

ORIENTAÇÃO

ARNALDO MENDES

1º DO RANKING NACIONAL 2013



Terminada a época de Orientação pedestre, o atleta do Ginásio Arnaldo Mendes classificou-se em 1º lugar no Ranking nacional do seu escalão (H21A).

No escalão que reúne o maior número de concorrentes, entre os quais pontuaram 68, Arnaldo terminou com perto de 400 pontos de vantagem sobre o 2º classificado.

Outra atleta do Ginásio, Ana Ferreira, atingiu também o pódio deste Ranking, ao classificar-se em 3º lugar no escalão D21B.

27 VITÓRIAS AO LONGO DA ÉPOCA

Durante a época, os representantes do Ginásio obtiveram 27 vitórias, através de Arnaldo Mendes (11), Luís Nunes (4), Stepanka Betkova (3), Alda Marcelo (2), Alice Moreira, Elisabete Dinis, Noel Valadão, Alexandre Espírito Santo, Pedro Rodrigues, João Santos e Álvaro Coelho (1 cada).

Na classificação colectiva, o Ginásio posicionou-se em 8º lugar entre 41 clubes.

Na próxima semana: o Ranking de Orientação BTT

NATAÇÃO

NOVE TÍTULOS REGIONAIS PARA AS NADADORAS DO GINÁSIO



A Secção de Natação do Ginásio esteve presente nos Campeonatos Regionais de Júniores e Seniores, que se realizaram no fim-de-semana, na Piscina Municipal Rui Abreu, em Eiras, Coimbra.

Com a presença de 12 clubes da região e 136 atletas participantes, os nadadores do Ginásio estiveram em grande evidência ao conseguirem nove títulos de campeões regionais e mais 14 pódios, num total de 23 medalhas conquistadas.

Os maiores destaques vão para a sénior Tatiana Santos (4 medalhas de ouro e 1 de prata) e para as juniores Margarida Pelaio (3 de ouro, 1 de prata e 1 de bronze) e Ana Raquel Ferreira (2 de ouro, 3 de prata e 1 de bronze), que para além dos títulos regionais conseguiram subidas ao pódio em todas as provas em que nadaram.

Joana Almeida com 4 medalhas (2 de prata e 2 de bronze), João Silva (1 de prata e 1 de bronze) e João Figueiredo (1 de prata) também contribuíram para o excelente resultado global do Ginásio.

De realçar também a boa prestação da juvenil Sandra Oliveira que, a nadar extracompetição, conseguiu obter mínimos em 3 provas para os Campeonatos Zonais que se realizarão dentro de 2 semanas no Porto.

REMO

GINÁSIO LITOCAR VENCE 2ª JORNADA DO TORNEIO DE ESCOLAS



Barrinha da Praia de Mira, sábado, 30 de Novembro, foi o palco da 2ª jornada do Torneio de Escolas da Associação de Remo da Beira Litoral. Esta jornada incluiu também provas complementares para os remadores mais experientes.

Os remadores do Ginásio Litocar estiveram brilhantes ao conseguir vencer esta jornada do torneio de escolas e dominar as regatas complementares com três 1ºs lugares, dois 2ºs e três 3ºs.

Nas regatas de escolas as vitórias foram conseguidas por Beatriz Manano (escalão II), Gonçalo Gonçalves (escalão II) e Bruno Marques (escalão IV), e os pódios por Ana Nunes (2ª no escalão I) e Rui Cação (3º no escalão IV).

Colectivamente o Ginásio Litocar foi o 1º com 132 pontos, a Académica 2ª com 125, o CN Praia de Mira 3º com 102, o Galitos 4º com 91 e a Colectividade Popular de Cacia 5º com 41.

Nas provas complementares o Ginásio Litocar também esteve em grande, conseguindo colocar todas as tripulações no pódio, com as seguintes posições:

- 1º Lugar - 2x Ini. Fem. Marta Carvalho / Marta Loureiro
 - 4X Juv. Fem. Joana Roque / Carolina Alves / Beatriz Pinto / Alexandra Casaleiro
 - 4X Juv. Masc. Diogo Rodrigues / Tiago Silva / Ricardo Santana / Rafael Carvalho
- 2º Lugar – 1X Ini. Masc. Carlos Ventura
 - 1X Juv. Fem. Inês Costa
- 3º Lugar – 1 X Inf. Masc. Gonçalo Oliveira
 - 1XIni. Masc. David Bertão.



BASQUETEBOL

MINIS EM BUARCOS E NO GALAMBA MARQUES



Na manhã de domingo, os nossos Minis estiveram em duas frentes: os sub-10, treinados por Daniel Gil, foram até Buarcos, ao Pavilhão do Caras Direitas, onde participaram, com outras 8 equipas de Coimbra, Cantanhede, Condeixa e Figueira da Foz, no Torneio-Convívio organizado pelo União Football Club.

No nosso Pavilhão, decorreu a 1ª acção de observação para a Selecção distrital de Sub-12, conduzida por José Costa, Joana França e Bruno Santos, com a participação de 34 mini atletas de Coimbra e da Figueira da Foz.



RESULTADOS

- 30 de Nov. - Camp. Dist. Sub-14 – Olivais, 80 / Ginásio B, 45
- 30 de Nov. – Camp. Dist. Sub-14 – B. C. Cantanhede, 49 / Ginásio A, 151
- 30 de Nov. – Proliga – Casino Ginásio, 76 / Academia do Lumiar, 68
- 01 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – Academia, 46 / Ginásio A, 85
- 01 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – Ginásio B, 85 / B. C. Cantanhede, 59
- 01 de Dez. – Camp. Dist. Sub-16 – Ginásio, 90 / Academia, 51
- 01 de Dez. – Camp. Dist. Sub-18 – ACER Tondela, 33 / Ginásio, 93

Casino Ginásio 76 x 68 Academia do Lumiar



O Casino Ginásio previa grandes dificuldades para levar de vencida equipa da Academia do Lumiar, facto que veio a verificar-se no encontro deste sábado realizado na Figueira da Foz. A vitória acabou por sorrir ao Ginásio (76-68), se bem que o equilíbrio foi a nota dominante ao longo do encontro. Isto porque à entrada do derradeiro quarto o conjunto da casa vencia por dois pontos de diferença.

Ao intervalo, os comandados de António Moreira venciam pela diferença mínima (39-38), isto depois de a Academia ter terminado na frente o 1º quarto (25-23). Nenhum dos dois conjuntos conseguia afastar-se no marcador, com o resultado a manter-se equilibrado no final do 3º período, 57-55 favorável ao Casino Ginásio.

Os turnovers (20), e a falta de aproveitamento da linha de lance-livre (9/17 – 53%) por parte da equipa lisboeta, em nada contribuíram para que conseguisse dar a volta ao marcador. O último quarto foi o mais desnivelado com a equipa da casa a confirmar a vitória nos últimos 10 minutos.

José Costa foi o melhor marcador do jogo com 21 pontos, a que somou 5 assistências, 4 ressaltos e 2 roubos de bola. Marco Gonçalves (15 pontos, 8 ressaltos e 4 roubos de bola) continua a ser preponderante, já o jovem Pedro Marques (11 pontos, 3 ressaltos, 2 assistências e 2 roubos de bola) revela ser muito útil à equipa.

A Academia deu excelente réplica, bateu-se até ao fim, graças às boas exibições de Tiago Brito (14 pontos), Ba Cassamá (14 pontos e 4 ressaltos) e Carlos Tavares (8 pontos e 11 ressaltos), confirmando o seu espírito aguerrido e lutador.

Fonte : Portal FPB

A TERTÚLIA BENTO PESSOA EM BUARCOS



A Capela da Sra. da Encarnação e a Igreja da Misericórdia foram os locais do património religioso de Buarcos visitados pela Tertúlia do Ginásio.

Visita esta guiada pelo Pároco da Freguesia, Padre Carlos Lopes, que proporcionou aos participantes uma interessante dissertação sobre a origem e evolução dos locais de culto mariano existentes na Vila.

A iniciativa contou com a gratificante presença da Presidente da Assembleia de Freguesia, Isabel Cardoso e dos representantes da Junta, Rui Duarte e Pedro Daniel Santos, terminando com um almoço de convívio no Restaurante Stella Maris.

O Grão Mestre da Tertúlia, António Marques Guerra, saudou os convidados e anunciou a admissão de um novo membro, António Alves, ao qual foram impostas as insígnias.

Com esta 2ª visita a Buarcos – a anterior fora em 2005 – a Tertúlia Bento Pessoa continuou a focar a sua atenção no património do Concelho, uma constante ao longo dos seus quase treze anos de existência.



ALGUNS DADOS DA TERTÚLIA BENTO PESSOA

- **Fundação – 2001;**
- **Nº presente de membros – 62 efectivos e 3 honorários;**
- **Nº de realizações – 55, das quais 31 Visitas – Convívio;**
- **Principal iniciativa – Prémios Nacionais Bento Pessoa – Casino Figueira (4ª edição em 2013).**

FUTEBOL DE 7

RESULTADOS

Infantis: Tocha - 4 / Meo Kids Academia 94 Ginásio - 2

Benjamins A: Cernache - 2 / Meo Kids Academia 94 Ginásio - 0

Benjamins B: Gândara - 2 / Meo Kids Academia 94 Ginásio - 7

CALENDÁRIO

BASQUETEBOL

07 de Dez. – Convívio Sub-8 – C. D. Condeixa – 09h30 – 13h00
07 de Dez. – Proliga – Matosinhos – 18h00 – Desp. Leça / Casino Ginásio
08 de Dez. - Taça de Portugal Séniores – Algés / Casino Ginásio
08 de Dez. – Convívio Sub-10 – Sporting – 10h00 – 13h00
08 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – P. G. Marques – 11h00 – Ginásio A / Académica
08 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – S. Paio de Gramaços – 11h30 – Sampaense / Ginásio B
14 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – Olivais – 14h30 – Olivais / Ginásio A
14 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – P. G. Marques – 15h00 – Ginásio B / Academia
14 de Dez. – Proliga – P. G. Marques – 18h00 – Casino Ginásio / Sangalhos
15 de Dez. – Convívio Sub-8 – CAD – Torneio de Natal – Banco Alimentar – 10h30 – 13h00
15 de Dez. – Convívio Sub-10 – Olivais – Torneio de Natal – Banco Alimentar – 10h00 – 13h00
15 de Dez. – Convívio Sub-12 – P. G. Marques – Torneio de Natal – Banco Alimentar – 10h00 – 12h30
15 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – Figueira da Foz – 11h00 – ESBM Clube Basket / Ginásio B
15 de Dez. – Camp. Dist. Sub-14 – P. G. Marques – 14h30 – Ginásio A / Sampaense
20 de Dez. – P. G. Marques – 18h00 – Festa de Natal
21 de Dez. – Proliga – Porto – 15h00 – Dragon Force / Casino Ginásio
28 de Dez. – Seleção Distrital Sub-12 – P. G. Marques – 10h00 – 12h00

NATAÇÃO

07 e 08 de Dez. – Leiria – Camp. Nac. 3ª e 4ª Divisão
07 de Dez. – Coimbra – IV Memorial Luís Lopes da Conceição
08 de Dez. – Coimbra – 1º Mergulho
13 a 15 de Dez. – Porto – Torneio Zonal Juvenis
14 de Dez. – Coimbra – Circuito Regional Cadetes e Infantis
20 a 22 de Dez. – Felgueiras – Camp. Nac. Piscina Curta - Jun. e Sen.

ORIENTAÇÃO

07 de Dez. – Oeiras – Final Circuito Nacional Urbano

REMO

07 de Dez. – Porto – XXV Regata Internacional do Natal
14 e 15 de Dez. – Sevilha – Gran Abierto Internacional da Andaluzia

TIRO

14 de Dez. – Jamor (Lisboa) – Camp. Nac. Pistola 10 metros - Júniores