

NATAÇÃO

UM TÍTULO E 13 PÓDIOS NO NACIONAL DE MASTERS



Disputou-se sábado, 29, na piscina municipal de Loulé, o Campeonato Nacional de Natação de Masters.

Com a presença de 48 clubes e 360 atletas, o Ginásio com 11 atletas presentes conseguiu um brilhante resultado, com a conquista de um título nacional, sete medalhas de prata e seis de bronze.

O maior destaque vai para Pedro Neves que conseguiu ouro nos 100 metros costas e ainda prata nos 200 costas e 200 estilos e bronze nos 50 costas.

Os outros medalhados individuais foram Jorge Bandeira (2º nos 200 livres), José Neto (3º nos 50, 100 e 200 bruços), Susana Cação (3ª nos 100 costas) e Cláudia Reis (3ª nos 100 costas).

Nas provas de estafetas, a equipa constituída por Pedro Neves, José Neto, João Almeida e Jorge Bandeira foi 2ª nos 4x100 livres, a equipa mista constituída por Paula Almeida, Cláudia Reis, João Almeida e Jorge Bandeira foi também 2ª nos 4 x 50 estilos e a equipa feminina constituída por Paula Almeida, Cláudia Reis, Susana Cação e Marina Garcia foram 2ªs classificadas nos 4x50 e nos 4x100 livres.

Colectivamente o Ginásio conseguiu o 11º lugar entre os 48 clubes presentes.

NADADORES DO GINÁSIO EM DESTAQUE NOS INTERDISTRITAIS



Decorreu no passado fim-de-semana (28 a 30 de Junho) os Campeonatos Interdistritais de Natação para atletas juvenis e absolutos.

Estiveram em competição no Complexo Olímpico de Coimbra, quatro centenas de nadadores em representação de 37 clubes das associações de natação de Coimbra, Aveiro e Leiria.

O Ginásio esteve presente representado com 13 atletas, 5 do escalão juvenil e os restantes da categoria de absolutos (3 juniores e 5 seniores), os quais alcançaram 13 pódios interdistritais e 15 regionais (só da associação de Coimbra).

Os medalhados individuais foram na categoria de juvenis João Silva e Sandra Oliveira, e em absolutos Tatiana Santos (1ª classificada regional aos 50, 100 e 200 costas), Ana Raquel Ferreira (com recordes do clube júnior e absoluto nos 50 e 200 livres) e Margarida Pelaio.

Coletivamente, as estafetas juvenis de 4x100 livres (campeã regional), 4x100 estilos e 4x200 livres e ainda a estafeta absoluta de 4x50 Estilos constituída por Tatiana, Ana Raquel, Margarida e Ana Estevinha, que obteve um brilhante 2º lugar interdistrital com novo recorde do clube.





REMO

PATRÍCIA BATISTA CAMPEÃ NACIONAL EM SKIFF



Realizou-se no fim-de-semana, 29 e 30, no Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho, o Campeonato Nacional de Verão para juniores e seniores.

Patrícia Batista esteve em grande evidência ao conquistar mais um título nacional para o Ginásio Litocar, vencendo categoricamente a regata de skiff feminino.

José Rodrigues, em skiff júnior, e Pedro Muja, Paulo Veloso, José Siva e João Ferreira, em shell de 4 sem timoneiro peso ligeiro, foram os outros atletas medalhados ao alcançarem a terceira posição das respectivas regatas.

Muito perto do pódio, em 4º lugar, ficaram Joel Cabete (skiff sénior), Mariana Rodrigues (skiff júnior), Diogo Silva e Jorge Duarte (double-scull júnior) e Francisco Mesquita, Nelson Silva, Pedro Muja e Joel Cabete (quadri-scull sénior).



INICIA-SE HOJE O PROGRAMA DE OCUPAÇÃO DOS TEMPOS LIVRES “REMO NAS FÉRIAS”

REMO NAS FÉRIAS

Raparigas e Rapazes dos 9 aos 17 anos
de manhã e de tarde no CENTRO NÁUTICO DA FONTELA com transporte assegurado diariamente

TELEFONA PARA 917 664 695

VEM DIVERTIR-TE E APRENDER A REMAR

<http://ginasioremo.wordpress.com> • www.ginasiofigueirense.com

litocar

GINÁSIO FIGUEIRA DA FÓZ

The advertisement features a blue background with a yellow and red flag icon. Below the text is a photograph of several rowers in a boat on a body of water. The text is in bold, yellow and white fonts.

Uma boa ocupação para as férias dos jovens dos 9 aos 17 anos é a frequência das Escolas de Verão do Ginásio Litocar, todas as manhãs no Centro Náutico da Fontela, de 1 de Julho a 7 de Setembro.

Para além e aprenderem a praticar a modalidade no local com melhores condições para o efeito na Figueira da Foz, os participantes terão acesso a outro tipo de actividades lúdicas, além de também se deslocarem ao CAR de Montemor-o-Velho, um dos locais a visitar e usufruir.

Para as inscrições e quaisquer informações basta telefonar para o 917664695, que dá acesso directo ao Director deste Programa, Eng. Carlos Lavoura.

TRIATLO

ANDRÉ RAMOS BRONZE EM PEDROGÃO



Realizou-se sábado, 29, em Pedrogão Grande, a 9ª edição do Triatlo do Zêzere, um evento que arrancou com a disputa de uma Prova Aberta seguida pela 7ª etapa do Nacional de Clubes de Triatlo.

Na prova principal do programa - Nacional de Clubes – os atletas do Ginásio Valprédios estiveram em bom plano com destaque para o 3º lugar de André Ramos na categoria de cadetes.

Pedro Saraiva, 15º em juniores, e José Maçarria, 5º em veteranos 3, foram os outros elementos da equipa do Ginásio, que colectivamente alcançou o 21º lugar do Campeonato Nacional de Clubes.

A prova a aberta teve também a participação do Ginásio, com Rita Jesus a conseguir o 9º lugar da geral feminina.



BASQUETEBOL

O BALANÇO DE UMA ÉPOCA

A exemplo dos anos anteriores, analisamos hoje de forma necessariamente muito sucinta o desempenho da nossa Secção de Basquetebol.

A nível da equipa sénior, 2012-13 foi uma época para esquecer...

Se no Campeonato anterior, a descida da Liga à Proliga fora prévia e claramente assumida por razões financeiras, este ano nada correu conforme previsto, devido a erros já devidamente identificados que se torna indispensável não repetir na próxima época, para a qual somos candidatos a disputar novamente a Proliga.

Relativamente à Formação, embora sem o brilho de épocas recentes, conseguimos mesmo assim duas vitórias – sub-18 e sub-16 – nos três Campeonatos Distritais que disputámos ().*

Mas ficou a frustração do não apuramento dos sub-18 para “final-four” do Campeonato Nacionais, consequência do 3º lugar na Zona Norte.

Reuníamos todas as condições, mas não conseguimos controlar um factor externo de perturbação, que afectou esta equipa e a de sub-16.

As Classes de Minis beneficiaram da reestruturação técnica efectuada, a qual conferiu maior estabilidade à aprendizagem.

O 8º Torneio Internacional Rui Roxo (sub-14) marcou mais uma vez a qualidade das nossas organizações, e relativamente às edições anteriores lucrou com a participação de uma equipa espanhola de melhor nível, aliás vencedora da prova.

(*) Tratou-se, em ambos os casos, da nona conquista em onze anos, mas nem por isso mereceu relevo condizente na Imprensa Regional, sempre tão pronta a encher páginas quando os de Coimbra ganham qualquer coisinha.

E até quando não ganham!...

CALENDÁRIO

NATAÇÃO

6 e 7 de Julho – Coimbra – Torneio Regional de Grupos de Idade de Verão Cadetes

12 a 14 de Julho – S. João da Madeira – Camp. Nac. Infantis

REMO

13 e 14 de Julho – Montemor-o-Velho – Camp. Nac. Inf., In., Juv. e Vet.

TIRO

06 de Julho – Tarouca – 1ª Prova do Camp. Nac. IPSC (Tiro Prático)

14 de Julho – Barcelos – Open BRPC (Benchrest de Percussão Central) a 300 metros

21 de Julho – Belas – Unidade Especial de Polícia – Camp. Nac. de BRPC (Benchrest de Percussão Central)