAL DE TRIATLO LONGO

Homem de Ferro, em Idanha-a-Nova

Pedro Gomes e Cláudia Martins
Campeões Nacionais de Triatlo Longo.

Deputou-se em Idanha-a-Nova o Homem-de-Ferro 2006. Esta edição da prova organizada pela empresa Penha Aventura definiu os Campeões Nacionais de Triatlo Longo.

A prova contou com a presença de perto de uma centena de atletas de diversas nacionalidades. O primeiro atleta em destaque foi o espanhol Clemente Alonso que saiu sozinho da Barragem Matechal Camora onde se disputaram os 1000 metros que compunham o segmento inicial da prova. Na sua encalço surgiram dois atletas da IPODEC/Tr- Oeiras: Tiago Neves e Pedro Gomes.

Na competição feminina Cláudia Martins (IPODEC/Tr- Oeiras.com) era a primeira atleta feminina no final do primeiro segmento.

O segmento de ciclismo ficou marcado pelo forte vento que se fazia sentir que a espaços dificultou a vida aos triatletas. Esse segundo segmento (90Km) ficou marcado pela excelente exibição de Pedro Gomes que alcançou o Espanhol Clemente Alonso, colocou-se na liderança da prova e foi ganhando tempo para os principais adversários. Em bom nível rodaram também um trio onde estava o espanhol Fernando Aja, Sérgio Dias (Tr-Oeiras) e Custódio António (SR Camarnal-C. Ramalho-Couto-IRA) que depois de saírem da água algo atrasados foram

ganhando tempo para os directos perseguidores de Pedro Gomes.

No início do segmento de corrida (21Km) Pedro Gomes (um bom corredor) parecia ter todas as condições de garantir o seu primeiro título nacional absoluto. Apesar de o tempo calor isiano não se ter feito sentir com a intensidade habitual ainda se registaram algumas deslincias. As mais significativas foram as do Campeão em título, Sérgio Marques (IPODEC/Tr- Oeiras.com) e de Clemente Alonso, ainda que por motivos diferentes.

Na competição feminina a portuguesa Cláudia Martins veio a perder a liderança para a espa-

nhola Inmaculada Pereira que passou a liderar a prova perto do Km 30 do segmento de ciclismo. Já no final do segmento de corrida a portuguesa foi ultrapassada por Ruth Alvarez ficando na terceira posição absoluta mas revalidando o título de Campeã Nacional de Triatlo Longo.

Pedro Gomes manteve o seu avanço sobre os adversários e no final juntou a vitória absoluta ao título de Campeão Nacional de Triatlo Longo. O espanhol Ifigo Perez-Nieves e o italiano Frederico Grisolie sucederam-lhe nos lugares de pódo. ♦

ABSOLUTOS masculinos		
	nome	equipa
01	Pedro Gomes	IPODEC/Tr-Oeiras.com
02	Custódio António	IPODEC/Tr-Oeiras.com
03	Sérgio Dias	Tr-Oeiras

SUB-23 masculinos		
	nome	equipa
01	Pedro Gomes	IPODEC/Tr-Oeiras.com
02	Tiago Neves	IPODEC/Tr-Oeiras.com
03	Edgar Martins	Casa Benfica Fundão

V1 masculinos		
	nome	equipa
01	Luk Filippe Lopes	Oeiras Sport Clube
02	António Evidreira	Tr-Oeiras
03	Carlos Cunha	IPODEC/Tr-Oeiras.com

ABSOLUTOS femininos		
	nome	equipa
01	Cláudia Martins	IPODEC/Tr-Oeiras.com

SENIORES masculinos		
	nome	equipa
01	Custódio António	SR Camarnal C. Ramalho-Couto-IRA
02	Sérgio Dias	Tr-Oeiras

SENIORES femininos		
	nome	equipa
01	Cláudia Martins	IPODEC/Tr-Oeiras.com

V2 masculinos		
	nome	equipa
01	António Moura	Casa Benfica Fundão
02	Francisco Amian	IPODEC/Tr-Oeiras.com
03	João Santos	ABV Estoril

TRIATLO DA AMIZADE

Desportivismo entre Portugal e Espanha

As expectativas em torno do Triatlo da Amizade não foram defraudadas. Assente no valor da Amizade entre Portugal e Espanha esta prova contou com a presença de 82 atletas individuais e 32 estafetas. O palco da prova foi a zona fronteiriça de Vila Nova de Cerveira. Os atletas recrearam os ataques Napoleónicos e às 09:00 cruzaram o Rio Minho na direcção de Portugal.

O primeiro segmento (1500 metros de natação) foi dominado pela jovem triatleta da Seleção Espanhola de Triatlo Saleta Castro. Após dela um grupo de atletas masculinos onde se incluía o primeiro português: Rafael Gomes (Amicido de Grândola). Com diferenças muito curtas entre eles os triatletas foram subindo à plataforma flutuante que dava acesso ao Ferry-Boat através do qual os atletas subiam para a Marinha de Vila Nova de Cerveira.

Os principais favoritos ao triunfo final saíram relativamente próximos dos lugares da frente e rapidamente se chegaram a Rafael Gomes que a liderança a prova. Atrás dele seguiram Francisco Jimenez, Israel Tapias e Miguel Garcia. Com segmentos de BTT de grande nível

iam recuperando posições alguns portugueses, nomeadamente José Mário Ribeiro e Custódio António (S.R. Camarnal - Construções Ramalho Couto - IRA). A meio da segunda volta ao desafiante e espectacular percurso de BTT (27 Km) a prova era já liderada com algum confort por Francisco Jimenez nos homens e Nerea Martinez nas senhoras. Na segunda transição, José Mário Ribeiro era já o primeiro português. Já Custódio António e Rui Dolores atrasavam-se um pouco, vítimas de um engano no percurso de BTT. O segmento de corrida final levou os atletas a cruzar as ruas de Vila Nova de Cerveira, a correr dentro do fosso do Castelo de Lobeixe (de onde, em 1809, a esposa de um Sargento Português disparou um tiro de canhão que destruiu os Paços do Cabedal situado na margem direita do Minho e afugentou os franceses), a cruzar a ponte da Amizade até Espanha para regressar a território nacional e finalmente receber a ovação do muito público que se foi acumulando junto à zona de meta.

Sobre a linha de meta Francisco Jimenez era o primeiro atleta masculino, Israel Tapias segundo e José Mário Ribeiro terceiro absoluto mas primeiro português.

Com uma corrida de grande nível o atleta do Camarnal impediu Espanha de fazer o pleno do pódo e mereceu o carinho do público quando cruzou a meta com os filhos a seu lado. Na competição feminina Nerea Martinez proveu que se dá bem com Portugal e depois de vencer o Triatlo Longo de Lisboa venceu a primeira edição do Triatlo da Amizade. Na segunda e terceira posição ficaram as também espanholas Maria Teresa Martinez e a jovem Saleta Castro.

No final, Espanhol ficou a depositária do Troféu da Amizade batendo Portugal com um tempo médio de 2h33m contra as 2h57m dos atletas nacionais.

A equipa do Amicido de Grândola (470 pontos) foi quem mais beneficiou com esta prova que assim coloca na segunda posição do Circuito BTT, logo atrás da Casa do Benfica no Fundão (550 pontos). No próximo dia 28 de Outubro disputa-se no Jamor a quinta e última etapa do Circuito BTT. ♦

Para um relato detalhado e fotografias da prova consulte o site <http://www.triatlodamizade06.php>

TAÇA DO MUNDO TRIATLO DE SALFORD

Duarte Marques foi vigésimo

Disputou-se no dia 30 de Julho, em Salford, Grã-Bretanha, a Taça do Mundo de Triatlo. Duarte Marques foi o representante nacional tendo conseguido um excelente 20º lugar que lhe permite voltar a conquistar importantes pontos para o ranking mundial rumo aos Jogos Olímpicos de Pequim.

O atleta de Rio Maior esteve em destaque ao longo de toda a prova, foi o 9º à saída da água e integrou o principal grupo que decidiu a prova. Na corrida final o português conseguiu fazer um excelente segmento de corrida terminando na frente de muitos dos principais atletas mundiais. ♦

MAIS INFORMAÇÕES E RESULTADOS COMPLETOS: www.triathlon.org

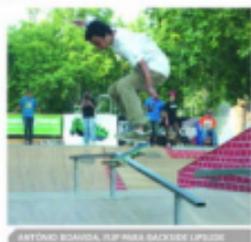
FOTOS: aponeid.com / triathlon.org, Silke Inesi



desportos radicais



PEDRO CARREIRA, SKATEUR VENCEDOR



ANTONIO BOAVIDA, SKATISTA VENCEDOR SUP

ÉVORA SKATE OPEN

Pedro Carreira vence no Alentejo

A tempo Red Bull Local Hero foi palco da competição mais quente das últimas temporadas. No dia 1 de Julho, realizou-se o Évora Skate Open, integrado na Feira de São João. Pedro Carreira foi o mais consistente e venceu em todas as modalidades. A prova começou logo pelas 10h da manhã, com muitos skaters a deslocarem-se a Évora para participar na competição. Apesar do calor que se fazia sentir, os atletas mostraram muitas e boas manobras e um grande nível de Skate, logo nos Eliminatórios. Nesta fase, especial destaque para Pedro Tavares, o mais novo em prova. Com apenas 9 anos, Pedro mostrou bastante à vontade a andar nas rampas e o seu desempenho foi tão cativante para o público e para os júris que teve direito a um prémio especial. À tarde, a prova foi interrompida para se assistir ao jogo de Portugal e os skaters reuniram-se em frente a um dos ecrãs gigantes instalados no recinto para torcer pela selecção nacional. Após a vitória de Portugal, a organização retomou as actividades e sob um clima de festa e muito boa disposição, realizaram-se as Finais do Évora Skate Open.

Pedro Carreira foi o grande vencedor do dia e levou para Lisboa um pack de prémios DC e Fidelity. Pedro teve uma run muito consistente com b's lipside no corrimão grande, flip a atravessar a pirâmide, b's 5-0 no curb grande e b's tailride no curb recto.

Gonçalo Neto, do Algarve, mostrou grande evolução e conseguiu executar b's bluntdride e b's febble no curb mais pequeno, smith grind no rail a direito e 5-0 no curb grande, tendo arreadado a 2ª posição. A 3ª posição do pódio foi ocupada por António Boavida, que mostrou, por exemplo flip para b's lipside no corrimão pequeno e nosegrind no curb recto. Boavida também arreadou o prémio reservado ao Best Trick, destruidor à melhor manobra. O seu flip para b's lipside no corrimão grande valeu-lhe mais algum material da DC, Fidelity e lanport.

A prova foi uma organização do Radical Skate Clube e da Associação Canelas Duras, com o apoio da Câmara Municipal de Évora, Red Bull, D.C., Fidelity, Hero Muesli Extreme Sports Channel e Skatebyte.com. ♦

PEDRO BEIJOCO

EVOLUÇÃO NO BODYBOARD

Pedro Beijoco tem 24 anos e pratica bodyboard há 9.

Entre títulos em campeonatos regionais, nacionais e um molhado 20º lugar no Circuito Europeu de Bodyboard, Pedro é estudante do Curso de Cinema, Vídeo e Comunicação Multimédia na Universidade Lusófona, e é esta que tem representado nas últimas competições em que tem entrado, através do desporto universitário.





Ha quantos anos praticas Bodyboard?

Correci a praticar há 9 anos e a competir desde 1998.

Como surge o Desporto Universitário na tua vida?

Após entrar para a Universidade Lusófona fui convidado a fazer parte da equipa de Surf e Bodyboard, que tem como objectivo a participação no Circuito Universitário de Surf e Bodyboard e Nacional de Clubes.

Quais as competições em que entras?

Ajá há dois anos, participava em todos campeonatos regionais, nacionais e alguns europeus, mas actualmente apenas participo nos circuitos universitários de Lisboa e Peniche.

Quais os títulos que já alcançaste?

Já fui tricampeão do Circuito Regional de Carcavelos, vencedor da Taça de Portugal (2002) e top 30 no Circuito Europeu de Bodyboard.

Locais ideais para praticar (em Portugal e no estrangeiro)?

Portugal é um país privilegiado em termos de ondas, sendo que os melhores sítios para a prática são, na minha opinião, Peniche, Encerra e Saçães. Lá fora, o Havaí será sempre a meca do Bodyboard, existindo no entanto outros lugares como o México, a Indonésia, a Austrália e o Tahiti.

Ídolos...

Alguns bodyboarders de topo australianos, como o novo campeão mundial Ben Player, Damsan King e Ryan Hardy, não podendo nunca esquecer o havaiano, nove vezes campeão do Havaiano, Mike Stewart. A nível nacional, Gonçalo Faria, Paulinho e Nuno Leitão.

Como vês a modalidade no país?

Apesar da modalidade estar em enorme crescimento no país a nível de atletas e escolas, encontra-se um pouco estagnada a nível de apoios. Nem os excelentes resultados de alguns atletas portugueses em circuitos mundiais conseguiram fazer com que o desporto fosse melhor valorizado. O circuito deste ano só tem 3 etapas e conta com fracos apoios financeiros e mediáticos. Logo, uma situação bastante insuficiente para se poder viver do desporto.

O Bodyboard sempre cresceu um pouco à sombra do Surf. No entanto, nos últimos tempos tem-se vindo a demarcar e a pisar terreno próprio. Achas que isso se deve a quê? À existência de outros desportos radicais? Por haver mais adeptos?

As grandes marcas de material técnico e de vestuário pertencem a surfistas que têm uma política de apoios mais direccionada para o surf. Isto faz com que o Bodyboard seja menos valorizado e, consequentemente, menos apoiado em termos financeiros, dificultando o seu crescimento face ao surf.

Apesar disto, o número de praticantes de Bodyboard cresceu muito nos últimos anos, fazendo com que a modalidade tenha ganho força no meio.

Liberdade, adrenalina, precisão... Como vês o Bodyboard?

O Bodyboard é um desporto muito completo e saudável que proporciona uma enorme sensação de liberdade. Quando se está dentro de água tudo passa ao lado e só existe a preocupação com as ondas. Em cada surfada, para além de todas as outras sensações, o objectivo é sempre melhorar a performance tentando novas manobras e aperfeiçoando outras.

No futuro o que esperas que esta modalidade represente na tua vida?

O Bodyboard proporcionou-me alguns dos melhores momentos que já vivi, muitas viagens e amizades. Espero ter condições para continuar a praticar durante muitos anos, continuar a viver bons momentos e a viajar.

(...) Nem os excelentes resultados de alguns atletas portugueses em circuitos mundiais conseguiram fazer com que o desporto fosse mais valorizado. O circuito deste ano tem 3 etapas e conta com fracos apoios financeiros e mediáticos.



Encerrando a parte desportiva e para acabar... Estás a tirar um curso superior de Cinema, Vídeo e Comunicação Multimédia. Profissionalmente, quais os teus projectos futuros?

Recentemente participei num projecto de um filme português de Surf (Norte Sul) como assistente de produção, onde tive oportunidade de pôr em prática e explorar algumas vertentes do curso. Tenciono concluir a licenciatura no próximo ano e ao mesmo tempo estar envolvido em projectos que contribuam para a minha formação e realização pessoal. ♦

MARTA OLIM

QUICKSILVER PRÓ JÚNIOR 06

Romain Cloitre venceu primeiro Pró Júnior na Caparica

O atleta das Ilhas Reunião, Romain Cloitre, foi o vencedor do Quiksilver Pro Júnior 2006, numa vitória disputadíssima contra os franceses Pierre Valentin Laborde e David Labouh, e o competidor da ilha de Guadalupe, Jean Sebastian Estienne.

O dia tinha começado às 5h com os 1/4 de final já sem portugueses e onde os destaques foram, o israelita Mor Meluka, o francês Pierre Valentin Laborde, o inglês Ash Reuby e o já mencionada surfista de Guadalupe.

As surpresas foram as eliminações dos franceses Nathan Curren, Adrien Valero e Gordon Fontaine que não se adaptaram às condições de ondas existentes.

Na prova feminina, onde estava a nossa única representante, numa primeira meia-final totalmente francesa, decorreu sem surpresas. Pauline Ado e Alizee Aaud passaram à fase seguinte, respectivamente em 1.º e 2.º lugares, deixando, em 5.º lugar da geral, Marie Dejean e Lea Mengual, em 7.º lugar da geral. Na segunda meia-final, Lee Anne Curren também passou o heat na primeira posição, deixando a luta pela última vaga na final entre a portuguesa Francisca Santos, a basca Garazi Sanchez e a outra francesa Annabel Telouarn. Francisca Santos, a jogar em casa e fortemente incentivada pela enorme claqué que o aplauso do paredão a cada manobra, segurou o segundo lugar, deixando Garazi Sanchez no 5.º lugar da geral e Annabel Telouarn na 7.ª Quem esteve muito bem na primeira meia-final foi David Labouh, que fez uma bateria muito segura, passando facilmente à final e levando consigo Jean Sebastian Estienne e Ruben

Gonzalez, que carninharam assim para a sua primeira final do ano. Para três ficaram o israelita Mor Meluka, 5.º lugar da geral, e o basco Marcos Sarsegundo, que fez um bom surf mas não se encontrou com as ondas com o 7.º lugar da geral. Na segunda meia-final, Romain Cloitre, também passou o heat na primeira posição, deixando a luta pela última vaga na final entre o seu compatriota Pierre Valentin Laborde, o basco Jaty Berasaluce e o inglês Ash Reuby. Pierre Valentin Laborde, com um surf muito seguro, segurou o segundo lugar, deixando Jaty

Berasaluce Zubizaretta no 5.º lugar da geral e Ash Reuby na 7.ª posição.

Na final feminina mais aguardada na praia, onde estavam três francesas e a nossa atleta, Francisca nunca se encontrou com as ondas ficando-se pela 4.ª posição. A grande vencedora foi Lee Anne Curren que selou a sua vitória com duas ondas de 8.50 e 6.00, deixando a favorita Pauline Ado na segunda posição e Alizee Aaud no 3.º posto.

De seguida, aconteceu a grande final do Quiksilver Pro Junior 2006. A última bateria da prova começou bastante equilibrada entre os 4 atletas, mas o surfista das Ilhas Reunião - Romain Cloitre - acabou por se distanciar com um surf muito bonito e seguro, nunca mais largando a liderança da final. Em segundo lugar, a 2.10 do primeiro lugar, ficou o francês Pierre Valentin Laborde. Em terceiro, ficou o atleta da Ilha Guadalupe, Jean Sebastian Estienne, a 10.00 do vencedor. David Labouh, que tinha feito uma prova bastante consistente, não conseguiu impôr o seu surf e foi o 4.º classificado, por uma diferença de 13.29.

Quanto à Cidade FM Surf Academy voltou a esgotar o número de aulas de surf previstas, com múltos e graúdos a darem os seus primeiros passos ao lado dos melhores atletas em prova, num dos maiores sucessos deste Quiksilver Pro Júnior 2006. E assim terminou a 1.ª edição do Quiksilver Pro Júnior 2006. Para 2007, o Centro Internacional de Surf e a Natural Factor dependem-se até para o ano.

Alcázar ♦

FOTOS: publicifit / europe.com



ROMAIN CLOITRE



FRANCISCA SANTOS



ROMAIN CLOITRE



FRANCISCA SANTOS

COMPRAR... VENDER... TROCAR... COMPRAR... VENDER...

PEQUENO... MAS EFICAZ.

Agora, por apenas **2 EUROS**, pode publicitar na A.M.M.A.

Basta escrever o que pretende comprar, vender ou trocar, num máximo de 170 caracteres. Envia o seu anúncio, junto com os seus dados (nome, morada, contacto telefónico e forma de pagamento) para publicidade@ammamagazine.com

RAGAMENTOS - Cheque ou vale de correio para

ATLETISMO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS | EST. SERRA DA MIRA, 57 - P.º B | 2700-778 AMADORA

Transferência bancária para o NIB 00330004526786542605 Banco Millennium

CLUBE ORIENTAL DE LISBOA SECÇÃO NÁUTICA Um regresso que se saúda

Após vários anos de menor actividade, o Clube Oriental de Lisboa vai reactivar a sua Secção Náutica.

Por ser um dos mais carismáticos clubes lisboetas, e com um valioso património nesta área, certamente com o apoio da Câmara Municipal de Lisboa, voltará a estar no lugar que lhe pertence, por direito próprio, entre os principais clubes náuticos. ♦



44º CRUZEIRO DA RIA

Triunfo ficou 'em casa'

Filipa Ribeiro e Nuno Andrade vencedores absolutos



Numa organização da NADO – Náutica Desportiva Ovarense, teve lugar nos passados dias 2 e 3 de Setembro o 44.º Cruzeiro da Ria, conjunto de provas destinadas às classes Optimist, de Vela Leveira e Pequenos Cruzeiros.

Confirmando o Cruzeiro da Ria como o maior evento do género em Portugal, foi um total de 162 embarcações de 22 Classes diferentes que, num sábado esplendoroso, partiram do Porto de Recreio do Camagal.

O percurso de regresso no dia seguinte contou com um imponderável de peso, a ausência de vento no ponto de partida. O atraso na largada obrigou a Organização a recuar consideravelmente a linha de chegada face às deficientes condições de navegabilidade na parte Norte da Ria de Aveiro com a maré vazante, o que retirou em certa medida algum brilho ao final da regata. Tripulando uma embarcação da Classe 420, Filipa Ribeiro e Nuno Andrade (NADO) foram os vencedores absolutos da edição n.º 44 do Cruzeiro da Ria. Mas a "equipa da casa" viu confirmada a qualidade dos seus velejadores ao arrebatar mais oito vitórias em outras tantas Classes: Ricardo Guedes, em Optimist infantil; Emanuel Gaspar, em Laser Radial; Cristina Pinto e António Pinto, em Flying Júnior; Paulo Gregório, José Albertino e Tico, em Andorinha; João, Célia Volante, Bernardo Gaspar e José Marques, em Raguero; Álvaro Costa, em X4; João Lopes e Sofia Duarte, em Dart 18; e, Miguel Lopes, João Ramada, Nuno Lopes, Ricardo Malaquias e Rui, em Pequenos Cruzeiros.

Os vencedores nas restantes Classes foram Guilherme Jardim (Clube Vela Atlântico) em Optimist Juvenil; Miguel Magalhães (AN Torreira) em Laser STD; Alexandria Mateus e João Bizou (ANI) em Laser II; Nuno Costa e José Naves (Clube Fluvial Vilacondense) em Vaurier; José Carmo e Bárbara Carmo (ICPV) em 470; Luis Cadeiro e Andréa Vigário (ICVA) em Snipe; Miguel Rocha e Francisco Quina (D. Pedro) em Sharpie 12 m; João Paulo, Fernando Marcos e João Oliveira (CV Costa Nova) em Vloga; Juliana Simões e Joana Batel (NA Gafarilha Encarnação) em New Cat 15; Filipa Ferreira, Clara Moura, Pedro Couto e Ana Silva (ANSE) em Fragata Tejo; Fernando Fernandez e Álvaro Fernandez (CNRS) em Cadete; Paulo Moura, Joana Moura e Artur Batista (CV Costa Nova) em DC 600; e, Manuel Borges e António Borges (ANI) em Dart Hawk (cat).

Para José Fragateiro, Vice-Presidente da NADO, o segredo da longevidade do evento tem muito a ver com "as amizades criadas ao longo dos anos e que fazem do Cruzeiro da Ria um ponto de encontro para velejar, competir, reeditar velhos duelos, sempre com um enorme espírito de convivialidade e de confraternização". Mas faz questão de alertar para as dificuldades em manter o evento por muitos mais anos, pelo menos nos actuais moldes: "O assoreamento da Ria de Aveiro é uma realidade preocupante, já que

as lamas provenientes das dragagens não foram depositadas nos locais próprios e estão a regressar à origem. Por outro lado, a falta de sinalização coloca problemas ao nível da navegabilidade e da segurança. É necessário olhar para a Ria com olhos de ver, criar condições para que se estabeleça uma única entidade a superintender os seus destinos. A Ria está a morrer e ninguém parece interessar-se por isso."

O Presidente da NADO, Eduardo Pinto, era no final um homem cansado mas feliz: "Uma prova com um colorido fantástico, com milhares de pessoas nas margens a seguir o desenrolar dos acontecimentos ao longo destes dois dias, um carta turístico único para a região. Acabamos por fazer um balanço francamente positivo deste conjunto de provas e consideramos que a nossa parte foi cumprida. Herdámos a enorme responsabilidade de manter vivo o Cruzeiro da Ria, estamos a dar-lhe continuidade e procuramos sempre acrescentar-lhe algo de novo, algo que o valorize ainda mais."



É, por isso, lamentarmos uma certa falta de vontade política em resolver os problemas da Ria e é com tristeza que vemos problemas como os elevados graus de salinidade, a água turva, a poluição, agravarem-se de dia para dia sem solução à vista." Em termos desportivos, apesar de lamentar a ausência de vento na partida o que impediu "o espectáculo da chegada destas 162 embarcações com as velas em cima, aqui, ao nosso canteiro", Eduardo Pinto faz questão de reafirmar "o bom índice competitivo, com alguns campeões nacionais a visitá-los e que não deixaram os seus créditos por mãos alheias. Mas este não é tanto o ceriz da regata. Usufruir da prática da vela no seio desta magnífica paisagem e num ambiente de enorme festa, de partilhar convívio, esse sim é o aspecto que mais marca todos aqueles que nela participam." É como tudo está bem quando acaba bem, o final da tarde foi de festa, com presentes e acompanhantes indiferentes à nortada fresca, a "dar ao dente" no "lanche-churrasco" oferecido pela organização em pleno Porto de Recreio e, depois, entusiasmadamente, a aplaudir todos os velejadores na chamada aos pódios durante a entrega de prémios. ●

JOAQUIM MARGARIDO



CAMPEONATO NACIONAL DE JUVENIS E ABSOLUTOS

Época Nacional terminou em beleza

O Campeonato Nacional de Juvenis e Absolutos, realizado no Complexo Olímpico de Piscinas de Coimbra, entre os dias 27 e 30 de Julho, resultaram na obtenção de sete recordes nacionais. Os novos máximos nacionais foram alcançados por Pedro Oliveira, júnior e absoluto nos 200 costas; estafeta da SCF; sénior nos 4x100 livres; Frederico Subtil Lima, júnior nos 50 costas; Rui Costa, juvenil B nos 400 livres; Pedro Fontoura Oliveira, juvenil A nos 800 metros livres; Ana Catarina Gomes, júnior dos 1500 livres. No escalão masculino de juvenis B, destacaram-se Rui Costa e Samuel Fabrício Queirós, da Vitória de Guimarães e do FC Porto.



Rui Costa sagrou-se campeão nacional nos 100, 200, 400 e 1500 livres e ardeado a medalha de bronze nos 400 estilos. O atleta varamarense conseguiu ainda o quarto lugar na final absoluta de 400 metros livres, batendo o recorde nacional do escalão (4:06.22) e o quinto lugar absoluto nos 1500 metros livres.

O nadador portista somou os títulos de campeão nacional do seu escalão nas provas de 200 metros costas e 4x100 estilos e conquistou as medalhas de prata nos 100 costas, 400 estilos, 4x100 e 4x200 livres. Ficou ainda em quarto lugar nos 100 e 400 livres.

Em juvenis A, evidenciaram-se Pedro Fontoura Oliveira, do Belemenses, João Pedro, da Amadora, e Mário Costa, do Famalicão.

Pedro Fontoura Oliveira subiu ao lugar mais alto do pódio nos 200, 400 e 1500 livres (4.º em absolutos), 4x100 e 4x200 livres, a medalha de prata nos 100 livres e o bronze nos 4x100 estilos e 800 livres, prova em que bateu o recorde nacional juvenil A.

João Pedro alcançou o primeiro lugar nos 100 costas (5.º em absolutos), 200 costas, prova em que acumulou a medalha de bronze no campeonato absoluto. Nos 200 estilos ficou em 2.º e nos 100 mariposa e 4x100 livres em terceiro.

Mário Costa totalizou uma medalha de ouro (400 estilos), cinco de prata (100 e 200 costas, 100 e 200 mariposa e 4x200 livres) e uma de bronze (4x100 livres).

No sector feminino, em juvenis, Maria Pereira Abreu, do Louletano-Hispico, obteve o ouro nos 200 costas (7.º em absolutos), 200 estilos (7.º em absolutos), 400 estilos e 4x100 estilos. Maria João Lucas (Sporting Clube de Portugal) sagrou-se campeã nacional juvenil nos 100 costas (4.º lugar na final absoluta) e fez parte da estafeta de 4x100 estilos que alcançou o primeiro lugar e vice-campeã nos 100 e 200 livres, 200 costas (6.º em absolutos).

Em juniores, Joana Escária (Aminata) e Susana Miguel (SFUAP), Diogo Carvalho (Galitos) e Pedro Oliveira (Rio Maior) foram os atletas juniores mais medalhados.

Susana Miguel dominou nos 100 costas, 400 estilos e 200 mariposa. Nos 200 estilos, obteve o segundo lugar e nos 50 mariposa e 4x200 livres conquistou o terceiro posto. Joana Escária venceu nos 50 costas e 100 mariposa, ficando no segundo posto, nos 50 mariposa, e na terceira posição, nos 50 e 100 livres. Diogo Carvalho arrebatou três medalhas de ouro (50 e 100 mariposa e 200 livres), além do segundo lugar do pódio nos 50 e 100 livres e

200 mariposa. Pedro Diogo Oliveira bateu o recorde nacional júnior e absoluto nos 200 metros costas e as medalhas de ouro (200 costas, 100 e 200 mariposa), prata (100 costas e 100 mariposa) e bronze (50 costas e 200 estilos). Em seniores, Filipa Silva, da Amadora, Henrique Neiva, do Vilacondense, e Nuno Laurentino, do Algés, distinguiram-se durante a competição.

A nadadora amadorense somou os troféus máximos nas provas de 50 mariposa, 200 estilos e 100 e 200 livres, e os títulos de vice-

-campeão absoluta nos 100 mariposa. Chegou ao terceiro lugar nos 50 costas e 4x100 estilos. O vilacondense Henrique Neiva recebeu as medalhas de ouro nos 100 e 200 metros livres, de prata nos 400 estilos e de bronze nos 50 metros livres e 4x100 estilos.

Alexandre Agostinho da Portinada, foi o campeão nacional nos 50 e 100 metros livres e segundo nos 100 mariposa, com marcas dignas de registo. Nuno Laurentino sagrou-se campeão nacional absoluto nos 50 e 100 costas e na estafeta de 4x100 livres, para além do segundo lugar nos 4x200 livres e do terceiro nos 100 livres. ◆



CAMPEONATO NACIONAL DE INFANTIS

Três recordes alcançados



Foram batidos três recordes nacionais, dois do escalão B e um do A, durante o Campeonato Nacional de Infantis, que decorreu em São João da Madeira.

A SFUAP, com nove títulos de campeão nacional, seis medalhas de prata e seis de bronze, foi a equipa com mais troféus conquistados. Os destaques individuais vão para o infantil B, Diogo Parnilha da Silva, do CNAL, que obteve quatro medalhas de ouro (100 metros livres, 200 mariposa, 400 estilos e 4x100 estilos) e três de prata (200 metros livres, 200 estilos e 4x200 livres).

Gonçalo Filipe Gregório, infantil B da SFUAP, além do recorde nos 100 metros costas, alcançou quatro medalhas de ouro (100 e 200 costas, 100 mariposa e 4x200 estilos), uma de prata (4x100 livres) e uma de bronze (4x100 estilos). Francisco Fezas Vital, nadador do escalão infantil A da ABVE, atingiu quatro títulos de campeão nacional (200 e 400 metros livres, 100 e 200 mariposa) e uma medalha de prata (100 livres).

Ana de Pinho Rodrigues, infantil B da Associação Estamos Juntos, estabeleceu um novo recorde nacional nos 100 metros livres, ao fazer o tempo de 1:20.63.

O anterior máximo nacional era de Ana Tsukagoshi, do CNAC, e situava-se em 1:20.76.

Gonçalo Filipe Gregório bateu o recorde nacional infantil B na prova de 100 metros costas, ao fazer o tempo de 1:07.18. O anterior máximo era de 1:07.19, e pertencia a Pedro F. Oliveira, desde Julho de 2003.

O quarteto masculino infantil A da SFUAP, constituído por Fábio André Dias, Sérgio Emanuel Luis, João Manuel Lança e Diamantino Gato Brás, ficou um novo recorde nacional dos 4x100 livres, ao fazer o tempo de 3:59.08. O recorde anterior, de 3:59.37, pertencia ao mesmo clube, desde Julho de 1998, e tinha sido atingido pela estafeta constituída por David Ferro, Bruno Ramos, Pedro Martins e Filipe Gomes. ◆

TAÇA DO MUNDO DE KAYAK DE MAR

Oeiras recebeu os melhores

No dia 2 de Julho, mais de 350 praticantes de Canoagem, provenientes de 7 países, marcaram presença na praia de Santo Amaro de Oeiras, onde o Clube Millennium BCP conseguiu surpreender tudo e todos com a presença dos melhores especialistas mundiais de maratona, entre os quais: Manuel Busto, de Espanha, Gyula Bauer, Viktor Szakali, Atilla Jembar e Ihsan Selgi, da Hungria, naquela que já é considerada uma das melhores provas de Canoagem em Portugal.

Na prova de 12 kms (competição), a dupla Nuno Henriques/Artur Tomás (AN Amorense) esteve em destaque ao vencer em K2 (55.41 minutos), batendo por mais de um minuto os húngaros Viktor Scala/Iuliu Bauer (56.59). O pódio ficou completo com Belmiro Penelas/Luis Coelho (AM Barcelinhos) que gastaram 1.00.21 horas.

Na prova rainha, o K1, o penta-campeão mundial espanhol Manuel Busto impôs-se com 59.31 minutos, batendo Nuno Silva (Castores Arade) que gastou 1.02.32 horas e Luis Ventura (CC Setúbal) que cumpriu o percurso em 1.03.17. O sector feminino foi reservado apenas a atletas portuguesas: Célia Seidão (AN Amorense) venceu em K1 com 1.26.25 horas, enquanto em K2 triunfaram Ângela Baptista/Ana Baptista (CN Coimbra) com 1.21.17.

O Clube Millennium BCP foi o organizador do evento que pela primeira vez se realizou na Europa e atribuiu as receitas do evento à Fundação do Gil.

Além da Taça do Mundo de Kayak Mar, a Federação Internacional de Canoagem, que através do seu vice-presidente José Peruzena fez um balanço muito positivo a esta organização, já atribuiu a Portugal a organização da Taça do Mundo e do Campeonato do Mundo de Maratonas, a decorrer em Crestuma, em 2008 e 2009, respectivamente. Esta prova representou também a segunda etapa do Campeonato Nacional de Kayak-Mar, com o AN Amorense a vencer com um total de 135 pontos.

See you on the river... e até 2007, no IV Grande Prémio de Kayak de Mar do Clube Millennium BCP. ●



Águas bravas

3ª ETAPA DO 2º CIRCUITO NACIONAL DE KAYAK SURF 2006

Óptimo dia de prova, em Amoreira - Aljezur



A Tertúlia – Associação Sócio Cultural de Aljezur, realizou no fim-de-semana de 8 e 9 de Julho, mais uma prova do 2º Circuito Nacional de Kayak Surf, desta vez na praia de Amoreira em Aljezur. Com a inscrição de 18 atletas, realizaram-se no sábado as eliminatórias. Tempo excelente e um mar com uma ondulação quase perfeita, contribuíram para um ótimo dia de prova, durante o qual foram apurados 12 canoístas.

Realizou-se, ainda durante a tarde de sábado, uma pequena competição de freestyle em que participaram todos os concorrentes. O objetivo era realizar a manobra mais radical e arrojada. António Palavra foi o vencedor desta mini-prova. Durante a tarde de sábado, tempo ainda para alguns interessados experimentarem as máquinas, ou seja com as indicações de alguns dos

mais experientes canoístas, tiveram oportunidade de "dar uma volta" em alguns dos kayak presentes.

Estava tudo em aberto para domingo, mas havia que recuperar forças, com alguma diversão. Foi o que aconteceu com o jantar-conívio, logo seguido do Kayak & House Party, uma festa em que o kayak surf era o tema principal. Domingo começou com os quartos de final e com mais um excelente dia, embora o mar não estivesse tão perfeito como no dia anterior.

A competição estava renhida e os canoístas davam o seu melhor para ficarem entre os primeiros lugares. Manobras bem executadas e um empenho redobrado dificultava a vida aos juizes do CCABP (Clube de Canoagem e Águas Bravas de Portugal).

As meias-finais, disputadas em duas mangas de 20 minutos cada, punham os canoístas à prova. Entretanto a animação na praia era uma constante, graças ao excelente esforço logístico da organização. As finais foram disputadas por 4 atletas que ao longo de 20 minutos davam o tudo por tudo. No final foi o André Pinto que conseguiu "sacar" as melhores manobras e ser sagrado o vencedor da prova de Amoreira do 2º Circuito Nacional de Kayak Surf.

A vitória não foi fácil, até porque no final os 4 primeiros ficaram separados por poucos pontos. O António Palavra foi o segundo classificado, seguido pelo Luis Vieira em 3º e Ivo Barreiro no 4º lugar.

No final do dia era opinião unânime que tinha sido um excelente fim-de-semana desportivo e que sem dúvida a prova de Aljezur é já uma referência do Circuito Nacional de Kayak Surf.

Muitos dos concorrentes e acompanhantes tenderam-se à beleza das nossas praias e do nosso concelho. As praias do concelho de Aljezur, que já são conhecidas pelas excelentes condições para a prática do surf, confirmaram-se como um local excelente para a prática do kayak surf, que é fruto de um interessante cruzamento entre a canoagem e o surf. Baseado em técnicas e equipamento utilizado também na canoagem de águas bravas o kayak surf é sem dúvida uma modalidade espectacular.

Este é o segundo ano consecutivo que se realiza, no Algarve, uma prova de kayak surf, uma modalidade que nos outros pontos do país já conta com um bom número de praticantes e adeptos. De referir que esta é a única prova, desta espectacular modalidade, a realizar-se a sul do Rio Tejo.

A organização esteve a cargo da Tertúlia, que contou com o apoio da Câmara Municipal de Aljezur e da Junta de Freguesia de Aljezur, bem como dos patrocinadores da Pagajay & Marbravo, da Pizzaria A Bica e Restaurante/Bar Ponta à Pé e Parque Campismo do Senão. ●

CAMPEONATO DO MUNDO DE REMO

Portugal encerrou participação



VÍDEO DO ICM-2005 ANO E DESPORTO

Portugal encerrou, a 27 de Agosto, a participação no Campeonato do Mundo de Remo, que decorreu em Eton, Inglaterra. A tripulação adaptada em shell de 4 com timoneiro mista (4+LTA) fechou o quadro de resultados da equipa nacional com o 1º lugar na final B, com um avanço de 14 segundos para o segundo classificado, com a marca de 3:46.76.

A participação dos 23 remadores portugueses no Campeonato do Mundo representou mais uma etapa da preparação da equipa que no próximo ano vai apostar tudo na qualificação olímpica. Laurente Dias, Secretário de Estado da Juventude e dos Desportos, acompanhou no local provas dos atletas portugueses, encorajando os remadores a procurarem um lugar entre as grandes potências do remo a nível mundial.

Atletas e técnicos tiveram a oportunidade de reunirem com o representante do go-verno e expor as suas preocupações para que estas possam ser tidas em conta e estudadas para o futuro e desenvolvimento da modalidade. Esta foi a primeira vez que um membro do Governo Português acompanhou a equipa nacional a uma competição mundial.

A edição de 2006 do Campeonato do Mundo de Seniores reuniu 60 países, num total de 1096 atletas, em 24 classes. ♦



CAMPEONATO NACIONAL

Resultados



14 JUNIORES masculinos		2005m
NOME		CLUBE
01	Miguel Correia / Rui Marcelino Marcos Henrich / Miguel Fernandes Tim: Vasco Oliveira	CFP
02	António Teixeira / Miguel Melo Pedro Costa / João Simão Tim: João Ferreira	ANL

14 SENIORES masculinos		2005m
NOME		CLUBE
01	Paulo Onofre / Luis Domingues André Gonçalves / Manuel Barroso Tim: João Ferreira	ANL
02	Bogdan Sadocovskiy / Henrique Castro Filipe Brásco / Flavio Faria / Tim: Luis Alves	CVS
03	Ricardo Freitas / Miguel Afonso João Fernandes / João Figueira Tim: Fernando Coelho	CVL

18 SENIORES masculinos		2005m
NOME		CLUBE
01	Silgio Conção / Pedro Gouveia / João Ribeiro Márcio Freitas / Henrique Duarte / Paulo Onofre Luis Domingues / André Gonçalves Manuel Barroso / Tim: António Correia	ANL
02	António Lopes / Ivo Coutinho André Silva / Cláudio Silva / Hugo Soares Mário Gomes / Fábio Barbosa / Hugo Santos Tim: Pedro Lopes	SKODA r/p
03	Pedro Silva / Pedro Pinho / Pedro Silvestre Guilherme Gonçalo / Silgio Semedo Ruiand Gonçalves / Pedro Martins Tim: Sérgio Almeida	CFP

18 JUNIORES femininos		2005m
NOME		CLUBE
01	Filipe Costa / Pedro Dias / Eduardo Alves Lucrecio Fragoso / António Teixeira Miguel Melo / Pedro Costa João Simão / Tim: António Correia	ANL
02	Francisco Neves / Carlos Carvalho Artur Mesquita / Tiago Santos Filipe Leite / Nelson Pereira / João Mestre Hugo Lopes / Tim: Pedro Lopes	SKODA r/p

14 SENIORES femininos		2005m
NOME		CLUBE
01	Carolina Carmo / Joana Barreiro Silvia Passarinha / Inês Batista Tim: Ana Ribeiro	CFP
02	Joana Cardoso / Andreia Parente Diana Matos / Ana Gomes Tim: Helena Passos	ARCO
03	Cristina Cavaco / Maria Campos Ana Gaudêncio / Ana Domingas Tim: Ana Pereira	ANL

14 VETERANOS masculinos		2005m
NOME		CLUBE
01	Luis Sousa / Márcio Freitas Pedro Pereira / Henrique Duarte Tim: Susana Louquinhos	ANL
02	Eduardo Silva / José Fomito Alexandre Gonçalves / Carlos Andorinha Tim: José Gonçalves	ARCO
03	Carlos Gomes / Luis Cardoso / Mário Jesus António Chaves / Tim: Rui Faria	CVS

MAIS INFORMAÇÕES
www.remoportugal.com.pt

COMPRA... VENDE... TROCA...

PEQUENO... MAS EFICAZ.

Agora, por apenas 2 EUROS
pode publicar na A.M.M.A.

Basta escrever a que pretende comprar, vender ou trocar,
num máximo de 170 caracteres.

Envie o seu anúncio, junto com o seu cartão de
crédito, moeda, cheque ou depósito,
à favor de pagamento para

publicidade@remomagazine.com

REGISTAR-SE: Cheque no valor de 5 euros para
ATUÁRIO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS
101 1096 DA SERRA, 10 - 178 - 1 - 2750-179 ANDARAIA
Serviço telefónico: 212 212 212
303300043278042005 para o telemóvel

EAME YOUTH CHAMPIONSHIPS CAMPEONATOS DA EUROPA, ÁFRICA E MÉDIO ORIENTE DE INFANTIS E JUNIORES

Juniões portugueses com excelentes resultados



JOÃO CARLOS DUARTE, JOÃO PEDRO RIBEIRO DOS SANTOS, DUARTE TEIXEIRA DA MOTA

Disputaram-se na Bélgica, em Mechelen, entre os dias 23 e 27 do corrente mês, os Campeonatos EAME de Ski Clássico para os escalões Infantis e Juniores, tendo estado presentes as seleções nacionais de 21 países. Portugal esteve representado unicamente na disciplina de slalom, no escalão Júnior Masculino; a nossa seleção foi constituída pelos actuais três primeiros classificados no ranking nacional de slalom: João Pedro Ribeiro dos Santos - Ski Clube Quinta Grande; Duarte Teixeira da Mota - Associação Portuguesa de Esqui Náutico; João Carlos Quintas - Clube Nacional de Ski Náutico.

AS ELIMINATÓRIAS

Dois na final e o terceiro... quase, quase...

Em virtude de uma acertada decisão do colégio de juizes, que tiveram em conta as condicionantes de natureza meteorológica - algum vento, bastante chuva e baixas temperaturas - que se previa que viessem a piorar nos dias seguintes, as eliminatórias de Slalom disputaram-se todas no primeiro dia de prova, quarta-feira, dia 23, numa longa maratona de mais de 12 horas.

Após algumas surpresas durante o dia, com a precoce eliminação de alguns dos favoritos nos outros escalões, o dia terminou com a prova do escalão Júnior masculino; 38 skiadores divididos em duas séries, de acordo com as suas anteriores performances, disputaram os onze lugares disponíveis na final; os portugueses estavam todos na série 1, a última a ser disputada, o que só viria a acontecer entre as 18.00 e as 20.30 horas locais.

Boas prestações dos nossos skiadores, ditaram que no final ficassem separados por apenas 1.50 bóia, ainda que com diferentes sortes:

- O João Pedro fez 5.50/58/13.00, classificando-se em 9º lugar e apurando-se para a final;
 - O Duarte Mota, com 5.00/58/13.00, classificou-se igualmente para a final, ficando empatado com Danny Vos, da Holanda e Pierre Bailion, da França, na 10ª posição;
 - O João Quintas, com 4.00/58/13.00, classificou-se numa boa 14ª posição, ficando, no entanto, fora da final de sábado.
- Para além de Portugal, só a França e a Grã-Bretanha conseguiram classificar dois skiadores para a final.

A FINAL

Uma medalha... quase, quase...

A final foi disputada, como previsto, no final da manhã de sábado, dia 26, sob tempo fino, mas com pouco vento e praticamente sem chuva.

Como sempre, a final disputar-se-ia pela ordem inversa da classificação das eliminatórias, e o resultado destas seria factor de desempate em caso de igualdade para todos os lugares excepto para o primeiro, caso em que se disputaria obrigatoriamente um run-off. O sorteio havia ditado que o Duarte Mota seria o primeiro, dos três skiadores que haviam empatado nas eliminatórias, a realizar a sua prova.

Mostrando mais uma vez a sua apetência pelos grandes momentos, o Duarte, que, relembramos, foi campeão EAME em 2004 no escalão infantil e Campeão Nacional Júnior 2006, melhorou a sua marca das eliminatórias fazendo umas óptimas 3.00/58/12.00m que lhe garantiam possibilidades de uma boa subida na classificação.

Os dois skiadores que se seguiram, confirmaram essa mesma subida, ao não conseguirem superar ou igualar a marca do Duarte.

O João Pedro, quarto na água, efectuou com segurança as passagens a 16 e a 14.25 metros, mas caiu no início da passagem a treze metros, terminando com, apenas, 1.50 bóia nesse comprimento de cabo, longe das suas habituais marcas.

O João Pedro viria a terminar na 11ª posição final, descendo duas posições em relação às eliminatórias.

Quanto ao Duarte Mota, à medida que a prova decorria, foi-se tendo noção da falta da sua marca, pois os skiadores que se iam sucedendo não a conseguiram bater ou mesmo igualar... faltavam apenas os últimos três concorrentes e o Duarte mantinha-se na primeira posição.

Faltavam apenas Herman Belakou (Bielomouski), Bojan Schpöner (Alemanha), campeão mundial Júnior de Slalom e Alexandre Anthony (Grã-Bretanha), campeão mundial Júnior de Overal.

Os dois primeiros igualaram a marca do Duarte, criando grande expectativa em relação ao que faria o inglês:

- se fizesse pior teriam os três, Duarte, Herman e Bojan, que disputar um desempate para atribuição das medalhas, ainda que com a certeza de que todos ficariam no pódio;
- se também ele fizesse 3.00 a 12.00 metros todos ficariam empatados em primeiro lugar tendo que haver um desempate entre os quatro, para apenas três medalhas;
- se fizesse melhor do que 3.00 a 12.00 metros então sagrar-se-ia campeão EAME



JOÃO PEDRO E DUARTE MOTA AJUSTANDO O PÓDIO À PROVA





DUARTE MOTA DURANTE A FINAL DE SLALOM

JOÃO PEDRO PEDRO AGUARDAR O SEU MOMENTO MARCA

de Slalom e relegaria o Duarte para a quarta posição, pois este encontrava-se em desvantagem em função da marca obtida nas eliminatórias, não havendo lugar a desempate uma vez que não era já o primeiro lugar que estaria em causa.

Infelizmente para nós, foi esta última hipótese que se veio a verificar; após uma incrível pista a 13.00 metros, que parecia perdida, Alexander Anthony veio a fazer 5.00/58/12.00 que lhe garantiram o primeiro lugar na prova, juntando assim mais um título ao seu currículo.

Em termos da classificação por equipas, Portugal classificou-se num óptimo sétimo lugar entre 20 países em slalom júnior, mas no slalom júnior masculino Portugal só foi superado pela Grã-Bretanha! ♦

CLASSIFICAÇÃO FINAL

	NOME	CLUBE	RESULTADO (S)
01	Alexander Anthony	Grã Bretanha	5.00/58/11.25
02	Bojan Schigener	Alemanha	5.90/58/12.00
03	Bojan Schigener	Alemanha	5.08/58/11.25
04	Herman Bellakou	Eslovénia	5.08/58/12.00
05	Herman Bellakou	Eslovénia	5.08/58/12.00
06	Duarte Mota	PORTUGAL	5.00/58/13.00
07	J. Pedro R. Santos	PORTUGAL	5.50/58/13.00
08	J. Pedro R. Santos	PORTUGAL	5.50/58/13.00
09	João Quintas	PORTUGAL	4.00/58/13.00

2006

A época dos juniores

Iniciada no primeiro fim de semana de Julho, a época nacional de ski clássico tem sido recheada de excelentes momentos e grandes marcas, sendo de salientar um fantástico escalão júnior masculino (nasidos de 89 a 91) que, na disciplina de slalom, a todos têm entusiasmado pelo elevado nível e incerteza de resultados com que as suas provas têm sido disputadas. Skiadores em evidência neste escalão:

Raul Guimarães dos Santos

APEA - 1991.

Em 2006 - 1.50 @ 58 km @ 12.00 m.

João Carlos Quintas

CNSN - 1989.

Em 2006 - 3.00 @ 58 km @ 12.00 m.

Duarte Teixeira da Mota

APEA - 1990.

Em 2006 - 4.00 @ 58 km @ 12.00 m.

João Pedro Ribeiro dos Santos

SCQG - 1989.

Em 2006 - 4.50 @ 58 km @ 12.00 m. ♦

WAKI SPORT CLUBE

Boa organização na primeira prova da época

Primeira prova da época, bem organizada pelo Waki Sport Clube, com a colaboração do Clube Nacional de Ski Náutico, esta prova teve como cenário o Lago de Santo Estevão, e realizou-se a 3 e 4 de Julho. Tratou-se de uma competição exclusivamente de slalom, composta por três rondas.

Apesar de um número reduzido de inscritos, apenas 16 skiadores, desde logo se verificou que iríamos estar perante uma grande época, tal o nível de resultados obtidos: - Nos mais pequenos, o destaque para as 4.00/52/18.25 obtidas pelo António Narciso (1997) e para as 5.00/55/18.25 efectuadas por Marta Simões (1996).

- Quanto aos Juniores, ao fazer 4.50/58/12.00, João Pedro conseguiu superar um impressionante João Quintas.

- 2.50/58/12.00, sendo o terceiro lugar do pódio ocupado pelo Raul G. Santos que na sua primeira participação neste escalão obteve umas óptimas 3.50/58/13.00.

- Nos escalões seniores referência para as excelentes 4.00/55/13.00 efectuadas por Pedro Roque (senior I), e para a interessantíssima disputa do primeiro lugar do pódio no escalão seniores II (mais de 45 anos) entre Michael Mello e Fernando Fernandes, tendo a vitória sorrida ao primeiro por escassa meia bóia ao fazer 2.00/55/13.00 contra as 1.50/55/13.00 do seu adversário directo. ♦

SKI CLUBE DA QUINTA GRANDE

Competição em Coruche

Prova de três rondas de slalom, organizada pelo Ski Clube da Quinta Grande, e realizada a 10 e 11 de Julho, contou com a participação de 24 skiadores, que confirmaram o bom momento que atravessam, realizando novamente marcas de excelente nível. De lamentar a ausência de muitos que tradicionalmente participavam nesta prova, uma das mais procuradas não só pelos que encaram este desporto de forma mais íntima, como também por muitos que o praticam com objectivos meramente lúdicos.

Tempo quente e ausência de vento, contribuíram para o excelente plano de água que permitiu aos atletas a obtenção de muito boas marcas:

- Nos mais pequenos, o destaque novamente para as 4.00/52/18.25 obtidas pelo António Narciso (1997) e para a 0.50/55/16.00 efectuada por Marta Simões (1996), que pela primeira vez atingiu os encurtamentos durante uma prova; para se poder agulhar da valia da marca obtida pela skiadora do SCQG, de apenas 10 anos, bastará dizer que esta marca foi suficiente para o acesso às finais no escalão sub14 feminino dos campeonatos europeus em 3 dos últimos 4 anos.

- No escalão sub14, Francisco Rodrigues fez 3.00/55/16.00, excelente para quem treina, apenas, desde o ano passado e reveladora do elevado potencial e empenho do jovem skiador.

- Quanto aos Juniores, a prova foi verdadeiramente espectacular, com o Duarte Mota a realizar 3.00/58/12.00 na última ronda assumindo o comando da prova, quando faltavam apenas dois skiadores saírem; acabara por terminar em segundo, superado pelo João Pedro que conseguiu 4.00/58/12.00 e à frente de um seguríssimo João Quintas (2.00/58/12.00); relegado para o quarto lugar viu-se Raul G. Santos, apesar de ter feito o seu record pessoal com 1.50/58/12.00.

- No escalão Open, Duarte Simões ganhou com 3.00/58/13.00.

- Em sénior I, Paulo Fernandes, ausente na primeira prova da época, realizou ópti-mas 2.00/55/12.00 colocando nas posições secundárias do pódio João Monição (5.00/55/13.00) e Pedro Roque (1.50/55/13.00).

- Em sénior II, Michael Mello e Fernando Fernandes, redifiniram a interessante luta que vêm travando, tendo, desta vez, vencido Fernando Fernandes com 2.50/55/13.00. ♦

CAMPEONATO DO MUNDO JUNIORES / FFSN Portugal em 22º na prova bastante deficiente

Com organização da Federação Francesa de Ski Náutico e do clube local, no rio Tam, em Mossac (França), esta prova, que se realiza de dois em dois anos, desta edição foi de 20 a 23 de Julho, contou com a presença das seleções de 28 países, sendo apenas 18 europeus; destaque para a presença de representantes dos EUA, do Canadá, da Austrália, da Nova Zelândia, do Brasil, do Peru, da Colômbia, do Chile, do México e Argentina.

Portugal esteve representado pelos skiadores de slalom, Duarte Teixeira da Mota e João Pedro Ribeiro dos Santos. Uma organização bastante deficiente, não permitiu que a adaptação às más condições do plano de água fosse feita de forma equilibrada por todas as seleções presentes; a delegação portuguesa apenas foi concedida meia hora, entre as 8h00 e as 8h30 da manhã de quarta-feira, durante a qual ainda se revelou necessário amassar para fora da pista troncos e ramos de árvores que a corrente havia arastado durante a noite... e isto para skiadores que só no sábado haveriam de entrar em competição. Sabendo como são rigorosos os franceses, quando se dedicam a países estrangeiros, esta situação não deixou de ser surpreendente.

Excesso de nervosismo, aliado à deficiente adaptação, fez com que os nossos skiadores não conseguissem alcançar os seus objectivos, o acesso às finais de domingo, tendo-se quedado o João Pedro pela 14ª posição, com 4.50/58/13,00, e o Duarte Mota pela 39ª posição, ao falhar as portas de entrada a 16,00 metros. Apesar disso, e de ser uma das delegações mais pequenas, Portugal obteve a 22ª posição entre os 28 países presentes. Por países, sagrou-se campeão do mundo a França, seguida dos EUA e do Canadá. Foi fantástico privar, durante uma semana, com alguns dos nomes que habitualmente só conhecemos das revistas da especialidade e poder assistir in loco a algumas das melhores performances dos melhores skiadores juniores da actualidade.

Ponto alto dos campeonatos: a queda do recorde do mundo junior de figuras, agora na posse do bielorusso Herman Belokou, que efectuou 10.510 pontos. Em slalom, o pódo feminino foi liderado pela canadiana Whitney McClintock. Na 2ª e 3ª posições ficaram, respectivamente, Evdokia Liakou (Grécia) e Marion Costard (França).

Nos masculinos, o 1º classificado foi o alemão Bjorn Schipner. Seguraram-se-lhe Alexander Anthony (Grã-Bretanha) e Thomas Gilbert (Nova Zelândia), respectivamente 2º e 3º. ♦

CAMPEONATO NACIONAL DE SKI CLÁSSICO - DELTA CAFÉS

Prova em Montemor o Novo

Prova com homologação List, ou seja a contar para os rankings europeus e mundiais da modalidade, esta prova engloba as três disciplinas do ski clássico - slalom, figuras e saltos. Organizada pelo Ski Clube do Alentejo, sob a égide da Federação Portuguesa de Ski Náutico, só o grande sentido de responsabilidade e de sacrifício da organização, permitiu fazer face a inúmeros contratempos de última hora, provocados por motivos que infelizmente escapam ao controlo, como por exemplo a greve do pessoal de terra da Ibéria...

Realizada em Cíbarro, Montemor o Novo, a 29 e 30 de Julho, esta prova contou com a presença de três juizes internacionais do ski clássico (J1), sendo a juiz-chefe, Cármen Femer, de Espanha, assistida por Paulo Kubicki, da Eslováquia, Zdenek Kolman, da República Checa, e ainda pelos juizes nacionais João Paulo Simões (J2) e João Balugas (J3). Contou com a participação de 34 skiadores, estando presentes dois internacionais de excelente nível - os irmãos Kolman, especialistas em figuras, e que detêm os títulos de campeões europeus de infantis e juniores da disciplina, sendo que o mais velho se sagrou recentemente vice-campeão do mundo, no escalão Júnior.



Apesar de algum vento que se fez sentir, esta prova, organizada no sistema de eliminatórias e finais, foi mais uma vez reflexo do bom momento dos skiadores nacionais.

Slalom:

- Inês mais pequena, Tomás Oliveira (sub-8) efectuou 2.00/22.

- António Narciso (1997) superou-se, sagrando-se campeão nacional no escalão sub-10 ao fazer 5.00/52/18.25, a sua melhor marca do ano.

- Marta Simões (1996), com 3.00/55/18.25, ficou aquém da sua melhor performance.

- 5.00/52/18.25 foi a marca efectuada por Luis Pestão (sub-12), que lhe permitiu o seu primeiro título nacional.

- No escalão sub-14 masculino, Miguel Narciso, que tem estado afastado das nossas provas, por lesão, não quis deixar fugir o seu título de campeão nacional, equipando o quarto basto (4.50/55/14.25) para se superiorizar a Pedro Quintas e Francisco Rodrigues, respectivamente 2º e 3º classificados.

- No sector infantil feminino, Catarina Bertolucci Simões ganhou com 5.00/55/18.25.

- Quanto aos juniores masculinos, nova prova espectacular, com Duarte Mota a obter o seu primeiro título de campeão nacional junior (4.00/58/12.00), relegando para a 2ª posição um excelente João Quintas (3.00/58/12.00) e terminando com o domínio do João Pedro R.Santos (3.00/58/12.00) que, desde Setembro de 2001, havia vencido todas as provas no seu escalão.

- Nas meninas juniores, 3.00/52 bastaram a Madalena Tavares.

- No escalão sub-21 feminino, Raquel G.Santos fez 2.50/55/16.00.

- No escalão Open, Jaime Azarujinha ganhou com 0.50/58/12.00.

- Em Open feminino, ganhou Inês Camilo Alves; a recordista nacional demonstrou, neste regresso à competição após ter sido mãe, que continua em grande forma (2.00/55/13.00).

Nesta competição, obteve novo máximo pessoal Inês Ribeiro dos Santos, com 3.50/55/16.00, ficando, no entanto, na 3ª posição.

- Em sénior I, Paulo Fernandes, voltou a bater João Morujão e Pedro Roque, realizando, na final, 5.00/55/13.00.

- Em sénior II, Fernando Fernandes superou-se, desta feita, a Pedro Sampaio Peixoto e Michael Mello, ainda que a melhor marca, nas eliminatórias, tenha sido feita por Pedro Peixoto (4.00/55/13.00).

Em Figuras, sagraram-se campeões nacionais: Sub-10 - António Narciso; Sub-14 - Miguel Narciso; Sub-17 - Duarte Mota; Open - Jaime Azarujinha; Open - Inês Camilo Alves; Sénior II - Fernando Fernandes.

Em Saltos, os títulos foram para: Open - Jaime Azarujinha; Open - Inês Camilo Alves; Sénior II - Fernando Fernandes.

Jaime Azarujinha e a sua irmã Inês Camilo Alves, sagraram-se campeões nacionais em overill. ♦

MAS INFORMAÇÕES:
www.fpskinautico.com



CAMPEONATO DA EUROPA DE JETSKI / MIRANDELA 2006

Nicolas Rius e Franky Zapata vencem nas classes F.1

No Grande Prémio de Mirandela, nas classes SKI F.1 e Runabout (motas de água) F.1, brilharam Nicolas Rius e Franky Zapata, respectivamente.

Na classe de SKI (F.1), o piloto francês Nicolas Rius em Yamaha venceu as três mangas, dominando totalmente o Grande Prémio de Portugal. Em 2º lugar classificou-se o belga Renaud Urbain, em Kawasaki, e o último lugar do pódio foi para o italiano Alberto Monti, também em Kawasaki.

Na classe Runabout (motas de água) de F.1, triunfou o piloto francês Franky Zapata em Seadoo, tendo o inglês James Bushell em Seadoo obtido a prata. O último lugar do pódio foi para Teddy Pons da França em Yamaha.

ORGANIZAÇÃO DO GRANDE PRÉMIO DE PORTUGAL DE JETSKI DISTINGUIDA COMO A MELHOR DO MUNDO

A Federação Mundial de Jetski (IJSSA) distingue Mirandela, pela 6ª vez consecutiva, como

a melhor organização do mundo, sendo o Grande Prémio de Portugal a melhor prova do circuito mundial.

Recorde-se que o Presidente da Federação Portuguesa de Jetski tinha sido agraciado com a Medalha de Ouro da cidade de Mirandela, que é o galardão mais alto da cidade. ♦



Resultados

GRANDE PRÉMIO CIDADE DE LAGOS - BÓIAS

SKI JUVENS		
	NOTAS	TOTAL
01	Rui Sousa	120
02	José Maria Pereira	101
03	Rilga Mendes	91

SKI PROMOÇÃO		
	NOTAS	TOTAL
01	Antonio Curralhal	113
02	Norberto Henriques	108
03	Tiago Mendes	101

SKI STOCK OPEN		
	NOTAS	TOTAL
01	Mario Espada	120
02	António Silva	101
03	Rui Sousa	101

RUNABOUT PROMOÇÃO		
	NOTAS	TOTAL
01	Miguel Valente	120
02	André Sousa	106
03	José Manuel Anjos	91

SKI PRO LIMITED		
	NOTAS	TOTAL
01	Miguel Silva	120
02	Imo Pereira	106
03	Tiago Sousa	96

SKI SENHORAS		
	NOTAS	TOTAL
01	Imo Pereira	120
02	Stefânia Balzer	106
03	Ana Pontas	91

GRANDE PRÉMIO CIDADE DE LAGOS - ENDURANCE

RUNABOUT ABSOLUTA		
	NOTAS	TOTAL
01	João Oliveira	101
02	Rui Araújo Sousa	92
03	Rui Vicente	87

RUNABOUT STOCK 2F		
	NOTAS	TOTAL
01	Miguel Jorge	120
02	Luís Fragoso	106

RUNABOUT STOCK 4F		
	NOTAS	TOTAL
01	Miguel Pereira	113
02	Paulo Rosa	103
03	Nelson Gonçalves	96

VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com



ENCONTRO NACIONAL DE PLANADORES E MOTOPLANADORES

Simplicidade e leveza

Este Encontro estava inicialmente marcado para 15 de julho de 2006, com organização da FPAim, e da Associação de Planadores de Santa Inês da Atzia e a realizar no Campo de Tiro de Alcochete, na margem esquerda do rio Tejo.

Por desistência da APSA, que reivindicou que os seus associados sem Licença Desportiva Nacional deveriam poder participar, situação que a Federação não permitiu, foi decidido convidar outra entidade.

Assim, a LIPA - Liga de Iniciação e Propaganda da Aeronáutica, sediada no Porto, aceitou o convite e a organização conjunta, realizando-se este Encontro na mesma data mas em local diferente.

O Encontro teve lugar em 15 de julho de 2006, com organização conjunta da FPAim e da LIPA, e realizou-se no novo Campo de Voo da LIPA, em Mendões - S. Mamede do Coronado.

O novo terreno de voo da LIPA é um terreno alagado ao ano, com cerca de 4 hectares, ladeado a Norte, Este e Oeste por eucaliptos e livre a Sul.

Possui já uma pista em tela plástica com 100 x 10 metros e o terreno que ladeia a pista está fofado com eva baixa que forma um tapete apropriado para a aterragem dos planadores, normalmente modelos destruídos de trem de aterragem e que aterram com um pequeno pára-cho de protecção. Estes modelos são rádio controlados e o rádio controlado é a mais avançada forma de aeromodelismo, tecnicamente falando.

Com a ajuda de comando à distância por rádio, o modelo é conduzido como uma aeronave real, podendo efectuar-se mesmo manobras que não são possíveis com aviões reais. Os planadores podem manter-se nas correntes de ar ascendentes, durante horas, quer as vulgares térmicas da planície que as correntes orográficas que percorrem as encostas dos montes.

Motorizados por avançados motores eléctricos e carregando as baterias necessárias, existem planadores com motor.

O alicante nestes modelos é a ausência de ruído e a limpeza do sistema, que apenas requer como combustível a recarga das baterias. Não há realmente nenhum limite, a não ser a sua imaginação, para as oportunidades oferecidas pelo aeromodelismo.

De todas as modalidades aeromodelísticas com rádio comando, a dos planadores é na sua essência a mais simples.

O aeromodelista iniciado encontra nos planadores excelentes aspectos para a sua iniciação no voo rádio controlado. Os amantes deste tipo de voo à vela usufruem de ampla comodidade com a natureza, beneficiando de uma actividade serena e relaxante, numa tentativa de simular o voo das grande aves. Devido à inexistência de motor no planador, todo o voo terá de ter como objectivos o aproveitamento dos efeitos da deslocação das massas de ar, vulgo vento, em regimes orográficos ou térmicos.

Existem actualmente dois grandes grupos de modalidades regulamentadas oficialmente praticadas em condições distintas: Encostas (aproveitando os efeitos orográficos) e Planícies (explorando efeitos térmicos).



UM PLANADOR EM VOO



MONTAGEM DE PLANADOR



MONTAGEM E LANÇAMENTO



RECURSO MODELO EM MANO



MONTAGEM DO JUMBO

Encostas - É de absoluto a zona mais concorrida pelos aeromodelistas com planadores devido à sua simplicidade. Considerada a área ideal para a iniciação no voo à vela ou por aqueles que gostam com um voo prolongado. Permite longos voos tendo como limite simplesmente a duração das baterias de recepção ou a direcção/intensidade do vento.

Para voar de encosta basta encontrar uma que tenha o vento de frente com boa orográfica, isenta de obstáculos e disponha de uma zona para aterrar.

Como modalidade competitiva temos:

Planícies - Nesta área, as planícies escolhidas deverão conter espaços amplamente abertos sem obstáculos (tais como: árvores, postes de tensão, arames, etc...) e ainda uma boa zona para aterragem.

Os planadores podem ser colocados em voo de diversas maneiras:

À mão - o aeromodelista impulsiona o modelo tal como se fosse um dardo.

Cabo - necessita de um colaborador para rebocar o planador como um papagaio.

Fuga - existência de um elástico preso ao chão, esticando o elástico, este funciona como uma fuga.

Guincho - aparelho com um motor eléctrico, sistema de póis e cabo.

Reboque - onde o planador é rebocado por um avião a motor através de um cabo.

É nas planícies que existem mais modalidades competitivas:

Térmicos - é uma modalidade onde no lançamento podem ser usados os sistemas de elástico, cabo ou à mão. Consiste no lançamento do modelo e tentativa de o manter a voar o maior tempo possível, até a um determinado limite.

F3J é uma prova parecida com a modalidade Térmicos, embora o concorrente tenha como objectivo aterrar o mais próximo possível de um alvo colocado no chão.

F3B é a modalidade mais completa e denominada de múltipla tarefa. Pode-se usar o sistema de guincho ou cabo. Esta modalidade é a soma de três tarefas distintas: duração, distância e velocidade.

Duração - é uma tarefa parecida com a modalidade F3J.

Distância - é a tarefa onde existe um sistema de balizas (tal como o F3J) colocados a 150m uma da outra. O concorrente deverá executar o máximo de percursos durante um determinado período de tempo.

Velocidade - usando o mesmo sistema de balizas, o concorrente deverá executar 4 percursos no menor tempo possível.

A FPAim, ofereceu o almoço a todos os participantes, que foi um excelente churrasco levado a efeito pelos membros da Direcção da LIPA e que era farto e se encontrava muito bem confeccionado e agradável sobejamente. Pena foi o calor tórrido que se fez sentir e deve ter afastado alguns praticantes. ♦

CAMPEONATO DA EUROPA DE SUB-18

Portugal 'esmaga' Inglaterra

A selecção portuguesa de sub-18 bateu hoje a Inglaterra por 5-0, na Suécia, para terminar o Campeonato da Europa da categoria na 13ª posição.

Portugal fechou com chave de ouro a sua participação no 27.º Campeonato da Europa de Equipas Sub-18, ao obter uma vitória perfeita, por 5-0, frente à Inglaterra, na quinta e última volta ao Old Course do Birkstogs Golf Club, próximo de Malmö, na Suécia.

No jogo que atribuiu o 13.º e o 14.º lugares, o sétimo luso somou por triunfos as cinco partidas (quatro de singulares e uma de pares) disputadas com os ingleses, melhorando uma posição em relação à classificação obtida na edição anterior, realizada no Monticelli GC, em Itália.

O êxito causou sensação no próprio torneio, com muitos dirigentes a congratularem os membros da comitiva portuguesa, que integra, além dos seis jogadores, o "capitão" Miguel Franco de Sousa, Secretário-Técnico da Federação Portuguesa de Golfe, e o Treinador Nacional Adjunto, David Moura.

A Inglaterra é a nação com mais títulos (8) no

Europeu de Sub-18, em 1981, 1985, 1986, 1989, 1994, 1995, 1999 e 2004. Isto num campeonato que remonta a 1980. Filiação na English Golf Union são quase um milhão de jogadores, contra os cerca de 15 mil da Federação Portuguesa de Golfe.

No capítulo competitivo, a equipa lusa foi hoje claramente superior aos ingleses, que tinham como principais figuras Sam Hustby (detentor do título no Campeonato Internacional Amador de Espanha) e Dale Whitnell, oitavo-finalista no último British Amateur, entre 288 participantes. O primeiro seria derrotado por Ricardo Melo Gouveia (CG Vilamoura): os dois jogadores entraram empatados para o 18, mas o português venceu o buraco, sentenciando a partida por 1 up (um buraco de vantagem). O segundo ficou pelo caminho no 16.º, batido por Pedro Figueiredo (Quinta do Peru), por 3 e 2 (três buracos de vantagem e dois para jogar).

Bernardo Freire (Oitavos Golfe) e Daniel Silva (Vilamoura), tal como Melo Gouveia, venceram no 18.º, por 1 up. Freire meteu um "putt" comprido e a descer com linha, no "green" do 16, para ficar

em vantagem, que guardou até ao fim. Daniel meteu outro "putt" longo para ganhar ao cair do pano.

Antes das quatro partidas de singulares, a dupla João Carlotto (Vilamoura)/Tiago Rodrigues (Oporto GC) tinha ganho com a vontade a James Watts/Tom Heisker, por 4 e 3, na partida de pares em "foursomes" (parcadas ahemadas, com uma só bola).

Salientado que o Portugal-Inglaterra foi um bom "match", com muitos "birdies", Miguel Franco de Sousa diz que os jogadores portugueses fizeram um jogo «fluido, com ânimo e alegria», e que saem do campeonato «moralizados», apesar de não terem conseguido alcançar o objectivo inicial de ficar entre os 12 primeiros.

Nesta edição do Europeu de Sub-18, Portugal ocupou o quarto lugar após a primeira jornada de "stroke play" e na segunda desceu para 12.º, falhando os quartos-de-final por apenas quatro "shots". Depois, foi derrotada pela Itália, por 3-2, no round inaugural de "match play" (eliminatórios), antes de bater a Suíça (4-1) e a Inglaterra. ♦

voleibol

GIRA-VOLEI SOMA SUCESSOS

Miranda do Douro acolheu Encontro Nacional



Cerca de 500 jovens foram até Miranda do Douro, durante os dias 3 e 4 de Junho, para participarem em mais um Encontro Nacional de Gira-Volei, organizado pelo Departamento Técnico da Federação Portuguesa de Voleibol (FPV), em colaboração com a Câmara Municipal de Miranda do Douro. Aquela cidade transmontana recebeu, assim, muitas crianças a praticarem uma modalidade que até há muito pouco tempo naquela região ninguém praticava. Uma grande percentagem dos participantes nesta prova (quer alunos, quer professores) nunca tinham ido a Miranda do Douro, e ficaram completamente fascinados com a cidade, desde o Largo da Sé Catedral (onde decorreu a prova), às ruínas do Castelo, à vista fantástica que se tem sobre o Douro as suas quase sem trânsito muito bem conservadas, etc.

A prova decorreu no Largo da Sé, estendendo-se para baixo até às muralhas. Foram montados 24 campos em três pisos diferentes: reba, terra batida e paralelo. Apesar de alguma preocupação

de alguns responsáveis pela forma de algumas crianças se poderem magoar, durante a competição, isso praticamente não aconteceu. Foi assim uma prova cheia de alegria, que decorreu durante o fim-de-semana em Miranda do Douro, onde cerca de 500 jovens de todo o país, incluindo as filhas da Madeira e dos Açores, conviveram de uma forma salutar. No final, a entrega dos prémios foi feita num palco junto à muralha onde foram distinguidos

todos os participantes da prova. Os atletas foram chamados ao palco pelo Prof. Leonel Salgueiro, elemento responsável pelo Gira-Volei na FPV, as medalhas para todos os participantes foram entregues pelo Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Miranda do Douro, Américo Toral, e pelo representante do Gabinete de Imprensa da FPV, José Fonte; os Diplomas de Presença foram atribuídos pelo responsável do Gira-Volei em Miranda, o Prof. Francisco Pereira. ♦

6 - 10 ANOS femininos			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Catariheira / Garcia	Esc. Evaristo Nogueira	AVG
02	Lencastre / Costa	Colégio Paulo VI	AVP
03	Pereira / Romeiro	EB 1ª de Matriz	AVSM
11 - 12 ANOS femininos			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Pimenta / Fonseca	Escola Latino Coelho	AVV
02	Rosário / Silva	Esc. Evaristo Nogueira	AVG
03	Miranda / Oliveira	Juventude de Malta	AVP
13 - 15 ANOS femininos nível I			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Costa / Romeiro	CM Fozende	AVV
02	Santos / Pereira	Escola Latino Coelho	AVV
03	Sofia / Mendonça	AR 1ª Cruz do Douro	AVP
13 - 15 ANOS femininos nível II			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Paiva / Melo	Escola Latino Coelho	AVV
02	Marques / Fernandes	Esc. Evaristo Nogueira	AVG
03	Abreu / Gonzalez	EB 2,3 Conde de Ovelas	AVL

6 - 10 ANOS masculinos			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Martins / Almeida	Esc. Evaristo Nogueira	AVG
02	Telavira / Mucha	Esc. Evaristo Nogueira	AVP
03	Pimenta / Monteiro	Colégio de Lamego	AVV
11 - 12 ANOS masculinos			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Belica / Duarte	Juventude de Malta	AVP
02	Bravo / Moreira	EB 2,3 Gonçalves Zarco	AVL
03	Alves / Mendes	Esc. Evaristo Nogueira	AVG
13 - 15 ANOS masculinos nível I			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Pontevedra / Alves	Agrup. Esc. de Cerveira	AVVC
02	Ambrosio / Campos	Juventude de Malta	AVP
03	Lima / Santos	Juventude de Malta	AVP
13 - 15 ANOS masculinos nível II			
CLASSIFICAÇÃO	ESCOLA	TECNICO	AVULSO
01	Carvalho / Fonseca	Escola da Sequeira	AVG
02	Silva / Alentejo	Inst. Edu. do Juncal	AVL/AVL
03	Albino / Filipe	EB 2,3 de Mindelo	AVP

O QUE É ?

MODALIDADE

Joga-se que o Basebol deriva do velho jogo Inglês Rounders, introduzido na América do Norte no século XVIII, tornando-se conhecido como Town Ball. Em 1854, um novo-inquinado chamado Alexander J. Cartwright escreveu todo um conjunto de regras para o Town Ball, que passou, então, a ser designado por BASEBALL.

O primeiro jogo de Basebol, jogado de acordo com as novas regras teve lugar em 1856. A partir desse momento, o jogo viu a sua popularidade crescer nos Estados Unidos da América, amadurecendo depois para outros países.

O Basebol é praticado tanto por profissionais como por amadores, e, principalmente, por homens. Nos Estados Unidos existem várias ligas profissionais, mas as mais importantes são a American League e a National League, que, reunidas, constituem a Major League Baseball (MLB), as organizadoras dos jogos profissionais. Durante uma época de 6 meses, as equipas destas duas ligas não jogam umas contra as outras. Porém, quando a época é dada como encerrada oficialmente, em Outubro, as melhores equipas de cada liga defrontam-se na World Series, numa série de eliminatórias, para se decidir qual a melhor.

Por sua vez, o Basebol amador é dirigido pela International Baseball Association (IBA). Um dos objectivos da IBA é o de transformar o Basebol num desporto internacional e, até certo ponto, já o conseguiu. O jogo é apreciado em muitos países além dos Estados Unidos e do Canadá, incluindo a Coreia do Sul, Japão, Venezuela, México, República Dominicana, Porto Rico, Panamá e Cuba, o actual Campeão Mundial da modalidade. Até agora, o Basebol não ganhou grande popularidade na Europa, apesar da existência de núcleos entusiastas em Itália, Alemanha, Espanha, França e Holanda.

O Basebol foi incluído como desporto de demonstração em várias edições dos Jogos Olímpicos, mas só ganhou verdadeiro estatuto Olímpico nos Jogos de Barcelona, em 1992.

REGRAS DA MODALIDADE

O Basebol é jogado entre duas equipas formadas, cada uma, por nove jogadores, além dos substitutos, num total de catorze atletas, sob orientação de um treinador e obediência às regras oficiais, além da autoridade de um ou mais árbitros. No caso do campeonato português, cada clube deverá inscrever perante a FFB S., Federação Portuguesa de Basebol e Softbol, um mínimo catorze atletas e, ainda, dois treinadores e um anotador, devidamente credenciados pela federação.

O objectivo principal de cada equipa é apontar mais pontos que a outra equipa. Assim, a equipa que está na ofensiva deverá converter o bateador em corredor de bases, para que este tenha hipóteses de fazer um ponto; enquanto que a equipa que está na defensiva não deve permitir que os jogadores contrários avancem e façam o ponto, devendo para isso captar a bola que está em jogo interceptando, em seguida, o corredor na sua corrida entre as bases, num total de quatro, incluindo a homeplate. As dimensões do terreno de jogo devem ter no mínimo 70 por 45 metros, tendo em atenção as seguintes medidas e as marcações obrigatórias:

- distância entre bases: 27,43m
- distância do homeplate à 1ª base: 39,05m
- distância da 1ª base à 3ª base: 39,05m
- distância do homeplate ao pitcher's plate: 18,46m
- distância do homeplate ao backstop: 2,5m
- área do batter's box: rectângulo 2m por 1m
- área do catcher's box: rectângulo 2m por 1m
- medida das bases: 38cm por 38cm
- medida do pitcher's plate: rectângulo 73cm por 18cm

O vencedor será a equipa que apontar mais pontos de acordo com as regras.

O jogo desenvolve-se durante nove entradas (inning) por cada uma das equipas. Se uma equipa alcança uma vantagem de 10 corridas, depois do sétimo inning, o jogo termina com a sua vitória. Em caso de empate, no final das nove entradas, realizam-se-ão tantas entradas quantas sejam necessárias para chegar ao desempate.

A MODALIDADE EM PORTUGAL

Basebol começou a ter expressão em Portugal a partir dos finais dos anos Oitenta (1980).

Cômo influência Americana, como encontro de amigos, como prática consuetudinária de cidadãos de naturalidade estrangeira (filhos de ex-emigrantes portugueses, na sua maioria da Venezuela) ou como experiências escolares de diversificação dos padrões lúdicos e desportivos tradicionais, o facto é que o Basebol apareceu entre nós, criou factos e se apresenta, neste momento, como um projecto, no mínimo, exequível e de futuro. Assim, apareceu a Federação Portuguesa de Basebol e Softbol (FPB S.), que, de então para cá, tem desenvolvido todo um esforço organizativo interno, de enquadramento e formação de praticantes, clubes, núcleos escolares, treinadores, árbitros e anotadores. Tem, também, orientado a sua acção no sentido de responder às exigências do novo quadro legislativo, pretendendo, nomeadamente, concorrer ao estatuto de utilidade pública desportiva.

Já diversas actividades tiveram lugar, como o I Encontro Nacional de Basebol e Softbol, no Estádio Nacional, em Junho de 1993, em 1994, o I Circuito Nacional de Basebol, de 24 de Abril a 4 de Setembro, a primeira competição de nível oficial em Portugal. Até hoje não existe em Portugal nenhum Campo Oficial de Basebol. Em 2006 está prevista a inauguração do primeiro campo da modalidade no país, na Cidade Alentejana, tornando-se na capital da modalidade.

CLUBES FILIADOS

Febra Basebol Clube; Associação Académica de Coimbra; Paz Basebol Clube; Gaea Basebol Clube; Porto Basebol Clube; Basebol Clube Tigres de Loulé; Caciques de Espanha - Clube de Basebol e Softbol; Pioneiros do Seixal - Clube de Basebol e Softbol; Associação de Estudantes de Matosinhos Humana - FORD; Lisboa Basebol Clube; Escola Secundária de São André; Núcleo de Basebol da Associação Académica da Universidade de Aveiro.

GLOSSÁRIO

Anotador(a) - Pessoa(s) que registam(s) tudo o que acontece durante o jogo. Esta informação é depois utilizada na elaboração das estatísticas das equipas e dos jogadores.

Fly out - qualquer bola que seja apanhada (por um defensor de campo antes de tocar no chão (base, árbitro ou atacante).

Fly ball - bola batida em balão, que sobe muito. **Infield fly** - será gritado pelo árbitro a uma bola batida em balão que vá cair no campo interior.

Tal só acontece quando houver um corredor na 1ª base quando a bola é batida e houver menos de 2 as eliminações, sendo o bateador automaticamente eliminado.

Balk - movimento ilegal cometido pelo Lançador **Banco (dugout)** - Lugar reservado aos jogadores e técnicos das equipas nos momentos em que não estão em jogo.

Base - um dos quatro pontos que devem ser localizados, por ordem, pelo corredor para marcar pontos. **Base por Bolas** - Quando a 1ª base é atribuída ao bateador após 4 lançamentos fora da zona de strike (ou seja 4 bolas).



Bateador (batter) - primeira função do jogador atacante quando chega a sua vez de bater a bola. Após o batimento, o jogador larga o taco e torna-se corredor.

Batimento inválido (foul ball) - batimento irregular, para foras das linhas laterais do campo. Determina paragem do jogo (bola morta) e soma uma tentativa para o bateador.

Bola (ball) - vantagem do bateador em relação ao lançador. Pode ser devido ao lançamento por parte do lançador, para fora do quadrado imaginário, sem que o bateador efectue qualquer movimento.

Bola Morta - quando a bola não está em jogo.

Bola Válida (fair ball) - batimento que fica em terreno válido.

Bola Viva - quando a bola está em jogo.

Outfield - zona do campo onde não existem bases (a zona mais afastada da Casa Base).

Infield - zona do campo abrangida pelas bases.

Corredor (runner) - jogador da equipa atacante quando deixa de ser bateador (desde que não seja eliminado).

Defesa - qualquer jogador da equipa que defende.

Outfielder - defesa do campo exterior.

Infielder - defesa do campo interior.

Eliminação (out) - quando um atacante é eliminado pela equipa que defende.

3 eliminações implicam que a equipa que atacava passa a defender e vice-versa.

Entrada (inning) - conjunto de 1 ataque e 1ª defesa por parte de cada uma das equipas (um jogo é constituído por nove entradas).

Home-run - batimento legal para além dos limites e vedações do campo de jogo (no corredor limitado pelas linhas que partem de casa e passam pela 1ª e 3ª base) que permite ao bateador dar uma volta completa, marcando assim um ponto, e que todos os corredores que estejam em base marcam pontos, sem que a defesa possa fazer algo para o evitar.

Início da Entrada (top of the inning) - quando a equipa visitante vai atacar (início de cada entrada).

Interferência (interference) - quando um jogador ou técnico (atacante ou defensor) ou árbitro



interfere (propositadamente ou acidentalmente) com uma jogada, não permitindo que o jogador ou jogadores da outra equipa consigam efectuar uma jogada.

Double Play – quando numa jogada são eliminados 2 jogadores de uma equipa.

Jogada Forçada – jogada na qual o corredor perde direito à base onde se encontra uma vez que o baterador se torna corredor e entre estes não houver nenhuma base vazia.

Lançador (pitcher) – defensor que efectua o lançamento do centro do terreno para o receptor. O seu objectivo é lançar a bola de modo a evitar o batimento do baterador, mas tem de enviar a bola para um quadrado imaginário que se situa entre os joelhos e as axilas do baterador (zona de strike).

Lançamento – bola enviada pelo lançador para o receptor no início de cada jogada.

Obrigado a comer – quando o baterador se torna um corredor, se estiver um corredor na 1ª base este é obrigado a conquistar a base seguinte de modo a deixar a 1ª base disponível para o baterador. Se houver um corredor na 2ª base esse terá de comer para a 3ª, e se houver um corredor na 3ª este será obrigado a avançar para cima.

Um corredor que esteja numa base é obrigado a comer sempre que a bola for posta em jogo e entre ele e o baterador não houver uma base livre.

Ponto / Corrida (run) – quando um atacante chega a Casa Base sem ser eliminado. No fim do jogo, a equipa com maior número ganha.

Quebrar a Luva – acto de molhar a luva à mão do utilizador, quando esta é nova tornando-a mais macia, confortável, pronta para jogar (como esfolhar a luva).

Receptor (catcher) – defende a Casa Base e comanda grande parte das operações da sua defesa.

Roubar – quando um corredor consegue alcançar outra base sem que tenha havido um batimento e sem ser eliminado.

Safe – quando um jogador chega a uma base sem ser eliminado.

Strike – vantagem do lançador em relação ao baterador. Dá-se quando o baterador efectua o movimento com o taco (swing) e não acerta na bola. Não fazendo qualquer movimento com o taco mas a bola toca a bola válida. Quando o baterador bate uma bola inválida e tem menos de 2 strikes.

É feito um toque de bola inválida. O lançador atinge o baterador quando este tenta bater. O lançamento atinge o baterador dentro da zona de strike. Este acto é pronunciado pelo árbitro ou através de um gesto com o braço.

Strike-Out – eliminação directa do baterador por tentativas de batimento falhadas. Cada baterador tem três tentativas.

Terreno Inválido – parte do terreno de jogo fora das linhas de validação.

Terreno Válido – parte do terreno de jogo dentro das linhas de validação.

Topo da Entrada (bottom of the inning)

– quando a equipa da casa vai atacar (fim de cada entrada).

Toque de Bola (bunt) – bola intencionalmente batida sem força, que rola suavemente dentro do campo interior (a posição do baterador muda significativamente antes de ser feito o contacto com a bola).

Walk – quando o baterador avança para a 1ª base após o lançador lançar 4 bolas fora da zona de strike.

Zona de Strike – espaço imaginário sobre a casa base compreendido entre as axilas e a parte superior dos joelhos do baterador. ♦

Mais informações:
Federação Portuguesa de Béisbol e Softbol
www.fpbweb.org

ciclismo

CURSO DE COMISSÁRIO 24 aptos

Inserido no Plano de Formação da UVRFPCC – Federação Portuguesa de Ciclismo, realizou-se o CURSO DE COMISSÁRIO (formação inicial), com a duração de 45h, durante o mês de Junho, em Sangalhos, onde obtiveram aprovação 24 formandos, dos 26 participantes. Assim, dado a acção graduar os Comissários consoante a nota obtida, surgem 13 novos Comissários Nacionais B (50%) e 11 Regionais (42%), os quais possuem uma idade média de 32,6 anos. Os formandos aptos são 75% oriundos do norte do país, da área das Associações de Ciclismo de Aveiro e Porto, sendo os restantes das regiões de Lisboa, Santarém e Setúbal. Esta acção contou com o apoio do IDP – Instituto do Desporto de Portugal, da ANAC – Associação Nacional de Árbitros de Ciclismo, Associação de Ciclistas de Aveiro e Junta de Freguesia de Sangalhos. ♦

CAMPEONATO DA EUROPA DE BTT / DOWN HILL

A primeira vez para a Seleção Nacional de Júniores



Renato Ventura

A Seleção Nacional de Júniores participou pela primeira vez no Campeonato da Europa de Down Hill, entre 7 e 9 de Julho, em Commedaia – comuna italiana da província de Trento. A Seleção foi composta por três pilotos: Renato Ventura, Hugo Lourenço e Bruno Deffense e Portugal ainda esteve representado pelos pilotos Pedro Silva (Team Baeta Be One), Gonçalo Freitas (InfoBTT.com / Turner) e da categoria de Elites Bruno Freitas (InfoBTT.com / Turner) e Nuno Duarte (InfoBTT.com / Turner). O percurso, numa extensão de 2.800 mts, com uma inclinação média de 21,15%, partiu dos

1.330 mts e terminou nos 825 mts, caracterizando-se por ter muitas pedras e raízes, facto que tornou a pista muito técnica e perigosa. Assim, as quedas e furos foram uma constante e quem arriscava em demasia via-se envolvido em quedas, das quais também resultaram muitas avarias.

Relativamente a resultados, o piloto Renato Ventura foi o melhor atleta, fechando o Top 10 dos Júniores, ou seja classificando-se no 10.º lugar. ♦

PORTUGUESES júniores

	nome	tempo
11	Renato Ventura	04:27:40
16	Hugo Lourenço	05:50:09
26	Pedro Silva	06:00:42
38	Bruno Deffense	06:02:49
53	Gonçalo Freitas	11:05:15

PORTUGUESES elite

	nome	tempo
104	Bruno Freitas	05:12:22
111	Nuno Duarte	13:24:36

JOGOS EQUESTRES MUNDIAIS 2006 AACHEN

Equipa portuguesa conquista pela primeira vez uma medalha de bronze no Campeonato do Mundo...

Decorreu no dia 21 de Agosto o Campeonato do Mundo de Endurance (Raides) em Aachen, a primeira prova destes Jogos Equestres Mundiais que contou com 157 conjuntos de 42 nações.

A equipa portuguesa, constituída por Ana Barros, Filipe Cacheirinha, João Raposo e Ana Margarida Costa, conquistou a medalha de bronze terminando a prova atrás da França que conquistou a medalha de ouro e da Suíça, medalha de prata. Em termos individuais, João Raposo, o melhor português, classificou-se numa extraordinária 6ª posição, a melhor de sempre já alcançada por um cavaleiro português em Campeonatos do Mundo de Raides e Ana Margarida Costa obteve o 14º lugar. De realçar que neste Campeonato do Mundo estão presentes todas as melhores equipas e cavaleiros mundiais desta modalidade equestre, com destaque para as representações dos países árabes que, tradicionalmente,

e por este constituir nesses países o desporto nacional, têm sido os grandes dominadores nesta disciplina.

Numa extenuante prova de 160 kms, durante a qual cavalos e cavaleiros se tiveram que submeter a 4 inspeções médicas, de modo a averiguar as condições físicas para permanência em prova, condições cuja falta eliminou cerca de 72 conjuntos, a equipa portuguesa conseguiu qualificar 3 dos seus atletas, ficando de fora Filipe Cacheirinha no último posto de controlo veterinário.

Esta é a demonstração do elevado grau de seriedade, responsabilidade e profissionalismo com que a equipa portuguesa, chefiada pelo Vice-Presidente da FEP (Federação Equestre Portuguesa) Paulo Branco, preparou a sua participação nestes JEM.

Esta constitui, assim, uma jornada inesquecível para o Desporto Equestre em Portugal. ♦

... e conquista 15º lugar em Dressage

A 22 e 23 de Agosto, realizaram-se as provas de Ensino/Dressage do Campeonato do Mundo que contaram com a participação de 89 conjuntos. A equipa da Alemanha, país anfitrião, conquistou a sua primeira medalha nestes Jogos Equestres (ouro), deixando atrás de si a Holanda (prata) e os Estados Unidos (bronze).

Portugal, que pela primeira vez qualificou uma equipa nesta modalidade, obteve o 15º lugar, não deixando assim de ser um bom resultado visto esta disciplina olímpica

ser muito disputada. De realçar que a nossa equipa é "puramente" portuguesa, visto que todos os cavalos são Lusitanos.

Na classificação individual, Daniel Pinto, com GALOPIN DE LA FONT, ficou abaixo do que se estava à espera. Por causa de umas falhas de passagem de mão, obteve o 51º lugar com 62,792. Em 59º lugar ficou André Parada, com LANDIM (60,917), Nuno Vicente, com MOSTRADAMUS DO TOP (59,375), e Miguel Raão Duarte, com OXALUS DA MEIA LUA (53,000). ♦



ASSEMBLEIA GERAL DA FEI / CAMPEONATO DO MUNDO OPEN DE RESISTÊNCIA EQUESTRE

Portugal recebe eventos em 2007

O Presidente da Federação Equestre Portuguesa, D. Luis Vaz d'Almada, anunciou a realização da próxima Assembleia Geral da FEI no Estoril no próximo ano, bem como do Campeonato da Europa "OPEN" de Resistência Equestre.

A candidatura de Portugal foi a escolhida, entre várias, para acolher a próxima Assembleia Geral da FEI em 2007 e foi submetida pela Federação Equestre Portuguesa, em conjunto com a Junta de Turismo da Costa do Estoril. Na última fase, tinha como adversária a candidatura do Bahrein.

A Assembleia será presidida por Sua Alteza Real a Princesa Haya da Jordânia, eleita para o cargo de Presidente da Federação Equestre Internacional, na Assembleia Geral de 2006 que se realizou na Malásia.

Esta assembleia reúne 150 federações equestres dos 5 continentes e reunirá no Hotel Mirage no Estoril 400 delegados.

Há cerca de 30 anos que Portugal não acolhia a Assembleia Geral, o que representa o retorno, a nível mundial, de uma posição de relevo e notoriedade do desporto equestre português. Portugal reúne todas as condições para a prática da Resistência Equestre, colocada a candidatura em Setembro de 2004 e tendo como adversário a Bélgica, o sucesso da adjudicação por parte da FEI em Dezembro de 2005, teve um especial significado.

A Resistência Equestre, também conhecida por Raide, é uma competição Contra-Rolégio para testar a velocidade e a resistência de um cavalo. Ao mesmo tempo deve demonstrar os conhecimentos do cavaleiro em relação ao uso do seu cavalo. A performance do cavalo

em vários tipos de solo e quando defrontado com os vários obstáculos naturais é significativo para determinar a educação do cavalo bem como a relação cavalo/cavaleiro.

O Campeonato da Europa "OPEN" de Resistência Equestre realiza-se todos os dois anos, intercalado com o Campeonato do Mundo e tal como o nome indica, destina-se às nações Europeias. Dado o enorme crescimento da disciplina entendeu a F.E.I., incluir nestes Campeonatos a designação "Open" o que permite a Nações fora da Europa, mas perto geograficamente participar do evento, se assim o entenderem. Cerca de 140 conjuntos disputam este Campeonato, individualmente e por equipas ao mesmo tempo, duas classificações, deve rondar as 20 nações no total. Este "Open" realizar-se-á entre a Barraca d'Alva e a Companhia das Lezírias. ♦

CAMPEONATO DA EUROPA

Portugal pentacampeão europeu de Sevens...

A Seleção Nacional de Sevens regressou de Moscovo com o 5º título consecutivo de campeão europeu, depois de derrotar a equipa Russa, por 19-7, na final da 7ª edição do Circuito Europeu FIRA-AER. Os pentacampeões ganharam todos os jogos da fase do Grupo B e derrotaram a seleção italiana nas meias-finais por 22-0.

A composição da Seleção Portuguesa foi a seguinte: David Mateus, Diogo Mateus, João Mirra - Belenenses; Diogo Gama - Benfica; Pedro Cabral, Paulo Murinello, Pedro Murinello, Gonçalo Foro - CDUL; Adérito Esteves, Diogo Coelho - Agronomia. ♦



TORNEIO DOS JOGOS MUNDIAIS DE MODALIDADES NÃO OLÍMPICAS

... e vencedor de novo

A Seleção Nacional de Sevens venceu o torneio dos Jogos Mundiais de Modalidades Não Olímpicas realizado no dia 22 de Julho, em Sevilha. Depois de ter ganhado todos os 5 jogos disputados, a equipa "A" fechou a competição com 19-12 contra a equipa "A" de Espanha. Com 43º graus de temperatura e uma das organizações mais fracas a nível logístico, os "Lobos" venceram uma vez mais e encerraram assim a época com chave de ouro. ♦

MAIS INFORMAÇÕES:

Federação Portuguesa de Rugby - www.fpr.pt

CALENDRÁRIO OFICIAL DE PROVAS SENIOR

DATA	DIAS	DE HORAS	LOCAL	FORMAS	ACTO INTERNACIONAL (CATEGORIA) MARCA
30-01		Taça - 2	Taça - 2		Concentração Lisboa (29-01)
OCT. '06	05-Feriado	Dia do Rugby	Dia do Rugby		
	07-08	Taça - 3	Taça - 3		RWC 2007 (3) - Itália-Portugal
	14-15	Taça - 4	Taça - 4		Estádio (13-15)
	21-22	Taça - 5	Taça - 5	T.A.-1	Estádio (20-22)
	28-29	Taça - 6	Taça - 6	T.A.-2	RWC 2007 (5) - Portugal-Rússia
NOV. '06	01-Feriado				
	04-05		CN - 1	T.A.-3	Estádio (03-05)
	11-12	Taça - 10	Taça - 10	T.A.-4	RWC 2007 (6) - Portugal-NU
	18-19		CN - 2		Estádio (17-19)
	25-26	Taça - 10	CN-3/Taça-10	CN - 1	RWC 2007 (6) - NU-Portugal
DEZ. '06	01-Feriado				
	02-03	CN - 1	CN - 4	CN - 2	DUBAI SEVENS (29 Nov-01 Dez.)
	08-Feriado				
	09-10	CN - 2	CN - 5	CN - 3	SEVENS SEVENS
	16-17	CN - 3	CN - 6	CN - 4	
	23-24	(semana)			
30-31					

karatê



28º CURSO DE KARATÊ

Estágio e graduações

Realizou-se, no dia 8 de Julho, no Pavilhão do Silves Futebol Clube, o 28º Estágio do Instituto de Karatê Tradicional seguido de exames de graduação.

É um evento digno de registo já que nele participaram atletas da Academia de Karatê Mexilhoense, Ginásio Body Fitness de Portimão, Associação Karatê de Portimão, secção de Karatê do Clube de Instrução e Recreio Mexilhoense, Academia de Karatê de Monchique, secção de Karatê do Grupo Desportivo e Cultural do Enseirém, Centro de Artes Marciais de Lagos, Sociedade Recreativa Capriho Estorilense e Associação de Karatê Shoshun de Portimão. O estágio teve a orientação técnica e pedagógica do instrutor Chefe da Internacional Japan Karate Associação - Portugal, Prof. Rui Capria, e contou com o apoio técnico dos seus assistentes e do

mestre convidado sensei, José Porfírio 4. Dan e responsável técnico da AICSF.

Os atletas que foram examinados uma semana antes no final do Estágio receberam as suas Graduações, sendo um dos momentos de grande emoção e alegria. ♦



CAMPEONATO DO MUNDO

Participação positiva dos atletas lusos



Equipa de Portugal

A Seleção Portuguesa de Pankration, regressou a Portugal, após mais uma positiva participação no Campeonato do Mundo da Modalidade, efectuado na Grécia, onde ombrou com grandes potências mundiais dos desportos de combate. Estiveram representados os seguintes países: Portugal, Grécia, USA, Itália, Rússia, Chipre, Lituânia, França, Canadá, México, Camarões, Índia, Austrália e Brasil. O Campeonato decorreu com exemplar desportivismo e técnica, tendo a Seleção Grega conquistado o primeiro lugar por equipas com 10 medalhas de Ouro, 2 de Prata e uma de Bronze. Seguiu-se os Estados Unidos com 4 medalhas de Ouro, 3 de Prata e 3 de Bronze. Em terceiro lugar ficou a Itália com 1 medalha de Ouro, 7 de prata e 1 de Bronze.

Portugal participou com uma selecção de apenas 4 atletas e colocou-se em 6º lugar, tendo os nossos atletas alcançado honrosas posições (ver tabelas).

COMBATE

	NOME	CATEGORIA
01	Patrícia Fernandes (Medalha Prata)	65 Kg
02	André Alves	71 Kg
03	Pedro Moraes	77 Kg
04	Henrique Cunha	83 Kg

PALESMATA exercícios técnicos

	NOME
01	Pedro Moraes / Henrique Cunha

CAMPEONATO NACIONAL CLASSE 'A'

Competição renhida

Realizou-se em Mirandela no dia 15 de Julho de 2006, o Campeonato Nacional de Pangraton Classe "A", com a presença das equipas de Lisboa, Vilar Formoso, Aljió, Torre D. Chama, Chaves e Mirandela.

A competição foi renhida, com muita disputa pelas titulas nacionais nas várias categorias, que davam lugar ao apuramento para o Mundial da modalidade que se realizou em Kavala, na Grécia, nos dias

25, 26 e 27 de Agosto de 2006. Veja os Campeões Nacionais Classe "A" nas tabelas seguintes.

COMPETIÇÃO TÉCNICA

CATEGORIA	VENCEDOR
Podona Masculinos	Mirandela
Podona Femininos	Torre D. Chama
Podona Mistos	Torre D. Chama
Palestrata Masculino	Torre D. Chama
Palestrata Feminino	Mirandela
Palestrata Mistos	Torre D. Chama
Polydamos Masculino	Torre D. Chama
Polydamos Feminino	Mirandela

GERAL equipas

	NOME
01	Mirandela
02	Torre D. Chama
03	Aljió

INDIVIDUAIS masculinos

	NOME	CATEGORIA	LUGAR
01	João Varela	66 Kg	Aljió
02	André Alves	71 Kg	Lisboa
03	Pedro Moraes	77 Kg	Vilar Formoso
04	Henrique Cunha	83 Kg	Mirandela
05	Pedro Lima	90 Kg	Aljió

INDIVIDUAIS femininos

	NOME	CATEGORIA	LUGAR
01	André Varela	61 Kg	Aljió
02	Patrícia Bernardo	65 Kg	Lisboa
03	Sandra Dias	71 Kg	Mirandela
04	Tânia Almeida	78 Kg	Aljió

esgrima

CAMPEONATO EUROPEU

Dedicação e esforço dos 'nossos' atletas

Coube aos floretistas iniciarem a participação nacional neste importante evento e uma vez mais João Gomes do UPVN não deixou os seus créditos por mãos alheias, conseguindo alcançar um lugar entre os 16 primeiros atiradores europeus, apesar de praticamente não ter competido a nível internacional esta época.

Não começou bem as poules o experiente atleta da Venda Nova, conseguindo apenas duas vitórias contra quatro derrotas, na fase inicial. Ainda assim conseguiu apurar-se para a fase seguinte e eliminar o atleta alemão T. Bier por um soffido 15/14 e em seguida afastar um atleta húngaro.

No quarto principal de 16 foi levado de vencido por outro alemão, Kleinbrink.

Ainda assim é um excelente resultado do que renova esperanças para a participação no próximo Mundial de Turin (Duburo) e para os Jogos Olímpicos que se avizinham.

O outro português em prova foi Gael Santos da EDV, que também não conseguiu mais vitórias no poule ou o seu colega de selecção, mas não conseguiu eliminar o adversário que lhe calhou em sorte, sendo eliminado no quadro principal por um atleta romeno.

Marco Gonçalves não participou na competição por agravamento da lesão de que tem vindo a recuperar desde o início da época.

PORTUGUESES VOLTAM A MOSTRAR QUALIDADES

No dia da espada - neste caso o da espada feminina - a campêi e a vice campêi nacionais competiram, este ano, pela primeira vez a nível internacional e logo numa das provas mais exigentes a nível mundial.

Ana Gomes começou muito bem na fase de poules perdendo apenas dois jogos e vencendo quatro. Ana Miranda acusou mais o facto de não terem tido uma preparação adequada e apenas conseguiu uma vitória no poule o que se viria a revelar insuficiente para transitar para a fase seguinte.

Foi a melhor classificada das eliminadas nesta fase e apenas por falta de sorte não acompanhou a sua colega de equipa no UPVN, que se encontrou com a húngara Toth, uma atleta muito experiente e difícil e que se viria a revelar um obstáculo demasiado complicado para que Ana Gomes pudesse continuar a avançar na competição.

DEBILIDADES NÃO IMPEDIRAM A LUTA DOS PORTUGUESES

Já se sabia à partida que a equipa nacional se apresentaria numa situação de grande debilidade, não só pela preparação ao longo da época que não teve, mas também pela lesão do Marco Gonçalves que se voltou a sentir do local da fractura e não pode atirar nas melhores condições e ao que consta, jogou mesmo com dores.

Ainda assim competiram e lutaram o mais que conseguiram e claro está, fizeram o melhor que puderam, perderam no quadro de 16 com a Polónia, depois perderam com a Hungria e Bielorrússia e finalmente ganharam a equipa da casa, a Turquia, conquistando assim o 15º lugar. Na espada Masculina, o melhor foi João Borges, que obteve duas vitórias no poule e perdeu depois na eliminação directa com um polaco, enquanto o J. Videira apenas conseguiu uma vitória no poule e não pode ir mais além. A Débora Nogueira não conseguiu nenhuma vitória no poule e não conseguiu passar para a fase seguinte da competição. Parabéns a todos pela dedicação e o esforço com que se empenharam!

TEXTO: PVE

O QUE É?



MESTRE YANG NA POSTURA "ZHUAN ZHUANG"



MESTRE YANG NA POSTURA "ZHUAN ZHUANG"



MESTRE YANG E PÍRMO INICIAÇÃO NAS APLICAÇÕES MARCIAIS DO TAIJUIQUAN

TAIJIQUAN (TAI CHI CHUAN)

O Taijiquan fora originalmente criado para o combate tendo, como teoria de luta, a utilização da suavidade contra a dureza e o circular para neutralizar o linear ou rectilíneo. Para alcançar este objectivo, o corpo deve estar relaxado para que os movimentos sejam fluidos e naturais. O Taijiquan dá ênfase ao desenvolvimento do Qi (energia interna), fazendo-o circular por todo o corpo, através da concentração da mente. É por este motivo, que esta modalidade é utilizada no ocidente para manter a saúde e aumentar a longevidade.

Ao falarmos em Taijiquan não o podemos confundir com Taiji. Estes apresentam-se como conceitos distintos, sendo o último um conceito filosófico que orienta a estratégia de luta, os princípios fundamentais e a metodologia de treino da arte marcial Taijiquan. A denominação Taiji apareceu pela primeira vez no livro Yi Jing "Clássico das Mutações", escrito na dinastia de Zhou (1112 – 255 a. C.), significando Grande Último ou a força capaz de gerar a partir do vazio (Wu) a polaridade Yin e Yang, que mutuamente se complementam, divergem, contraem ou expandem. A interacção entre estas duas forças, permite criar subdivisões de carácter cíclico, estabelecendo padrões. Deste modo, o conceito em si é muito vago mas de uma versatilidade implacável, desde a criação do Universo, segundo alguns modelos actuais da Física Quântica, até à Medicina Tradicional Chinesa. Estes conceitos têm regido de forma indissociável a cultura e a sociedade chinesa.

Assim, aquando a aplicação do conceito Taiji ao homem, esta representa a mente (Yi) capaz de imobilidade total ou da criatividade limitada. Cada movimento ou força no Taijiquan, tem como origem a mente, e tal como no Yi Jing, a discriminação dessas forças é representada ao nível do trabalho dos pés, nos cinco elementos (Wuxing), e ao nível das mãos, nos oito trigramas (Bagua), formando a designação pelo qual o Taijiquan também é conhecido: Treze Posturas (Shi San Shi).

No que respeita à história do Taijiquan, existem várias teorias sobre a criação desta arte marcial, contudo, hoje em dia, a mais aceite pelos mestres e praticantes das várias escolas, é a que atribui a criação a Zhang, San-feng, um monge taoísta do Templo Wudang, província de Fube, nos finais da dinastia Song (960 – 1127 d. C.). Acredita-se que terá sido após a observação de uma luta entre uma serpente e uma perca, e os seus respectivos movimentos, que Zhang, San-feng se inspirou ao criar o Taijiquan. Apesar de se observar um período na história um pouco vago, foi somente no início do séc. XVII, na aldeia da família Chen (Chen Ji Gou), província de Henan, que se começou a praticar as artes marciais

e onde surgiram os estilos modernos de Taijiquan. Não se sabe ao certo de que forma as artes marciais do Templo Wudang terão chegado a Chen Ji Gou. No entanto, no séc. XIX, Yang, Lu-Chan (1799 – 1872 d. C.) deslocou-se a Chen Ji Gou, onde aprendeu as artes marciais da família Chen (estilo Chen de Taijiquan), vindo mais tarde a modificá-lo, fundando assim, o que viria a tornar-se o estilo mais famoso de Taijiquan no séc. XX: o estilo Yang. Para além deste estilo e do já falado estilo Chen, existem mais três estilos principais: Wu, Wu (Hao) e Sun, sendo estes derivados do estilo Yang.

Os princípios fundamentais e a metodologia de treino do Taijiquan chegam-nos aos dias de hoje através dos clássicos, poemas que são deixados pelos grandes mestres, que nos ajudam a perceber quais as características que regulam a prática. Tal como no Qigong, o termo usado é regular e é composto por cinco elementos (Wu Tiao): **Regular o Corpo (Tiao Shen):** os movimentos do Taijiquan são originados nas pernas, conduzidos pela cintura e manifestados nas mãos, ou seja, o corpo deve estar relaxado, transmitindo sem quebras, movimentos fluidos ao longo do seu trajectória. Tal, é alcançado se a cabeça estiver como que suspensa, se o tronco estiver equilibrado e direito, se a cintura se mover como um itro e se as pernas estiverem firmes e encaixadas.

Regular a Respiração (Tiao Xi): no Taijiquan começa-se por treinar a respiração natural do praticante, até esta se tornar calma, suave e relaxada, de modo a acompanhar os movimentos. No entanto, rapidamente poderá evoluir para técnicas abdominais que a princípio levanta o praticante a relaxar de forma mais profunda e, que mais tarde, permite-lhe a conduzir o Qi nas posturas.

Regular a Mente (Tiao Xin): o Taijiquan usa um princípio clássico do Qigong marcial – usar a mente para guiar o Qi (bio-electricidade) às acções. Sendo este um estilo interno, significa que dará uma grande ênfase à relação entre a mente e o Qi. Deste modo, o treino para uma mente calma, concentrada e firme é fundamental. Por exemplo, se a mente estiver calma, livre da perturbação das emoções, o corpo relaxa e a condução do Qi é possível; caso contrário o Qi não flui.

Regular o Qi (Tiao Qi): regular o Qi no Taijiquan implica regular o corpo, respiração e mente. Apenas com um gesto correcto do corpo, com uma intenção da mente firme e concentrada, e com a utilização correcta da respiração como estratégia, é que se pode afectar significativamente a circulação do Qi. A combinação dos Exercícios Wai Dan fixos e em movimento (em pé) que afectam os meridianos (Jing) com os Exercí-

cios Nei Dan, em postura de meditação que afectam os vasos (Mai), são utilizados para o praticante treinar o uso da mente concentrada e, através de técnicas respiratórias específicas, guiar o Qi dentro das posturas.

Regular o Espírito (Tiao Shen): O espírito está intimamente relacionado com a mente, pois quando a mente está calma e firme, o espírito pode ficar retido internamente. É costume dizer-se: "Se o espírito da vitalidade puder ser elevado, então não haverá atrasos ou movimentos pesados, isto significa que a cabeça está suspensa". Para que isto seja possível, primeiro o Qi tem de ser concentrado na raiz, só depois é tolerado ao espírito da vitalidade subir ao topo da cabeça, clarificando a mente e permitindo ao corpo mover-se levemente sem inibições. ♦

www.ymaportugal.com

Seminário Taijiquan Mestre Yang, Jwing - Ming

Escola Secundária Emídio Navarro
Alameda
28 e 29 de Outubro



大極拳

Condensar

Harmonizar

Intencional

Taijiquan

Sequências e Aplicações

para mais informações consulte:
www.ymaportugal.com

CAMPEONATO NACIONAL 1ª DIVISÃO

CRP vence competição

O Pavilhão da Associação Académica da Amadora, recebeu nos dias 1 e 2 de Julho, os Campeonatos Nacionais da 1ª Divisão de Ginástica Rítmica, nos escalões Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores.

Sagraram-se Campãs Nacionais as ginastas, Inês Gomes do CRP (Sen.), Joana Saraiva da SFUAP (Jun.), Catarina Lopes da SFUAP (Juv.) e Raquel Lima da SFUAP (Esp.).

Inês Gomes do CRP conquistou o ouro na categoria de Seniores com a marca de 58,925, Susana Abarantes (SAD) alcançou a prata com

58,850 à frente de Laura Lima do CRP que subiu ao terceiro lugar do pódio com 57,925 pontos. No escalão Júnior, subiram ao pódio Joana Saraiva da SFUAP, com 58,200 (ouro), Sara Caetano (prata) do CRP, e Catarina Ivanova (bronze) 51,725 do GCP.

Na competição de Juvenis, a SFUAP alcançou o ouro e prata, através de Catarina Lopes, 57,225 pts., e Carolina Matos, 56,800 pts., respectivamente. Vanessa Roziz, do GCST, com a sua prestação alcançou o bronze, com um total de 51,750 pts.

Em Esperanças, a SFUAP voltou a colocar duas ginastas no pódio ganhando as medalhas de ouro e bronze. Com 53,875 pts., Raquel Lima dominou a prova, a prata sorriu à ginasta Carolina Martins do GDEMARP com 53,575 pts., e o terceiro lugar foi entregue à jovem Maria Canilhas com 53,475 pts.

O pódio por equipas ficou assim ordenado: 1º lugar - CRP 118,650 pts., em 2º - SFUAP 114,900 pts., e em 3º lugar - GCP 112,075 pts. Encerrou estes campeonatos uma gala com exibições das classes do CCRCCR, CRP, GCP, SAD, SFUAP e das ginastas da selecção nacional individual.

No total competiram 64 ginastas, 19 Esperanças, 18 Juvenis e Júniores e 9 Seniores, em representação de 14 clubes. ♦

dança desportiva

PORTUGAL OPEN 2006

Prova de alto nível

O Pavilhão Municipal do Complexo Desportivo do Casal Vistoso irá mais uma vez acolher a maior prova de dança desportiva realizada em Portugal. Esta prova internacional das danças latinas, é promovida pela escola de dança da Sociedade Filarmónica Alunos de Apolo. No próximo dia 23 de Setembro, as competições começam às 14.00 com as primeiras eliminatórias. As finais das categorias mais avançadas ocorrerão a partir das 21.00. Esta prova anteriormente designada por Lisboa Open mudou a designação pela crescente importância da mesma no plano nacional.

O ano passado estiveram em prova cerca de duzentos pares e este ano a organização espera conseguir ultrapassar esse número. Trata-se de uma prova internacional e aberta a qualquer par que atribua pontos para o ranking mundial da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF. Garantia está até ao momento a presença de pares de Espanha, Alemanha, Inglaterra e República Checa, a organização está a contar com a representação de muitos mais países.

Este evento terá importância acrescida por ser a primeira prova de uma iniciativa conjunta da Federação Portuguesa de Dança Desportiva e da Federação Espanhola. O Portugal Open será a primeira eliminatória para Juventude e Adultos da recém criada Taça Bélica. Pela primeira vez na história da dança será realizada uma prova com estas características e desta importância, reconhecida por ambas as partes.

Alunos de Apolo
PORTUGAL OPEN 2006
IDSF INTERNATIONAL OPEN LATIN

23 SETEMBRO - PAVILHÃO MUNICIPAL DO CASAL VISTOSO LISBOA

JUVENIS, JÚNIORES, JUVENTUDE, ADULTOS, SENIORES



A Câmara Municipal de Lisboa, através do pelouro do desporto apoia esta iniciativa na sua logística promoção e divulgação. Também apoiam esta prova desportiva o Instituto do Desporto de Portugal, IDP, a Federação Portuguesa de Dança Desportiva, FPDD e o hotel Novotel - Malhoa. ♦

Mais informações:
www.alunosdeapolo.com

Na próxima edição de AMMA, será publicada uma reportagem mais pormenorizada sobre este evento.

GERMAN OPEN
CHAMPIONSHIPS 2006

Uma das
maiores
competições
internacionais

Realizou-se, de 15 a 20 de Agosto, mais uma edição do campeonato aberto de dança desportiva, German Open Championships, GOC. Esta é uma das maiores provas internacionais das danças latino-americanas e clássicas ou standard. Em prova estiveram pares das 75 associações membros da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF. Milhares de pares disputaram um lugar no pódio em todos os escalões desde juvenis até aos seniores, incluindo profissionais. Num dos painéis de Jures de Prova esteve o Professor Alberto Rodrigues. Pela segunda vez este juiz de prova português com a licença IDSF foi um dos responsáveis pelos resultados apurados nalgumas provas que decorreram durante os seis dias do evento.

Portugal esteve representado por cerca de 20 pares em vários escalões e danças. Os pares eram provenientes de várias escolas/clubes e de vários pontos do país. ♦

Mais informações -
feil - Fort. Dança Desportiva - www.fpdid.pt
ou www.goc-stuttgart.de

COMPRAR... VENDER... TROCAR...
PEQUENO... MAS EFICAZ.

Apaga, por apenas 2 EUROS,
página publicitária na A.M.M.A.

Basta inscrever a que pretende comprar, vender ou trocar, nome máximo de 170 caracteres.

Envie o seu anúncio, junto com os seus dados (nome, morada, contacto telefónico) a form@amama.pt

publicidade@compraevenda.com

REGISTOS: Clique no site do nosso portal www.amama.pt

ALTOGRUPO MAGALHÃES SOCIAIS E MARKETING

EST. SEBRA DA MIRA, 57 - 1º B | 2780-170 AMADORA

Tel: 212900000 Fax: 212900001

REGISTO EM REPÚBLICA DE PORTUGAL (Associação)



EQUIPA PORTUGUESA

CAMPEONATO DA EUROPA DE TIRO COM ARCO DE CAÇA

19 medalhas para Portugal

No período entre 10 e 13 de julho, decorreu em Torres Novas, em plena Serra D'Aire e Candeeiros, o Campeonato da Europa da modalidade, o qual teve a participação de 285 atiradores oriundos de 12 países (AAE, Alemanha, Áustria, Estónia, Finlândia, França, Inglaterra, Holanda, Irlanda, Itália, Suíça e Portugal). Portugal, com a participação de mais de 7 dezenas de atiradores, a maior participação neste evento, arrecadou 10 medalhas de ouro (Ivo Rafael, Ricardo Araújo, André Vieira, Vitor Ferreira, Sofia Moreira, Rita Moreira, Edna Guiberez, Leonor Lourenço, Rita Gabão e Liliana Cardoso), 4 de prata (Ricardo Ávila, João Abrantes, Catarina Bem-Haja e Zélia Martins) e 5 de bronze (Júlio Batista, José Magalhães, Henrique Jordan, Alice Reis e Maria Ribeiro), medalhas conseguidas nas diversas classes e escalões.

O campeonato consistia de 4 percursos de caça, os quais os atiradores tinham de percorrer ao longo dos 4 dias da prova. Prova que decorreu devido a um calor abrasador o que originou, em especial no primeiro dia, algumas insolações com a consequente desidratação de alguns atiradores, situação prontamente corrigida pela organização que minimizou o problema com um aumento da distribuição de água evitando que esse problema se repetisse nos dias seguintes. A organização, cujo rosto visível foi António Nogueira do Team Targuet, demonstrou grande poder organizativo, resolvendo a contento todos os problemas que foram surgindo e que numa prova desta envergadura são sempre muitos, facto que, com algumas queixas no primeiro dia, em especial devido ao calor,

recebu no final rasgados elogios da parte dos atiradores.

Portugal esteve em grande tanto no aspecto desportivo, como no aspecto organizativo. Na semana seguinte decorreu, no mesmo local e no estádio do Assento, o Campeonato da Europa de Besta de Caça e Besta de Carneira, onde, apesar de uma menor participação de atiradores (facto que se deve à menor divulgação da modalidade), foram conseguidos óptimos resultados, tendo mesmo sido batidos alguns recordos europeus (ver tabela). ●

NARÍO JOAQUIM

RECORDOS EUROPEUS				
MEDALHADA	SCALA	PAÍS	TOTAL	
SC-400 55 Masc.	António Ruivo	Portugal	148	
SC-400 45 Masc.	Carlos Almeida	Portugal	177	
SC-400 35 Masc.	Carlos Almeida	Portugal	175	
SC-600 Masc.	Carlos Almeida	Portugal	473	
2xTC-600 Masc.	Carlos Almeida	Portugal	919	
SC-400 55 Senior	Eduardo Santos	Portugal	140	
SC-600 45 Senior	Eduardo Santos	Portugal	153	
SC-600 35 Senior	Eduardo Santos	Portugal	175	
SC-400 Senior	Eduardo Santos	Portugal	408	
2xTC-600 Senior	Eduardo Santos	Portugal	895	
TC-900 65 Masc.	Dermot McMahon	Irlanda	258	
TC-900 55 Masc.	Dermot McMahon	Irlanda	261	
TC-900 45 Masc.	Dermot McMahon	Irlanda	275	
TC-900 Masc.	Dermot McMahon	Irlanda	787	
2xTC-900 Masc.	Dermot McMahon	Irlanda	1568	
TC-900 45 Fem.	Lynne Kendrick	Inglat.	6	
TC-900 Fem.	Lynne Kendrick	Inglat.	6	
2xTC-900 Fem.	Lynne Kendrick	Inglat.	6	
TC-900 65 Senior	Mickey Skottlund	Suécia	266	
TC-900 55 Senior	Richard Delaney	Irlanda	269	
TC-900 45 Senior	Mickey Skottlund	Suécia	279	
TC-900 Senior	Mickey Skottlund	Suécia	807	
2xTC-900 Senior	Mickey Skottlund	Suécia	1602	
TC-900 65 Assit.	Iris Bingham	Inglat.	211	
TC-900 55 Assit.	Iris Bingham	Inglat.	262	
TC-900 45 Assit.	Iris Bingham	Inglat.	288	
TC-900 Assit.	Iris Bingham	Inglat.	833	
2xTC-900 Assit.	Iris Bingham	Inglat.	1638	



APRESENTAÇÃO DAS EQUIPAS



PREPARAÇÃO DOS ATIRADORES

CAMPEONATO NACIONAL DE NAVEGAÇÃO 4x4 / 2007

Perspectivas e objectivos

Ultrapassada a primeira metade do campeonato do presente ano, e atingidos, já neste momento, todos os objectivos, que em devido tempo nos propusemos cumprir até 31 de Dezembro 2006, nomeadamente - média geral de equipas concorrentes por prova superior a 25 - número de equipas diferentes envolvidas no campeonato superior a 50 - número de concorrentes diferentes superior a 100. Importa perspectivar desde já o campeonato do próximo ano de 2007, e tomar públicas três linhas de orientação que vêm merecendo particular receptividade junto de organizadores, patrocinadores, concorrentes e candidatos a concorrentes.

Por um lado, cada vez se realinha mais intensamente a proposta de que o campeonato tenha um menor número de provas, 10 no máximo, potenciando-se desde modo uma ainda maior qualificação das mesmas em todos os seus aspectos, mesmo se se continuou a intensificar todos os esforços com vista à captação de mais participantes diferentes.

Por outro lado, também se perspectiva para o próximo ano o arranque em pleno do Campeonato Nacional de Navegação de Quad's, naturalmente assente nas experiências e testes que vêm sendo efectuados.

E ainda, numa perspectiva de um mais efectivo enquadramento nacional, o arranque de uma versão específica do Campeonato de Navegação na Região Autónoma da Madeira, perfeitamente interligado com as potencialidades do território, em termos naturais e turísticos e, mais ainda, suportado no magnífico trabalho que vem sendo realizado pela Associação Madeirense de Todo o Terreno Turístico. Deste modo, aproximando-se a reunião da Assembleia Geral da FPTT, de Outubro, onde necessariamente serão apreciados e deliberados os regulamentos para o ano de 2007, importa suscitar a reflexão de todos os que de algum modo estão interessados nestes projectos, e ou têm por objectivo a prestação de melhor informação pública. ♦

FED. PORTUGUESA TODO-O-TERRENO TURÍSTICO

XIV RAID CASINO DE ESPINHO

Por caminhos magníficos

No fim de semana 22 / 23 de Julho teve início, pelas 9h de sábado, o XIV edição do Raid Casino de Espinho.

As 42 equipas (oitro estrangeiras) começaram por se apresentar, a partir das 8 h no secretariado posicionado na Cervejaria Biva.

Dai, dirigiram-se para a partida em frente ao Casino de Espinho e após o briefing, iniciaram a primeira etapa, que contou com o Venador da Câmara Municipal de Espinho, Eng. Manuel Rocha, para dar a partida ao primeiro participante. Esta 1ª etapa das 3 que constituíam o Raid, era a mais longa pois tinha uma extensão de 102 kms. No início dos estradões de terra surgiram um contínuo pois deparámos com um imponente pinheiro caído no meio do trajecto bloqueando por completo a estrada, no entanto a organização, com a ajuda de um habitante local murrado de moto semá, conseguiu num curto espaço de tempo desimpedir o trajecto.

É lá fomos nós para os magníficos e lindos caminhos das Serras de Freita, Arada e Armeiros, parando para um delicioso almoço / buffet servido em Nidar à sombra de magníficas betulas e com o Rio Pava para refrescar.

A 2ª etapa iniciou-se com uma paragem em Sequeiros para o café acompanhado da já famosa Abeleirinha, continuando a partir daí por montes e vales até que, ao fim de tarde, tivemos uma recepção e visita guiada no lindíssimo Adega Cooperativa de Dão - Lafões, onde fomos agraciados com uma prova de vinhos e petiscos da região. A um mercado barho já no Hotel do Parque nas Terras de S. Pedro do Sul, seguiu-se um excelente jantar, que encerrou o dia de sábado. A manhã de domingo, começou com o pequeno almoço, para de imediato nos direccionarmos a Espinho, pois ainda nos faltava efectuar a 3ª e última etapa com uma extensão de 98 kms. Chegados a Espinho, já nos esperava o tradicional e excelente buffet no Hotel Solverde para ai dar por encerrada o XIV edição do Raid Casino de Espinho. Um especial agradecimento aos patrocinadores, nomeadamente: Caviro de Espinho, GarageM Juízo, Luis Filipe e Imã, Lussen, Cerveja Biva, como também pelo apoio prestado pela Câmara Municipal de Espinho.

Para finalizar, um muito obrigado aos participantes desta edição 2006. E ATE 2007. ♦

A ORGANIZAÇÃO

IX DESAFIO DÃO LAFÕES

Excelente prova de navegação



Pelo segundo ano consecutivo, organizadores filiados da FPTT assumiram a responsabilidade de levar a efeito uma prova do Campeonato Nacional de Navegação 4x4 no decurso do mês de Agosto.

Com uma organização do Dã Gás Clube de Mangualde, e na Região Dão Lafões, decorreu uma excelente prova de navegação do agrado de todos os concorrentes.

As equipas concorrentes mantêm uma acesa disputa entre si pelos melhores lugares da tabela classificativa, afirmando-se essa disputa entre grupos sistemáticos de duas, três e quatro equipas! Com todo o mérito, sem dúvida, a equipa terceira classificada no campeonato venceu a prova, a dupla Carlos Ferreira / António Salazar (Camel Active Bencar), a equipa campeã em título Amílcar Monteiro / Paulo Couto (Fly London Bencar) obteve o segundo lugar na prova, e sempre seguidos de perto pela dupla Luis Machado / Pedro Caetano (Trasduco) respectivamente terceira classificada na prova e segunda no campeonato. ♦



CLASSIFICAÇÃO GERAL APOÓS A 3ª PROVA

	PROVA NAVEGAÇÃO	ESCALA	TOTAL
01	Amílcar Monteiro Paulo Couto	Fly London Bencar	318
02	Luis Machado Guilherme Coutinho	Trasduco	315
03	Carlos Ferreira António Salazar	Camel Active Bencar	305

CALENDÁRIO NACIONAL TT TURÍSTICO

OUTUBRO	DESIGNAÇÃO	ORGANIZADOR	LOCAL
4 a 8	Equo-Aventura 2005	FPTT / Turilo Clube	Europarque - 50ª MP Feia
5 a 7	Raid Equo-Aventura 2006	Turilo Clube	Santa Maria da Feira
7 a 8	12ª Concentração Nacional de Todo-O-Terreno	FPTT / Turilo Clube	Europarque - 50ª MP Feia
7	Vº Passeio C.T.T.A. Soure à Equo-Aventura	Clube Tracção Total Aventura	Soure - 50ª MP Feia
7	Passeio ao Porto Santo	Nucleo Regional Land Rover	R. A. Madeira
13 a 15	3ª Aventura Land Rover	Clube Escape Livre	Serra de Estrela
14	Prova do C.N. Naveg. 4x4: Navegação Colémbra 2006	Assoc. Acad. Colémbra	Colémbra
20 a 21	XIII Passeio TT Rota das Mós	Clube Auto. Porto de Mós	Porto de Mós
21	Prova do C.N. Trial Aventura 4x4: Extreme Trial 4x4	Rotas & Sistemas	Montijo
21	D O 4.1	Jipventura	Braga
21	Biscois 2006	Pinhel Fora de Estrada	Pinhel
28	VIII Rota do Tasega	Motor Clube de Baixo	Celorigo de Baixo
28	12ª Saarlum T.T.	C. Tracção Total Aventura	Soure
28 a 29	X Raid Por Terras D. Dinis	Motor Clube Vila Flor	Vila Flor



1º TORNEIO DE ESGRIMA EM CADEIRAS DE RODAS

Marco histórico para a esgrima portuguesa

ANDRÉ SABINO EM REPRESENTAÇÃO DO CFESA FOI O VENCEDOR DA CLASSE A

Numa organização do Clube Desportivo da Costa do Estoril sob a égide das Federações de Esgrima e do Desporto para Deficientes, realizou-se no fim de semana de 22 e 23 de Julho, no ginásio daquele clube, o 1º Torneio de Esgrima em Cadeiras de Rodas.

Neste 1º Torneio realizado em Portugal, por iniciativa do Mestre Eugénio Roque, com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, participaram 9 atletas do Centro de Formação de Esgrima da ESA, da Escola Alberto Iria de Orlão, do Centro de

Reabilitação de Alcoitão e do Clube organizador. Na Classe A, foi vencedor André Sabino em representação do C.F. Esgrima da Escola Secundária



da Amadoná, que venceu na final o atleta da Alberto Iria, Hélder Farofo por 10-8.

Na Classe B, a vitória pertenceu ao atleta da Escola Alberto Iria, Eduardo Ferreira de Aze, que venceu na final o atleta do C.D. Desportivo da Costa do Estoril, Marco Martins, por 10-6. No final, todos os atletas e Instituições receberam prémios alusivos a este 1º Evento a que se seguiu um almoço de confraternização.

Esta modalidade de Esgrima inserida nos Jogos Paralímpicos, vai ter as suas provas oficiais em Portugal já na próxima época, com o apoio das Federações de Esgrima e de Desporto para Deficientes. ♦

IAAF GOLDEN LEAGUE MEETING OF PARIS

Carlos Lopes vice-campeão

Carlos Lopes sagrou-se vice-campeão dos 100m na IAAF Golden League Meeting of Paris, que decorreu no passado dia 8 de Julho, em Paris. O atleta fez-se acompanhar do seu guia e treinador Nuno Alparça. Com uma excelente exibição, o atleta português obteve o tempo de 11.80 numa prova bastante reñida, em que o vencedor foi o francês Trésor Makunda com o tempo de 11.78.

De salientar que esta é uma prova integrada na IAAF Golden League Meeting of Paris, em que apenas são convidados os atletas de maior prestígio internacional. O atleta português já anteriormente tinha sido convidado, em 2003, tendo obtido, igualmente, o 2º lugar. ♦

MEETING SHEFFIELD

Nadadores portugueses brilham em Inglaterra...

"Brilhante" é a melhor palavra para descrever a participação portuguesa no Nationwide Open Long Course Swimming, que decorreu entre os dias 7 e 9 de Julho, em Sheffield. Com 2 primeiros lugares, 6 segundos lugares, 3 terceiros lugares e 7 recordes nacionais em piscina longa baridos, os nossos atletas demonstraram porque pertencem à elite da natação mundial. A comitiva foi constituída pelos atletas David Grachat, Leila Marques e Nelson Lopes, orientados pelo técnico Carlos Mota. O nível de competição foi muito elevado com a presença de mais de 300 atletas provenientes de 19 países para disputar esta prova de preparação para os Campeonatos do Mundo que irão decorrer em Novembro deste ano na África do Sul e que constituem uma prova de qualificação para os Jogos Paralímpicos de Pequim 2008. ♦

ATLETAS PORTUGUESES

David Grachat	
100m livres:	1º lugar (11:32.80)
400m livres:	2º lugar (0:32.80)
800m livres:	2º lugar (0:32.80)
100m costas:	2º lugar (0:32.80)
100m mariposa:	2º lugar (0:32.80)
Leila Marques	
100m livres:	2º lugar (0:32.80)
100m mariposa:	1º lugar (0:32.80)
100m costas:	2º lugar (0:32.80)
200m costas:	4º lugar (0:32.80)
Nelson Lopes	
100m livres:	2º lugar (0:32.80)
100m costas:	2º lugar (0:32.80)
100m mariposa:	2º lugar (0:32.80)

* Ainda estão disponíveis os tempos dos atletas.

OPEN DE PORTUGAL DE NATAÇÃO ADAPTADA

...e ainda em grande forma

8 NOVAS CADEIRAS DE RODAS PARA A SEL. NAC. BASQUETEBOL
Basquetebol ganha novas rodas

Ao abrigo do Contrato-Programa de Apeachmento estabelecido com o IDP, a Seleção Nacional de Basquetebol em cadeira de rodas irá receber 8 novas cadeiras. A entrega formal tem lugar no próximo dia 23 de Setembro, pelas 17horas, no Pavilhão da Escola Secundária de Santo António da Charneca, no Barcelos. Neste mesmo dia, a Seleção Nacional estagia nesta escola de forma a continuar a sua preparação para o Campeonato da Europa Divisão C que tem lugar no próximo ano, com o objectivo de aceder à Divisão B. O estágio é constituído por um treino diário: 10h-12h e 14h-17h. Em Portugal, a Seleção Nacional de Basquetebol em cadeira de rodas é constituída por 12 jogadores, provenientes dos clubes que disputam

O Open de Portugal de Natação Adaptada, realizou-se nos passados dias 22 e 23 de Julho na Piscina de Vila Franca de Xira.

Esta foi uma prova recheada de resultados, tendo sido batidos um recorde do Mundo e 16 recordes Nacionais e alcançados 17 mínimos A e 16 mínimos B. ♦

o Campeonato Nacional. Com estas 8 novas cadeiras, fica a faltar outro tanto para que os restantes 4 jogadores também possam ter as mesmas condições e para que existam 4 adesões de reserva. Desta forma, a seleção nacional fica totalmente apeachmentada. Esta atractiva modalidade desenvolve-se por diferentes competições ao longo da época desportiva: a Super Taça que tem lugar no próximo dia 29 de Outubro; o Campeonato Nacional que tem o seu início no dia 11 de Novembro e o seu término em Junho de 2007; a Taça de Portugal que decorre entre Janeiro e Maio de 2007 e a Euro Cup que está marcada para os dias 9 a 11 de Março, no Casal Vistoso, em Lisboa. ♦

CAMPEONATO DO MUNDO DE NATAÇÃO DA DSISO 2008

Portugal como país organizador

Na assembleia-geral da DSISO (Down Syndrome International Swimming Organisation/Organização Internacional de Natação para Síndrome de Down), Portugal ganhou a candidatura para a organização do próximo Campeonato do Mundo de Natação da DSISO, que se irá realizar em Outubro/Novembro de 2008 no Algarve, após os Jogos Paralímpicos Pequim 2008. Na referida assembleia, António Sampaio Maia, indicado pela ANDEEM, foi eleito Vogal da DSISO. ♦

GD4 CAMINHOS

Origem e Histórico

Na Rua dos Quatro Caminhos, Senhora da Hora, sempre existiram jovens que jogavam em torneios de futebol, que se realizavam na Vila, tendo em devido tempo constituído uma equipa com o nome de Juventude dos Quatro Caminhos, mas que nunca passou disso. Em 1995, foi formada uma equipa para disputar o campeonato Distrital da 2.ª Divisão de Futsal 5, e, ao mesmo tempo a legalização do Clube e dos Estatutos. O nome inicial Juventude dos Quatro Caminhos, teve que ser alterado para GRUPO DESPORTIVO DOS QUATRO CAMINHOS, por não-aceitação do nome inicial por parte do Registo de Pessoas Colectivas. Posteriormente, em 1997 foi criada a Secção de Orientação.

Em 27 de Março de 1999, foi aprovado o Regulamento Geral do GD4C. Actualmente o clube só funciona com a secção de Orientação, que tem evoluído ao longo dos anos, sendo nesta data a 3.ª equipa Portuguesa em termos colectivos. Individualmente o grupo é constituído por alguns dos melhores atletas nacionais, sendo de destacar no sexo feminino Maria Sá (Campeã Nacional absoluta) e Joana Costa e Isabel Sá e Margarida Rocha que são os primeiros classificados dos rankings nacionais da Taça de Portugal da Federação Portuguesa de Orientação na categoria de Iniciados e veteranos. Em Masculinos Mário Baptista e João Delgado, Domingos Martins e João Casal ocupam os primeiros lugares dos rankings dos seus escalões. O Grupo notabilizou-se ao longo dos anos pela qualidade dos seus eventos. Em 1999 organiza o I GP de orientação de Valongo que constitui um grande êxito. O ano de 2000 foi muito importante para o grupo pois organizou o primeiro evento de Orientação no Concelho de Matosinhos (Monte de S. João - Santa Cruz do Bispo), em 08 Janeiro e ainda no mesmo ano o Campeonato Nacional de distância Curta (Parque da Cidade e Quinta de Santo Inácio). O ano de 2004 foi novamente um ano de grande êxito pois organizou os Campeonatos Nacionais de Sprint e Estafetas em Nisa em 22 e 23 de Maio e em Outubro a Taça dos Países Latinos que juntou atletas de 19 Países. O ano de 2005 começou da melhor maneira com a realização em 19 de Fevereiro do II Torneio de Orientação da Círculo de Surfins em Paços de Ferreira e em 30 de Abril do I Torneio de orientação das Sereias (1.ª evento na freguesia da Senhora da Hora). Em 2006 realizou vários eventos de âmbito local e preparava-se para o seu primeiro evento em BTT. Outro factor importante tem sido as parcerias realizadas com vários clubes ao longo dos anos que possibilitaram o nascimento de novos clubes.

O GD4C tem dedicado muito tempo à formação, tendo ministrado em colaboração com o CAU/Porto - DREN nos últimos 5 anos várias acções de formação para licenciados em Educação Física. Ao mesmo tempo em colaboração com autarquias e outras entidades desenvolveu formação em Matosinhos, Porto, Vila Nova de Gaia, Valongo, Viana do Castelo, Santo Tirso, Montalegre e Nisa.

Na Rua dos Quatro Caminhos, Senhora da Hora, sempre existiram jovens que jogavam em torneios de futebol, que se realizavam na Vila, tendo em devido tempo constituído uma equipa com o nome de Juventude dos Quatro Caminhos, mas que nunca passou disso.



Outro aspecto importante tem sido a elaboração de cartografia de Orientação em vários pontos do País por onde o GD4C tem realizado eventos. Destaca-se o interior de Portugal como Nisa, Vila Real e Fares de Coura. No total cerca de 45Km de mapas são um bom espólio para o Clube.

O GD4Caminhos tem mantido ao longo dos anos uma intensa actividade na orientação para todos (deficientes, idosos e Jovens), em que se realiza a participação nas Jornadas da Universidade Júnior, apoio a centros de Férias e apoio a Centros de Terceira Idade, levando o Desporto a aqueles que menos oportunidade tem para o praticar.

Em 2004 e 2005 o GD4C foi distinguido pelo IDP com o prémio "Jovens no Desporto um pédo para todos" pelo papel importante que tem desempenhado na formação.

A atleta Maria Sá foi distinguida com o primeiro revelação do Ano pela Confederação do Desporto de Portugal.

SÍMBOLO

O Símbolo, ou Emblema Distrital do Clube, é constituído por:
a. Um escudo heráldico de forma angular curvilínea com o topo em "tefado de duas águas"; todo o seu bordo é orlado de vermelho, e com um só campo, branco.

b. Possui, ao centro, uma cruz grega de braços estreitos e maquetados em sape de ouro, com o braço vertical azul-marinho, e o braço horizontal vermelho.

c. Junto ao bico do escudo centra-se o algarismo "4"; seguindo o rebordo descendente do lado esquerdo, a palavra "Desportivo"; segundo o rebordo ascendente do lado direito, a palavra "Caminhos"; e, no topo, centrado com o vértice do tefado angular, a palavra "Grupo".
 Todos estes dizeres que, no seu conjunto, formam o nome do Clube, são em azul-marinho.

1 - A cruz indica em primeiro lugar a origem coreográfica da Associação - 4 Caminhos, Senhora da Hora - e, em segundo, os quatro pontos cardeais.

BANDEIRA

A Bandeira do Clube é rectangular, branca, delimitada por uma faixa azul-marinho. Ao centro contém o símbolo da Associação, que é ladeado, à esquerda, pela palavra "Fundado" e à direita, pelo conjunto alfanumérico "em 1-7-1995". Encimando o Emblema, o nome do Clube escrito de forma circular alargada, e na sua base o nome da Vila, "Senhora da Hora".
 Todos os dizeres são representados a vermelho. +



FERNANDO COSTA



CLUBE DE RUGBY DE JUROMENHA 'O sonho comanda a vida'

Fundado em 25 de Julho de 1997, o Clube de Rugby de Juromenha (CRJ) manteve uma actividade desportiva regular nos seus dois primeiros anos de vida, disputando os Campeonatos Nacionais da modalidade, o Circuito Nacional de Rugby de Praia e organizando os seus próprios torneios nas variantes de 7, 10 e 15 e sobretudo o River Rugby de Juromenha, uma variante do Rugby de Praia mais disputada na margem direita do Guadiana.

Porém o tempo foi passando e os interesses dos atletas foram-se dispersando, vindo-se o clube forçado a abandonar a participação regular em competições.

Procurando manter bem viva a mística que presidiu à criação do clube e que faz do convívio e da amizade o seu grande estandarte, os elementos do CRJ começaram a "aventurar-se" por outros caminhos, surgindo então o futebol, o futsal, o andebol, o ciclismo e, naturalmente, o atletismo. Presidente da colectividade desde a primeira hora, o Dr. Paulo Jálcico recorda esses momentos: "Sempre houve a tradição do atletismo no nosso convívio e há-via aqui um grupo de atletas que comia a título individual, participando episodicamente numa ou noutra prova de carácter popular. Graças ao dinamismo dum atleta nosso, o César Magalhães, surgiu a possibilidade do CRJ se expandir a este nível. O alargamento ao atletismo ou a qualquer outra modalidade estava previsto estatutariamente, as infra-estruturas mínimas existiam já e aproveitámos esse grupo de pessoas para lançar a secção."

Actualmente o clube possui 22 atletas federados, 19 dos quais pertencentes aos escalões de formação. E é precisamente nos clubes etários mais baixos que se encontram as grandes "oportunidades" do CRJ, com uma campêlo regional e distrital de Coria-Mato no escalão de Iniciados, C/14a Sema, e um vice-campêlo regional e campêlo distrital de Coria-Mato igualmente em iniciados, Pedro Belém. Colectivamente, o CRJ sagrou-se este ano campêlo distrital de Infantes de Coria-Mato.



"Juromenha: boa de trigo e melhor de lenha." Assim reza o ditado da mais pequena das seis freguesias do concelho do Alandroal, de apenas 146 habitantes (2001). Foi precisamente aqui que, quase há 10 anos atrás, um grupo de amigos com a paixão comum pelo rugby decidiu criar o seu próprio clube.



apenas que as pessoas pratiquem desporto, que cheguem ao fim, dignifiquem o nome da lenha do clube e se divirtam. E nesse sentido a aposta está ganha! É bonito ver os miúdos a correr pelas ruas do Alandroal, mas não é o sítio próprio para o fazerem. Uma infra-estrutura como uma pista lenha algo que seguramente dinamizaria o Atletismo no concelho e levaria ao aparecimento de novos valores. Pode ser que isso um dia venha a surgir. Isso e... um campo de rugby!"



JOAQUIM MARGARIDO

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA LEÕES APELAÇONENSES 30 anos de vida, 30 anos de história

É da Associação Desportiva Leões Apelaçonenenses (ADLA) que se falará neste artigo especial. Não que a ADLA seja a única colectividade com 30 anos neste pequeno Portugal. A ADLA também não é o único clube que merece aplausos e artigos. Só que a ADLA no passado mês fez a bonita idade de 30 anos e realizou uma cerimónia que esteve à altura do acontecimento. Consideramos clubes, autarcas, es-representantes e individualidades no sentido de dar um enorme obrigado a todos os presentes.

Numa breve descrição a ADLA dedica-se profundamente à formação no Atletismo e teve ao longo de 30 anos um trabalho social numa zona em que as condições de treino são poucas e onde a dedicação e a "caridade" de João Gomes (ainda atleta veterano de estrada e de pista) têm mantido o espírito de forma, de triunfar, de desenvolver. São 30 anos de muita história e que valeu, no passado dia 26 de Julho a atribuição da Medalha Municipal de Mérito Desportivo, atribuída pela Câmara Municipal de Loures. Foi uma cerimónia realizada no passado dia 8 de Julho, na Casa da Cultura da Apelação, e que teve discursos quer do Presidente da Junta de Freguesia da Apelação, quer de responsáveis do clube.

Por parte de Ricardo Leão, Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Loures. A ouvir estes discursos estavam além dos supracitados clubes e individualidades, os actuais atletas da ADLA tal como o Prof. Paulo Esperança que trabalha actualmente com os atletas mais jovens da ADLA. João Gomes acabou por discursar, falar sobre o passado, presente e futuro



É da Associação Desportiva Leões Apelaçonenenses (ADLA) que se falará neste artigo especial. Não que a ADLA seja a única colectividade com 30 anos neste pequeno Portugal. A ADLA também não é o único clube que merece aplausos e artigos.



depois que a ADLA continue a realizar o bom trabalho que vem evidenciando. É já agora parabéns pelos 30 anos, parabéns pelo sucesso desportivo e parabéns ao atleta que este ano conseguiu estar presente no Campeonato Nacional de Loures. Que outros lhe sigam o exemplo. ♦



EDGAR BARRERA

58.ª JOGOS FISEC

Atletismo português brilha na Hungria

Desde 1947 que a FISEC (Federation Internationale Sportive de l'Enseignement Catholique – Federação Internacional do Desporto para Escolas Católicas) leva anualmente a efeito os Jogos Desportivos Internacionais, reunindo os melhores atletas do Desporto Escolar com idades compreendidas entre os 14 e os 17 anos. Este ano, foi atribuída à cidade húngara de Kiskölkemet a organização dos 58.ªs Jogos FISEC, conjunto de 4 modalidades individuais e cinco colectivas que, de 20 a 26 de Julho, reuniu cerca de 700 participantes de 15 países.

As turmas masculina e feminina de Atletismo da Escola Salesiana de Manique – campeãs nacionais do Desporto Escolar 2006 – constituíram a base da representação nacional, “reforçada” com atletas de outras Escolas que se distinguiram, igualmente, nos Nacionais das Caldas da Rainha. Globalmente, os resultados dos nossos atletas foram excelentes, ombreando com os representantes das restantes seleções presentes. No total, Portugal alcançou 15 medalhas (7 de ouro, 6 de prata e 2 de bronze), 10 das quais conquistadas por alunos da Escola Salesiana de Manique (5 de ouro, 4 de prata e 1 de bronze).

Indivualmente, o português Marcos Chuva foi a grande figura dos Jogos ao assegurar três medalhas de ouro correspondentes às vitórias no Salto em Comprimento (7,12 m), Salto em Altura (1,95 m) e 110 metros barreiras (14,28s). De resaltar o facto de Marcos Chuva, nas séries eliminatórias de 110 metros barreiras, ter alcançado o excelente resultado de 14,06s, novo recorde dos Jogos, e que faz dele o segundo atleta português a inscrever o nome no livro dos recordes, depois de Lucrécia Jardim nos 200 metros.



O único “senão” da competição teve a ver com o facto de, lamentavelmente, a Organização ter deslocado as provas de Atletismo para a capital, Budapeste, a cerca de 100 km da sede dos Jogos. Uma situação que provocou, para além do desgaste físico, a frustrante experiência de os nossos jovens se verem privados da maioria das actividades sócio-culturais promovidas durante a realização dos Jogos. ♦

JOAQUIM MARGARIDO



RESULTADOS

Estafeta 4x100 m M – 1.ª BRASL 43,69s; ... 6.ª PORTUGAL (Alguel Martins, João Raposo, Edgar Carriço e David Polido) 45,66s; **300 m Bar F** – 1.ª Tany Lee (HAI) 46,41s; ... 6.ª Inês Fonseca (POR) 49,23s; **Dardo F** – 1.ª Bernardo Sees (HUN) 43,13s; **Comprimento F** – 1.ª Alexandra Russell (GBR) 5,79m; 2.ª Ana Borges (POR) 5,28m; **110 m Bar M** – 1.ª Marcos Chuva (POR) 14,28s; ... 6.ª Nelson Martins (POR) 15,88s; 7.ª Edgar Carriço (POR) 16,19s; **400 m Bar M** – 1.ª Thiago N. De Souza (BRA) 53,93s; **Martelo M** – 1.ª Arnold Calle (BRA) 59,08m; 2.ª Paulo Teixeira (POR) 26,83m.

100 m Bar F – 1.ª Claire Chanter (HAI) 15,36s; ... 4.ª Joana Rabagal (POR) 15,90s; **Altura M** – 1.ª Marcos Chuva (POR) 1,95m; ... 4.ª Nelson Martins (POR) 1,86m.

100 m F – 1.ª Cyrille Yoro (HAI) 12,46s; ... 8.ª Diana Relvas (POR) 13,28s; **200 m F** – 1.ª Martina Xambé (HAI) 30,45s; **1500 m F** – 1.ª Sílvia Fernandes (POR) 5m37,33s; ... 3.ª Ana Palma (POR) 6m09,34s; **Tripla Salto M** – 1.ª Mathieu Faudt (HAI) 12,87m; 2.ª David Polido (POR) 12,28m; **Estafeta 4x100 m F** – 1.ª FRANÇA 50,23s; ... 4.ª PORTUGAL (Nádia Marques, Micaela Jesus, Joana Rabagal, Diana Relvas) 52,04s; **400 m M** – 1.ª Henrique N. De Souza (BRA) 49,06s; ... 3.ª Carlos Figueiredo (POR) 51,17s; **Disco M** – 1.ª Edson Trindade (POR) 40,10m; ... 7.ª Paulo Teixeira (POR) 31,47m.

Altura F – 1.ª Ana Pereira (POR) 1,63m; ... 4.ª Joana Rabagal (POR) 1,55m; 7.ª Ana Borges (POR) 1,40m.

100 m M – 1.ª Alexander Todd (GBR) 11,36s; **1500 m M** – 1.ª Tom Madden (GBR) 4m18,71s; **Peso F** – Bernadett Sees (HUN) 12,02m; ... 7.ª Sara Fernandes (POR) 8,53m; 8.ª Joana Campos (POR) 8,52m; **200 m M** – Alexander Todd (GBR) 22,88s; **800 m F** – Francesca Xambé (HAI) 2m16,11s; ... 4.ª Inês Fonseca (POR) 2m32,26s.

3000 m F – 1.ª Sílvia Fernandes (POR) 14m01,95s; 2.ª Ana Palma (POR) 14m27,01s; **Tripla Salto F** – 1.ª Agathe Biermeier (HAI) 11,65m; **Comprimento M** – 1.ª Marcos Chuva (POR) 7,52m; ... 7.ª Miguel Martins (POR) 6,08m; ... 9.ª Bernardo Almeida (POR) 5,52m; 10.ª João Raposo (POR) 5,29m; **200 m F** – Martina Xambé (HAI) 25,68s; **3000 m Obst M** – 1.ª Martin Schindler (AUT) 6m42,48s; **Disco F** – 1.ª Henna Mochel (HAI) 30,39m; ... 7.ª Sara Fernandes (POR) 18,24m; 8.ª Joana Campos (POR) 17,82m; **800 m M** – 1.ª Rácz Dávid Rino (HAI) 1m55,95s; **3000 m M** – 1.ª Tom Madden (GBR) 9m17,60s; **Dardo M** – 1.ª Andrew Allan (GBR) 58,65 m; **Peso M** – 1.ª Michael Wheeler (GBR) 16,52m; 2.ª Edson Trindade (POR) 13,92m; ... 5.ª Tomás Rabagal (POR) 11,71m; 6.ª Paulo Teixeira (POR) 11,65m; ... 10.ª David Polido (POR) 9,84m.

FISEC – Federation Internationale Sportive de l'Enseignement Catholique

Cronologia breve

1947 – Yves Bouvier (Secretário-Geral da UGSEL – Union General Sportive de l'Enseignement Libre, França) e Paul de Nayer (professor da Universidade Católica de Leuven, Bélgica), criam a FISEC com o objectivo de proporcionar aos jovens atletas um tipo de competição ao mais alto nível no contexto escolar.

3 e 6 de Janeiro de 1948 – Bélgica, França e Bruxelas fundam oficialmente a FISEC em Guelen (Bélgica).

1952 – A Espanha junta-se à FISEC.

1959 – A cidade belga de Leuven organiza os primeiros jogos FISEC para jovens do sexo femi-

nino, uma competição separada dos até então jogos FISEC para jovens do sexo masculino.

1990 – Os Jogos FISEC para ambos os sexos são agrupados numa única Organização e, para além dos Jogos de Verão, surgem igualmente os Jogos da Primavera.

1992 – A estrutura organizativa dos Jogos passa a constituir um organismo autónomo dentro da pátria FISEC.

Julho de 1995 – O Comité Olímpico Internacional confere à FISEC o título de “Organização reconhecida”.

1998 – A FISEC celebra o seu 50.º Aniversário durante os Jogos de Verão na Gran Canária. ♦

PROFESSOR FERNANDO PEREIRA

O homem sonha, a obra nasce

Localizada no concelho de Cascais, a Escola Salesiana de Manique tem um contrato de associação com o Ministério da Educação, acolhendo cerca de 1900 alunos do 5.º ao 12.º ano de escolaridade. Sendo uma Escola Salesiana, a prática desportiva faz parte integrante da formação dos seus jovens, pelo que a Direção tem dado um apoio incondicional a todas as iniciativas que visem contribuir para esse efeito, estando este estabelecimento de ensino dotado de infra-estruturas desportivas ímpares no nosso país.

Grande responsável por esta obra magnífica, o Professor Fernando Pereira deu-nos a sua visão dos factos, retrospectivamente um percurso feito de muito trabalho e traçando um quadro pouco animador em termos futuros.

REVISTA ATLETISMO MAGAZINE MODALIDADES AMADORAS // **A tradição do Atletismo na Salesiana de Manique não é de agora. Quer traçar-nos uma breve resenha histórica da modalidade na Escola?**

PROF. FERNANDO PEREIRA (FP) // O Atletismo foi a modalidade pioneira na Escola. Surgiu há cerca de 18 anos e, com o decorrer do tempo, foi-se alargando o leque de actividades, que neste momento se cifra em doze. Os resultados alcançados, quer no âmbito do Desporto Escolar, quer no próprio desporto federado, proporcionaram uma imagem da Escola bastante digna. Partindo do zero, e com o total apoio da Escola, fomos melhorando as condições de trabalho e actualmente possuímos uma pista sintética adaptada e demais condições praticamente únicas no País. Neste momento o número de praticantes ronda a centena.

Como se processa a captação de alunos para a prática da modalidade?

FP // Normalmente, os resultados dos alunos mais velhos – alguns deles valiosos segredos da nossa Atletismo e a representar clubes de referência – acabam por servir de exemplo e por sensibilizar todos os outros para a experiência da modalidade. Dentro do possível, procuramos que essa experiência seja o mais atractiva possível de forma a cativá-los e a prendê-los.

O nosso Plano de Actividades contempla, inicialmente, os torneios internos, inter-turmas, que começam logo no 2.º ciclo; depois organizamos torneios inter-concelhos, com o apoio da Câmara Municipal de Cascais. Estes são, para muitos dos nossos alunos, os primeiros contactos com a modalidade, levando-os a adquirir o gosto pelo treino. E aí reside o segredo, saber captá-los e trabalhá-los a partir daquela primeira experiência.

Que tipos de apoios têm aos mais variados níveis?

FP // A nível estatal, o principal apoio reside na aprovação do projecto do nosso Centro de Formação e que contempla um conjunto de horas para três professores. Sem o aval do Ministério da Educação seria impossível dinamizar a modalidade da forma como o fazemos. Mas os apoios a este nível ficam-se por aí. Todo o esforço financeiro é suportado pela Escola, embora a Câmara Municipal de Cascais nos ajude de vez em quando com os transportes. Por outro lado, procuramos envolver os Encarregados de Educação e a colaboração deles tem

sido muito importante, nomeadamente ao nível dos transportes e na resolução de determinados problemas.

De que forma é que a competição ao mais alto nível – Campeonatos Nacionais e Jogos da FISEC – constitui um estímulo para estes jovens?

FP // É muito importante este género de competições, sobretudo pelo aspecto convívio, social. Ao nível competitivo, atrai-os muito a possível ida aos jogos da FISEC, apesar das contrariedades do processo sentidas este ano. Lamentavelmente, por alturas dos Campeonatos Nacionais, ainda não se sabia nada em concreto a esse respeito. Sabíamos, isso sim, que se as coisas fossem como no ano passado, em Madrid, onde os alunos tiveram de suportar imarginalmente os custos da deslocação, este ano para a Hungria as coisas iriam ser muito mais complicadas.

Com atletas a frequentar a Escola e a representar outros clubes, que tipo de articulação é que isso implica?

FP // Até ao escalão de Juvenis, todos os nossos alunos estão envolvidos exclusivamente no clube da Escola. A partir desse escalão, e apesar de frequentarem a escola, podem, caso seja vantajoso para eles, representar outros clubes – tal como acontece neste momento, em

que temos jovens no SLBenfica, JOMA e Juventude Vidigalense –, embora continuem a treinar conosco. A relação institucional existente entre nós e os clubes limita-se à preparação das competições. Por inoperância da nossa parte, não estão criados mecanismos que nos permitam accionar eventuais protocolos com vista à recolha de dividendos da formação que os atletas adquirem na Escola.

Como vê a participação dos nossos jovens nos Jogos da FISEC deste ano?

FP // O balanço é muito positivo. Uma vez mais, à semelhança do que tem sucedido nos últimos anos, conseguimos demonstrar que a modalidade em Portugal continua a crescer, colocando-nos em pé de igualdade, nos escalões jovens, com países como a França, Holanda, Espanha e Hungria.

Que futuro para o Atletismo do Desporto Escolar?

FP // Esse é um aspecto que, manifestamente, me preocupa. Levámos anos a chegar a este nível, no qual nos encontramos há 45 anos. Os Centros de Formação que vinham a funcionar e que agora se fala no seu fim, estavam a contribuir – e de que maneira! – para o aparecimento de vários jovens promissores e que seriam sem dúvida as nossas verdadeiras esperanças no futuro próximo. Atenemos nos vencedores dos Campeonatos de Juvenis e Juniores, na Maria Anselmo, Marcos Caldeira, Marcos Chuva, Edson Trindade, Ana Rita Pereira, António Rodrigues, Paulo Dias, etc., tudo jovens que estão a despontar e cujos resultados muito se devem ao Desporto Escolar... Se os projectos acabarem, quantos anos levaremos de novo a formar atletas desta qualidade? ♦

JOAQUIM MARGARDO



VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com





III MARCHA NOCTURNA DE VOUZELA

A noite fez-se para... caminhar!



“Se não reconhecesse enorme interesse neste tipo de eventos, conciliando a actividade física, o conhecimento, o convívio e a cultura, não estaria cá. O que é bom para os outros, é bom para mim!”.

Foi com estas palavras que Telmo Antunes, Presidente da Câmara Municipal de Vouzela, exprimiu o sentimento reinante numa iniciativa que teve lugar na tarde e noite do passado dia 26 de Agosto em plena Serra do Caramulo.

Calma e pausadamente, a noção da importância da actividade física no bem-estar do ser humano tem vindo a instalar-se no quotidiano de cada um de nós e o Pedestrianismo começa a impor-se como parte integrante do conjunto de actividades de vida diárias. Aproveitando as enormes potencialidades turísticas que o nosso País encerra e servindo de pólo dinamizador do comércio e serviços locais, um número crescente de entidades públicas e privadas começa a apostar fortemente no Pedestrianismo, indo ao encontro dos mais variados públicos. Consequentemente, vão surgindo inúmeras e variadas iniciativas devesas cativantes e inovadoras, direccionadas para os menos preparados ou para os mais radicais, que acabam por congregiar interesses e vontades e que se traduzem, no final, por índices de participação assaz significativos.

Foi isto que aconteceu por ocasião da III Marcha Nocturna de Vouzela, uma iniciativa da Câmara Municipal local. Cerca de duascentas e meia de participantes puderam descobrir um dos mais belos trechos da Serra do Caramulo, desfrutar dos magníficos panoramas sobre os vales adjacentes, deixar-se envolver pela magia e encanto dum deslumbrante pôr-do-sol, experimentar a sensação de avançar em plena escuridão e de encontrar o melhor caminho com a ajuda de uma lanterna e ainda, em plena Serra e com uma abóbada celeste a impor-se aos seus olhos de forma nítida, esmagadora, aprender a observar os astros e a tomar conhecimento de algumas curiosidades e mistérios que o Universo encerra, numa acção desenvolvida com enorme dinamismo e sentido de humor pelo Departamento de Astrofísica da Universidade de Aveiro.

Enfim, uma iniciativa coroada de êxito e que parece ter o futuro assegurado, haja meios e, naturalmente, a complementá-la com motivos de interesse adicionais que a tornem mais atractiva a vários tipos de públicos. De parabéns está a Câmara Municipal de Vouzela e o seu Gabinete de Turismo, na certeza, porém, de que o sucesso da iniciativa acarreta responsabilidades acrescidas, nomeadamente ao nível da segurança dos participantes. Duma coisa temos a certeza: a iniciativa “tem pernas para andar”, irá certamente muito longe e, pelo menos, todos aqueles que participaram na edição deste ano, esperam já ansiosamente a IV Marcha Nocturna de Vouzela na perspectiva de reeditar um passeio mágico e inesquecível. ♦

JOAQUIM MARGARIDO





20 ANOS DA CRES- -CER SER

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA PARA O
DIREITO DOS MENORES E DA FAMÍLIA
www.crescerser.org

GALA DOS 20 ANOS

20 DE OUTUBRO, A PARTIR DAS 20.15H,
TEATRO CAMÕES, EM LISBOA

«O Pássaro de Fogo»

e «A Sagração da Primavera»,

Companhia Nacional de Bailado

RECEITA A FAVOR DA CRES-CER SER...

CONTAMOS COM A SUA AJUDA!

PROGRAMA DAS COMEMORAÇÕES

• 16 OUTUBRO – 1.ª Jantar de Gala dos 10 Anos da Casa da Cedofeita; 16 E 17 OUTUBRO - 1.ª Encontro Técnico da Casa da Cedofeita – “Bem Tratar a Infância”, no Porto.

• 20 OUTUBRO - Gala dos 20 Anos, Teatro Camões, com a Companhia Nacional de Bailado e Ceia Convívio.

• 3 NOVEMBRO - Comemoração dos 20 anos e Homenagem ao Dr. Rui Epitânio, no CEJ, Lisboa, com a presença da Primeira Dama, Excelentíssima Senhora Doutora Maria Cavaco Silva.

Estas não são as melhores formas de praticar desporto.



A não ser que seja para ler a
Atletismo Magazine // Modalidades Amadoras
ou consultar

www.ammamagazine.com

∴ INCLUI VÁRIOS SERVIÇOS E LOJA ONLINE ∴

**Atletismo Magazine
Modalidades Amadoras**

LEIA // ASSINE // DIVULGUE

