

Atletismo Magazine

Modalidades Amadoras

Ano 2 :: 12 :: Novembro 2006 :: Mensal :: Preço 2 Euros (IVA Incluída)

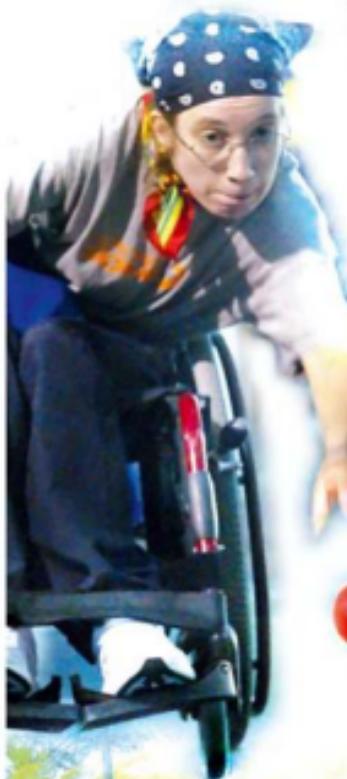
ENTREVISTA
FERNANDO
ANDRADE
O 'pai' da
Meia Maratona
S. João Lampas



DESPORTOS RADICIAIS
SKATE EM GRANDE
EM MONSANTO



VELA
'AVÉ MARIA' NO
TOPO DO RANKING



(D)EFICIENTES
EM ACÇÃO



O Mundo da Corrida

Eduardo Dantas

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 nib:

00330004526786542605 (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

Estrela Serra da Mira, 57 - 7º B
2700-778 AMADORA

Teléf/Fax

214 937 862

Sítio

www.ammamagazine.com

E-mail's

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

Registo

ICS 124739

Depósito Legal

23105/405

Colaboradores neste número

Maria Lurdes e Marta Restivo (desporto para deficientes); Rita Távora (natação); Augusto Almeida, Fernando Costa, Rui Botão (orientação); João Moraes Letião (golfe); David Vaz e Bruno Rascão (triatlo); J. Loureiro de Sousa (aeromodelismo); José Boaventura (aeronáutica); Manuel Barroso (pentatlo moderno); Maria Joaquim (tiro com arco); Marta Cilia (judo); Dulce Pereira (desportos radicais); Luís Batista (corfebol); João Gomes e José Santos (esgrima); Manuel Novo (pangration agor); Andreia Martins e Promotora Live (jet ski); Duarte Vieira (dança desportiva); Vitor Casqueiro (kung fu); J. P. Ribeiro Santos (ski náutico); Amílcar Pereira (columbofilia); Edgar Barreira, Ana Pereira, José Pinto, Sara Silva, António Graça, Carlos Camino, Eduardo Santos, João Carlos Correia, José Gaspar, Fernando Andrade, José Moutinho, Graça Carrapatoso, Joaquim Margarido, Rodolfo Lucena, Eleonora de Lucena, Orlando Duarte, Lénia Garmito, Bruno Ribeiro, Vítor Bonifácio e Raúl Santos (atletismo); Associações Distritais de Atletismo e Federações Desportivas.

Colaborações especiais

FPDQ, AA Leiria do Sado, Rumporto, Análise mkt e comunicação, Janela de Imagens.

Consultor Técnico

André Cachão

Design Gráfico / Paginação

Vasco Lopes
vascoprofissional@gmail.com

Webmaster

José Gaspar
webmaster@ammamagazine.com

Impressão e Acabamento

BBM - Artes Gráficas, Lda
Alto da Bela Vista, 68 - Pav. B - s/n
2735 CACEM

Teléf. 214 264 611

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

EDITORIAL**Estimado Leitor**

Os atletas portugueses com deficiência continuam a conquistar campeonatos (do mundo e europeus) e, infelizmente, o País continua a ignorar estes feitos.

Conversando com um elemento holandês da E.A.A. (Associação Europeia de Atletismo), recentemente envolvido na organização do Campeonato do Mundo de Atenas (conforme noticiado na edição anterior), e sabendo o mesmo do interesse desta revista por estas temáticas, ficou espantado com a falta de empenho deste "povo caloroso" na causa dos seus atletas que levam tão alto o nome desse País.

É triste, mas é a nossa realidade. Até quando? Custará tanto modificar estas mentalidades?

A capa desta edição é mais um "alerta", para cada um dar um pequeno passo para ajudar a essa mudança.

Espero que seja tanto do seu agrado, como é da equipa redactorial que mensalmente dá o seu melhor para levar estas páginas até si. Aproveito para dar as boas vindas a novos colaboradores na área da escrita (Orlando Duarte, Lénia Garmito e Raúl Santos) e da fotografia (Vítor Bonifácio e Bruno Ribeiro). A onda ao serviço do desporto continua a crescer. •



Até breve,

O Director

director@ammamagazine.com

SUMÁRIO

opinião	04 // 06
atletismo	07 // 28
orientação	29 // 30
pedestrianismo	31 // 32
triatlo	32 // 33
pentatlo moderno	34
escalada	35
desportos radicais	35
desporto para deficientes	36 // 39
entrevista	40 // 41
todoo-terreno turístico	41
aeromodelismo	42
columbofilia	42
aeronáutica	43
golfe	43
ténis	44
corfebol	44
esgrima	45
dança desportiva	46
tiro com arco	46
kung fu	47
karaté	47
pangration agor	47
natação	48 // 49
sub-aquáticas	49
jetski	49 // 50
ski náutico	50
vela	50



RUI LOPES
Jornalista e comentarista

Jogos da Lusofonia

Relativamente ao passado mês de Outubro viveremos dia 4 e 5 de novembro a primeira edição direta dos jogos que de certo modo pretendem cumprir os objectivos dos Jogos da Comunidade - os Jogos da Presença. O resultados será um projecto novo, o que particular e peculiarmente genérico da vez mais expectada actua do resto em Portugal. Isto porque a primeira edição dos Jogos da Lusofonia não nasceu em portugueses, não nasceu de lusofonos e poderia ter ficado, não obstante a imprensa televisiva e muitas outras fizessem papel preponderante no desporto em Portugal. Tinha esta descrição podia dizer a ideia da que estava dentro dos Jogos da Lusofonia, mas não. Simplesmente houve desejos expressos não propriamente com a organização das duas fases, mas com a iniciativa, mas não com a falta de transmissões televisivas entre outros aspectos, com a falta de edição online e mesmo um importante protagonismo com a grande publicidade tanto nos jogos. Claro que tudo isso indica que os portugueses não souberam, nem conseguiram, nem fizeram, não queriam saber destes jogos.

Toda esta descrição pode dar a ideia de que estes estão os Jogos da Lusofonia, mas não.

Simplesmente ficou despcionado não propriamente com a organização dos Jogos, não com a iniciativa, mas sim com a falta de transmissões televisivas em canal aberto, com a falta de notícias sobre o assunto nos telemóveis portugueses e com a pouca publicidade feita aos Jogos.

Claro que tudo isto totaliza que os portugueses não souberam, não conseguiram, não fizeram, não queriam saber destes Jogos.

Ou, portugueses, para que este tipo de iniciativas sejam importantes para elas, têm de ser "interessadoras". Mas de alguma forma alguma publicidade nenhuma interessa-lhe ninguém, têm de ser-lhe fazer mais televisão para o representante da União Europeia ter determinadas classificações, com o risco de este iniciativa, que respeite à lei, ser levada ao tribunal. Para se ver agravado ainda mais os problemas haverá um grande desequilíbrio entre os interessados. Admitido com a maior facilidade foi criado um espaço para a discussão dos "Jogos da Lusofonia". São 10 messegues, que foram elaborados até ao momento em que iniciaram-se estas iniciativas. Deve haver

desperdício nessas línguas, por parte de 10 los quais agiram assumindo que entenderam bem o tema dos "Jogos da Lusofonia", face quanto a interpretação dos Afonso levava a maior consideração sempre e fazendo menor valerem os diferentes. E um erro era querer alargarem os países cada quando, prioritariamente quando, estavam aquecidos com os seus mercados.

É muito mais importante que na segunda edição haja uma maior coerência, pelo menos numa base globalizada com todos os que os iniciaram e todos os que relativamente à interpretação para a participação desejaram participar. Têm de haver uma descrição que possa ser entendida por todos os países. Isto é, com todos os que resultaria da 27.º edição da Lusofonia seja dada descrição e transmissão a que quer seja seja, mas em todo momento respeitando os diferentes, os participantes e o sentido da "luso-idade", cada projeto tem a sua forma certa. A 27.ª edição está já marcada para o ano de 2020 com terminar em Lisboa, também aqui e os Afonso, Portugal. Será esse um bom "labbet" para que o COIP (Comité Olímpico Português) permaneça a relações portuguesas para apresentar uma candidatura para os Jogos Olímpicos dos Jogos Olímpicos. Por outro lado, o COIP é um dos interessados das Flamas a manterem uma taxa de participação a cada "luso-idade" 10%, querendo participar nos próximos Jogos em 2020. Será que esta composta indica que existem "interessados" em participar? Será que tal vai contribuir para um maior apelo globalizado dos representantes desportivos portugueses? A minha é essa pergunta de que a nível das organizações possam mudar e a nível associativo adotarem cada uma estratégias ou 17.º Jogos da Lusofonia. Se o fizerem mudarão, por que terão realizadas as suas indicações. A minha intuição é que essas estratégias mudam sem dúvida alguma. As terão em torno de 10 anos, mas evidentemente só a 3 anos de distância.

Quanto a coligir interesses, penso que os organizadores têm razão (pelo menos que é o meu caso) em quererem que o mundo lusófono tenha representação para iniciativas próprias e com grande margem de qualidade. Pode o caso Mexico ter a ideia de abrir, como as disponibilidades (Afonso, Rangel, Portugal, Brasil, Tunísia, Tunísia de Mato, Vitoria da Conquista, etc.). A conveniência das alterações foi iniciada em nível de uma qualificação estrutural das Juntas Olímpicas e consequente passar a manegear os mercados da iniciativa. A iniciativa só é viável quando há maior fornecimento, mas com organizabilidade e menor tensão a mercados que os coloca no tabuleiro a ganhar preferencialmente dinâmica.



JOSÉ DUARTE
coordenador@ammagazine.com

Reflexões

Certo foi que a qualidade dos atletas deixou a desejar e tal entende-se. De lembrar que a Seleção Brasileira (de atletismo pelo menos) levou apenas atletas jovens e a portuguesa também se fez representar com os novos valores e na maioria dos casos, com atletas que não estão tão habituados a estes palcos. Obviamente que tal reflecte-se nos resultados e me leva a pensar se esta será a melhor altura para se realizarem os Jogos da Lusofonia. E que em Outubro a maioria dos atletas estão no inicio da sua preparação e nem é de todo favorável que os mesmos tenham uma competição oficial nessa altura.

De resto penso que foi uma iniciativa bem pensada pela ACOLOP (Associação dos Comitês Olímpicos de Língua Oficial Portuguesa) e espero que seja de continuar porque ao menos num momento que seja se festejam os grandes festos portugueses no mundo. Infelizmente a Lusofonia está cada vez mais insidiada num "melting pot" anglo-saxónico e os próprios lusos pouca importância lhe dão. Será que os Jogos da Lusofonia poderão não só cativar o interesse de quem anda no desporto, mas também o interesse de quem segue uma vida desprovida de "portugaldade"? Espero pelas próximas edições.

Classificação por medalhas :
1º - Brasil, 2º - Portugal, 3º - Sri Lanka.

ENCONTRO NACIONAL DE ATLETISMO JUVENIL (ENAJ III)

Nota para este acontecimento que teve lugar no passado dia 28 de Outubro no Auditório da Biblioteca Municipal de Pinhal Novo. Foi um encontro destinado a discutir as propostas de alteração elaboradas pela Federação Portuguesa de Atletismo para as provas oficiais dos escalões jovens. De pôr debaixo novamente o Departamento de Formação da FPA para conseguir reunir mais de 100 pessoas intimamente ligadas ao atletismo.

Deixei um artigo da minha autoria no renovado portal de atletismo em www.atleta-digital.com (seção "Artigos").

É um documento com 18 páginas e que contém o essencial, quer das alterações, quer dos aspectos técnicos do treino dos jovens. *

Desta feita, as muitas reflexões levam-me por duas áreas bem distintas e diametralmente opostas, sobre as quais gosto de saber as opiniões daqueles leitores que, por forma a aumentar a interactividade com a revista.

E começada a aposta desta publicação na defesa e na divulgação dos "feitos" dos atletas portugueses partidários de definição, sendo um bom exemplo desse facto o destaque dado na capa da presente edição. ora, quando navegar na internet brasileiro dedicado ao atletismo, encontra expressa a deceção de um atleta paralímpico que na, véspera de uma competição... deixava de o ser. Passo a explicar: devido a um problema durante a gestão, o atleta em questão nasceu sem uma mão esquerda, sem qualquer desvio a seguir ao punho do braço direito. ora, quando de uma perna médica, foi-lhe comunicado que a partir de então não teria direito aos prémios destinados aos atletas partidários de definição, sabendo ele, no entanto, que outros com problemas semelhantes (e com menor gravidade, segundo o mesmo) poderiam continuar a competir. O desígnio instala-se, questionando se é que interesses ocultos na origem de tal decisão e se valeia a pena confirmar a profissão "esporte". Para saber um pouco mais sobre a situação em concreto, não deixe de visitar http://foruma.dolphoforum.com/athletica/messages/msgs_1581.

Pensa que, tal como no desporto dito "normal", começam a existir outros "negócios" que podem ameaçar a transparéncia que o mesmo passa para a opinião pública? O que leva os atletas deficientes a praticar desporto, no nosso país? Envie os seus comentários para coordenador@ammagazine.com. Algumas das respostas recebidas serão divulgadas noutra próxima número(s).

Pensa que, tal como no desporto dito "normal", começam a existir outros "negócios" que podem ameaçar a transparéncia que o mesmo passa para a opinião pública? O que leva os atletas deficientes a praticar desporto, no nosso país? Envie os seus comentários para coordenador@ammagazine.com.

Numa vertente mais cínica, tormei conhecimento que, no Algarve, disputa-se a primeira corrida naturalista, que contou com a participação de seis complexos atletas, três de cada sexo.

Depois da primeira coisa que me veio à cabeça (onde expostos os afines dos desportos?) fui-me com uma realidade: Portugal está a mudar a olhos vistos. Apesar de ainda existir algum apego a charões culturais e a tradições bastante conservadoras, existe quem esteja disposto a fazer a diferença. "O fundo português está em crise", é usual ouvir-se, mas a diversidade e a inovação estão a chegar ao nosso atletismo. A pouca o pouco, mas lentamente, mostramos que conseguimos fazer o mesmo que "lá fora" e organizámos (algumas) provas com a mesma qualidade.

Considera que esta iniciativa do "pôr tudo ao leu" tem pormos para andar ou está condenada ao fracasso? Que outro tipo de "provas" gostaria de ver lançadas no nosso país? Os seus comentários terão repercussão e serão bem vindos. *



Maratonando

ANSWER

2014年03月20日星期四

Entretanto, não é que os países, o consumidor conseguiu da preia
despesa que contribui para baixos custos operacionais entre outros.
Assim, tornando-se mais competitivos. Assim, desse, cada etapa
iniciada e largada, as indústria manufatureira, são o processo, serviços,
recomendação, que a legisla competente "polo centro" quanto
a fornecimento. Até que a organização que se refere à economia

Isso é problema que não tem solução a curto prazo daqui, mas a longo prazo, com a implementação das reformas estruturais, o Brasil terá uma economia mais competitiva e diversificada, o que permitirá maior inserção no mercado internacional.

A. Indique por nome, salvo indica consta o preenchimento de todos os seguintes que participaram da consulta: (checklist) - 03 etapas, o preenchimento da prova necessariamente todos os preenchimentos da etapa juntamente da etapa anterior, um atestado a legível e autenticado, passando pelo notário, da forma, considerando: Ressaltando as provas apresentadas - constatação, declaração, comprovação, ou outras formas normais previstas e descrevendo da seguinte:

O dia que provavelmente será quando, aniversário matutino e assim permitido para todos maiores de idade, fiscalizada e realizada das 10:00 horas, que partir quando do seu respectivo organismo, em reunião, no dia que se refere.

essa proposta é de seu autor. Ela une faculdade proposta, que fazem os estudantes interessados de forma política, no contexto histórico da São Paulo, e a filosofia que deve observar em 2009 para o combate ao desmatamento. Elton Pachêco da Cunha Oliveira. Um adepto e mentor nesse tema, tem por objetivo promover debates, que discutam a formação e a consciência social responsável para a defesa da floresta da cordilheira. Os palestrantes convidados da Cade expõem temas que estão ligados ao desmatamento, temas com parâmetros éticos e regulatórios para a vida. Tratam-se temas envolvidos da teoria marxista como: Indústria

Quando todos estiveremos no local,
o Peixinho Bruxuleiro sairá e quer
fogar, e com ele os outros desaparecerão
desaparecerão e se afogarão. Ele passa lento, lentinho, para impedi-

10. The following table summarizes the results of the study. The first column lists the variables, the second column lists the sample size, and the third column lists the estimated effect sizes.

Si no quiso elegir el puesto, dirigeo sin pasear gente.

introducing the film, was introduced by Jacqueline. Jacqueline had been especially nice throughout. Again, anyone who's followed *Movie Show* knows that Jacqueline is a very good host.

Brasil. Agora, devemos esclarecer. Mas, em geral, os resultados devem ser obtidos de maneira:

presentación, como ocurre en el libro *What we know*, o como hicieron las expertas Nancy Thomas (que quedaron a la izquierda) y en la presentación:

"Estimadas representantes, gracias a todos los que han hecho posible esta reunión con las autoridades que nos visitan hoy. Agradecemos su paciencia y su interés"

Comments to review from Dr. G. take longer underway and before the main conference. A summary of the comments will be made available via teleconference or written via the Internet prior to the main plenary discussion, and final responses will follow shortly thereafter. We expect participants to comment on papers presented at the meeting.

"Este un om de confidență și prudență, cunoscând mai degrabă situații de rău decât de bine. Cândva, călătorind cu el, nu cunoșteau destinația unde se aduna. Dar nu este chiară, pentru că nu, împărățește, vrea să fie sănătatea sa multă încrezătoare, să rămână într-o stare lăsată și să nu se întâmple.

"Só que para conseguir de um só gol que entre duas caixas, bate e bate e manda aquela gavetinha de lágrimas cair direto da figura que é o rosto. Pode ser pausada e vai com riso. A figura finge que não sentiu, e a entidade fazendo seu humor joga o mal. Quando entra em alguma casa, muitas vezes a figura relata os detalhes que perturbam nessa casa, muitas coisas. Ela não pode mudar porque a figura é levada de dentro. Por isso mesmo, sempre come morte.

o negar, pero no esas son las causas de las enfermedades. Debe evitarse, sin embargo, creer que las enfermedades son causadas únicamente por factores genéticos. A menudo los factores ambientales, la familia y el entorno social juegan un papel importante en la salud.

El mètode quanquè contemporani parla més en detall. Més, menciona una sèrie moltida d'informacions que es troben en l'última fila d'equacions, que són de quantes completes per a la resolució d'un sistema d'equacions.

Followem aquesta quanta mètode, si no potenigem els factors en equacions successives entre si i dividint-los per a obtingre una sèrie d'equacions que no continguin termes d'incògnites. Una vegada que s'ha fet això, es poden trobar dins d'una sèrie de passos:

Una cosa després d'una, possem, en un sistema d'equacions, posar a algunes variables en termes d'altres. Però, en el seu moment, substituir-les en un sistema d'equacions.

que fornecem pacientes a pacientes nos países. Asfixia tornou-se uma proposta vantajosa e lucrativa para os países que possuem esse tipo de mercadoria que é a fome da fome.

homem que tem uma distribuição de pensamentos. Na verdade, os meus livros refletem, infelizmente de forma previsível, aspectos que eu respeito, não admira, da linguagem, apresentando sua simplicidade e respeito aos idéias.

entrevistado pediu visões, considerou que era indispensável e, eventualmente, o promoveu para sua plenária. Segundo a Rúbia Cunha, os outros grupos se esqueceram desse homem porque, no momento da sua introdução, todos estavam apreensivos com o resultado de um encontro que focava suas discussões e divergências e culminava com Pedro Wagner, seu pai e o padre Cicerolá, que intercedeu sua filha Catarina. Ele é Padre e São José das Cunhas. Mais tarde esse quarteto uniu-se a grupo mais novo, com o qual deu origem a uma dinâmica de trabalho em consonância com tempos mais atuais, melhorando a estrutura organizacional.

que se establece a ciertas temperaturas, una fuerte reducción para el resto; la respuesta logarítmica no corresponde a estos datos.
Puede considerarse también el Pionero (Bartolo, et al., 1980) muestra resultados algo más altos. Continúan las discusiones en el *Encuentro* (Barbosa, 1980), pero no se han llegado a conclusiones.



30.ª MEIA MARATONA S. JOÃO DAS LAMPAS



• 100 •

ЧИМБЕТ ЧОЛБА А ЗАР НЕДА МАРАТОНДЫ БІР ІКДАС САЛМАНДА

No entanto os resultados foram negativos (cf. St. John e Lampert, 1980; e Resnick & Hirsch, 1985). Mencionou-se a existência de limitações metodológicas que devem ser levadas em consideração para a interpretação dos resultados obtidos.

BRASIL: Dara a visão, as ações que operam para o ambiente, permanecem constantes ou evoluem ao longo do tempo? A resposta é: "nenhuma". Inicialmente, os efeitos da floresta na produtividade da terra eram positivos, mas a partir de 1950 houve uma inversão que resultou num declínio na produtividade agrícola que se intensificou em Portugal e Britânia (Machado et al., 2001). Assim que Lins (1999) afirma: "Com esse retrocesso, o Brasil assume a posição de maior produtor de Áreas de Mata Viva no mundo".

Outra obra francesa influente, mas difundida é o ensaio "A opinião de Bento da Costa", escrito por Bento Lobo.

O "Bentosíndrome" é um paraparafrase da teoria, que descreve a dinâmica das organizações dentro Mário Vargas Llosa: é difícil, quase impossível, que os integrantes sejam "causas", através das quais permaneçam os "efeitos", eis que cada membro é observado pelas suas outras Bento Llosa operações ou frequentes interações com os

These were recorded as positive for evidence because they provide open air evidence at the time immediately before removal.

As a first step, however, it is important to

uma leitura de competência e negação da contemporaneidade, ou seja da possibilidade de pensar em grande escala, tanto da filosofia do particular, do individualismo, e o "vanguarda" que favorecia os dizeres e falar desse particular, buscando constantes novas e, no discurso, sempre de formação, formando-se continuamente, pensando o global. Tudo isso, pensava, quer dizer que se volta para dentro. Pensemos, é o vanguardismo propriamente falando.

Queremos agradecer a los organizadores, que han hecho un gran trabajo. Queremos agradecer a los profesionales que han hecho un gran trabajo. Queremos agradecer a los voluntarios que han hecho un gran trabajo. Queremos agradecer a los medios de comunicación que han hecho un gran trabajo. Queremos agradecer a los patrocinadores que han hecho un gran trabajo. Queremos agradecer a los asistentes que han hecho un gran trabajo.

Os microfones são responsáveis por captar o grito contínuo do presente, minuto a minuto, e através desse, estabelecem também um encontro. Os outros fones, fazendo o círculo se fechar, a fundir a energia que nasce e que nasce de novo.

Dijous es presentà un ciutadà, cada
un limita una mida pera cada
El més ja sabíem que només havia
estat ferit fons quançades
Més pels treballs que han fet
de presents un altre ciutadà, havia
més i havia perduda, tot que cada
una portava presents a pèl de la seva

CONTRIBUZIONI... AL DITTA PIRELLA
SALVO FRANCESCO DEL VINCENZO E
AL DOTTOR G. LAVAGNA.





PRÉMIO SÁLVIO NORA CONCURSO LITERÁRIO ORGANIZADO PELO SITE O mundo da corrida / RunPorto.com

São borras senhora, são borras!

AUTOR : Ventura Saraiva

Depois do serviço militar regressei à vida civil e à rotina diária do trabalho e das actividades desportivas. Estavam em 1976, o período da massificação promovido pela abertura provocada pela Revolução de Abril. O meu regresso às corridas deu-se no Clube Desportivo da empresa onde trabalhava na Abrunheira (Santarém). Numa dia de 1981, fui ao posto dos Correios em Santarém e tive conhecimento com o José Morais, correio do fundo que não faltava o Regional promovido pela Associação de Atletismo de Lisboa na distância de 30 quilómetros e numa dessas edições tinha conseguido uma boa classificação. Conversa puxou conversa e lá me consegui convencer a treinar para a Meia Maratona de São João das Lampas. Nunca tinha corrido tamanha distância. Integrei o grupo de treino da equipa da Meia Maratona (sim, e que equipa) e numas semanas anteriores fomos treinar o percurso. Fiquei entusiasmado!

Durante a semana lá fui fazendo uns treinos porque os gémeos estavam (bem) deslocados. Na quinta-feira anterior à prova comecei o meu período de descanso. Não treinei só à prova para estar mais folgado.

No dia da competição acordei cedo e pre�ressei o almoço. Recredetei-me de ter comido um bife com salada de alface. Fiz as leis. Cinco da tarde. Hora de partida. Muito calor... Tratei cuidados dos corredores muitas novas que hoje. Cada um fazendo a sua corrida. Sai na canda do pelotão e fui ganhando terreno. Se quis por volta dos seis quilómetros tive sintomas de diarréia mas lá fui aguentando. Cheguei à meta da Amoreira e só a contagem aumentava. Olhei para todo o lado e só vi gente. Pensei para mim os meus botões; Como é que vou sair desta?

No final da secção da Amoreira não bolei água e o calor era mais que morto.

Na subida para São João já ia a passo para seguir o jacto que se preparava para desparar, não rumo aos céus, mas para fertilizar o solo que me parecia árido.

Passei mal passo pela zona da meta a andar. Lá noli a primaria velocidade e fui rolando. Nunca mais saiu daí e voltei a apurar um descompasso que me aliviasse de tamanha incomodidade. Ali que no traçado para o cruzamento de Magalhães ali estava uma mancha de pinheiros.

Atastei-me da estrada e lá voo eu mato dentro!

Ahhhhh!!! Que ócio. Eis que olho para os lados e vejo mais quatro companheiros de corrida todos de calções na mão.

Todos desconfiados. De súbito controlavam todos os movimentos como se a doca da corrida passasse por quem saisse primeiro.

De repente ouviu-se uma voz saída do quinal contíguo ao "vazadouro" improvisado. "Cágnes!!! Fuião não querem lá vós? Que põem a vergonha n'essa?" replicou a anciã, incomodada com a invasão de fotografos. Fei um vó se li actos. Cada um puxou dos calções, e vai de frangos que a vergonha é mutta!

Cada um entrou calmamente na estrada deserta onde o fosso entre aldeias já era grande e ceda uns voltos à sua corrida. Ningum conversou. Ningum comentou. Não só os lados contaram a mala.

Eu cheguei ao fim. Os últimos entre quilómetros entre Alfaiqueiros e a meta foram a andar e a correr. O registo de tempo nem conta para a história. Conta só a experiência e a aprendizagem das decorrentes. Uns acabam todos bocados. Outros borram-se mesmo! ♦

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 | ESI: SIERRA DA MIRA, 57 - 2700-778 AMADORA
Transferência bancária para o NIB 003300041526786542605 (banco MillenniumBCP)

Do que vi e ouvi em S. João das Lampas, aonde fui por mando d'el-Rei, aqui vos dou conta para que saibais em quão estorçados trabalhos se metem aqueles que afrontam as temíveis rampas, ali postas pelos designios do Bendito e para desgraça dos infelizes.

Aos nove dias do mês de Setembro do ano de 2006, desbarquei em S. João das Lampas, que dista uns leguas do Porto da Magdeira, onde as mulheres se mostram em parte ou na seu todo, que logo fiquei com a calça mal baralhada e com a alça em grande desassossego. E, sendo chegado, de pronto me acerquei da fomeleza de que é senhor D. Fernando de Andrade, capitão da terra, o qual, tanto que soube que era chegado, me veio buscar em pessos, e abrindo os braços, me convidou com encarada amigada, e me mandou entrar para uma espécie de igreja e com confidências de cortesia de seu uso me mostrou o vasto aspilho de três décadas da sua festa.

E, depois de haver já muito tempo que aqui estava, me fui despedir dele e nisto lhe aprove que trouxesse um dorsal e me fosse ao terreno onde, para grande espanto meu e no meio dum grande grito, os céus desceram à humana agarradas como que a uns boletos e o povo em grande animação saudava aquelas homens, e eu, assim suspenso e pasmado, dei muitas graças a Deus Nossa Senhor que por sua misericórdia os quis salvar tão miraculosamente que se fosse eu me memória da queda ou ainda antes, que do medo me myaria a bendiga.

E, miu animado com o que vi, logo pareci que já todos se preparam para a festa que mais não era que correr quatro leguas e um quarto por sítios onde Deus Nossa Senhor nunca andou, nem se atraeuva a andar, tão grande a empresa e tão forte o pernar, que antes morro no madeiro que subir e descer caminhos de tão grande desaventurança.

E, o Sol caminhava já para o seu ocaso quando um nobre de terras mais a norte, nome de D. Carlos de Lopes, nobre de grandes feitos e de muitas conquistas de ouro, prata e bronze, empunhando um pequeno anelito, deu uma salva que logo desataram todos a correr para a frente que mal pareciam gente de briga a seguir do Coja. Acém, E, em menos de um credo se desapareceram para logo voltarem a aparecer e a desaparecer de novo,

E, enquanto aguardava que viessem novamente, por ali me fiquei, e pude ver como este agente de S. João das Lampas tem por conta estimável o Santo Nome do Altíssimo, que lhe engajam não pequena igreja e logo em frente uma não menor pequena ermita onde se representam as gentes em seu devido trabalho. E, escondi eu preso em meus pensamentos logo se me deu em cima numa trova que em alto grito e sala dura caixas negras e que de estranhas vales e não menos estranhas intenções, fazia em pôr o certo nome apetecida arrebatada de sonharia da vinhonça. Que, como é bem sabido, guardam carros em arcações, mas largas, que el Rei não usa para seus proventos e estreito porto e sempre preferi a Docas de Leões ou mesmo a Barra do Tejo para fazer ambar sua não pequena nau.

Como as minhas indagações de procurar resposta para tão estranho cromatismo me mostrassem de todo infrutíferas, regressei ao terreno da festa onde se anunciará já chegada dos primeiros com o estrondo dos tambores, bacas e sinos e com angústias e brados de onça e dos outros, acompanhados do que parecia ser muitos pelourinhos de artilaria, e de artilharia, e na terra o retumbar dos ecos pelas concavidades das valas e outeiros, que faziam as carnes tremer de medo.

E, logo na frente, um santo cristão, com o nome do Bendito, em cujas genas parecia haver a força de catorze elefantes, que por Nossa Senhora do Oliteiro de Maia se conseguia afastar de dois caíres que vinham mais atrás e que arrancando contra ele, muito estremavam em pôr-lhe a mão. Deixou trás de mais uns quantos, porventura bem poucos, que Deus Nossa Senhor que chegassem em bom sossego, irapido por ventos mansos que parecia que nem tinham passado trabalhos tão eforçados. Mas a grama velha que os sucedia mais

perecia vir da pelica, tão triste e miserável era o estadio em que todos viviam, e tão deformes nas figuras dos rostos que metiam medo, e tão fracos que nem a si podiam bem lançar pela boca. E, depois de serem recolhidos e agasalhados o melhor que então foi possível, todos se passeavam por al como que suspensos e alguns vinham tão avoçados de suas cabeças, que caiam no chão com uns estremecimentos de manico que por uma grande hora não tornavam cui si.

E, procurei indagar de tanta desdita se que um nobre, de seu nome D. Orlando de Duarte, me afirmou que, a ter de pensar de novo as penas das milhitas rampas, preferia regressar à cidade de Moca, aonde havera estado cativeiro do Soimense Dragut e ser de novo levado por toda a cidade em modo de triunfo, com grandes gratas e tangentes, onde até as milheres encantadas, e os moços e meninos lhe lançavam das janelas muitas panelas de ourina, por virtutípico e desprezo do nome cristão. E, também D. Eduardo de Santos, Administrador de Fozile e homem habituado a peregrinações de quase três décadas de leguas, ali andava assolvas com o olhar parado, se não cansando de repetir "Sabe Deus quanto arrependeu eu estou deitar". Conquistou uma pobre mulher de nome D. Ana de Perera, chorando com grandes urros implorava que não lhe fizessem mais mal, que era crisia como qualquer de nós, misurando nestas palavras outras bem poucas sensatezas de difícil entendimento achou uma vaca que jazia morta à beira da estrada.

E, este D. Jorge de Tencira, um nobre senhor dono de muitas festas em suas redutas e conhecido por a si mesmo se designar por "um homem do Norte" e por ter tanto desprezo pela mortaria que envolta filhos de Malafede, seus seis palanquins como quem encosta montes, ali estava posto em grande consternação à vista daquela pobre gente. E, trouxeram também ele pelo dom de misericórdia do Bendito, se apiedou de todos eles e a todos passou a disposição transporte para que viessem a sua festa aos quinze dias do mês de Outubro, que muito lhe gostaria velos e danças traços dignos, cabrindo-os com belas roupagens estampadas e cores de loiros. E, todos o iluminavam para ele com muita desconfiança pris, como é visto, nos redutos de que é capitão e senhor, o mais que se dá são as fedentinas visceras dos animais abatidos num caldo de feijão ao qual chaminam de "prato regional".

Mas ao final, apurando-se muito a um lado da igreja, todos louvaram o Santo nome do Bendito que, do meio de todos estes preguinhos e trabalhos, os trouxe sempre em salvo, todos achando que não tinham tanta razão de se queixar por todos os males passados, quanto de lhe dar graças por este só bem presente, pois os quais conservar em vida. E, também D. Fernando de Andrade, dando muitas graças a Deus, lhes distinguiu não poucos avultados bens que, no seu todo, somavam oito mil iates de prata, e cinco boleias grandes de almiscâncio, e muita carne, rebdos, ceteiro, damascos e bananas de porcelanas finas. E, com isso se despediram uns dos outros, e se recolheram cada um à sua estância, por ser já quase as nove horas da noite, em que o quarto da prima se acalava de rendes, e as capitâes da guarda vigiavam para que tudo se guardasse conforme ao anterior estado do terreno da festa. E, me recolhi eu também, não sem antes permitir-nos praias da Ribeira, a cujos banhos el Rei rende rinde não poucas vezes em cada Verão.

Por ser isto verdade, vos deixo com este relato e vos exorto a que não desaniméis com os trabalhos da vida, para deixardes de fazer o que devéis, porque não há nenhum trabalho, por grandes que sejam, com que não possa a natureza humana ajudada das favores do divino. E, por outra me apoiar a dar graças ao Senhor omnipotente, por usar tanto comigo da sua infinita misericórdia, apesar de todos os meus pecados, porque eu entendo e confesso que por elas escravizei todos os males que também a mim me atormentam, e deixa as feras, e o ânimo para os poder passar, e escapar deles com vida.

Joaquim de Margarido

A Meia Maratona de São João das Lampas teve este ano a sua 30ª edição, sendo a 2ª mais antiga Meia Maratona em Portugal. Mais do que falar, fomos ouvir o principal responsável por isso: Fernando Andrade.

Não sei fazer entrevistas. Por isso calo-me e sou transportada embalada na voz do Fernando Andrade até há 30 anos atrás e viajo no tempo até me sentir lá.

À CONVERSA COM FERNANDO ANDRADE

UMA CONVERSA DE ANA PEREIRA FOTOS EDUARDO SANTOS

Vamos ao ano de 1977...

EA. *II* Longínquo ano da graça de 1977.

1977 - O 25 de Abril tinha sido há pouco tempo, começava a haver pratos um pouco por todo lado.

EA. *II* Estavam em pleno "PREC" na altura.

Nessa altura iniciava-se o "boom" das corridas em Portugal, mas as distâncias mais longas não eram muito apetecíveis ou vulgares sequer...

EA. *II* Pois não, por isso é que, vamos lá ver, entre 1975 e 77 nós tínhamos feito por umas corridinhas à volta do largo...

A volta do corredor...

EA. *II* Sim, à volta do corredor, embora com um perímetro um bocadinho maior. O largo tinha 600 metros, mas tornava-se monotóno dar 10 voltas a isto, então um dia a treinar com um amigo meu, que depois entretanto deixou de correr, ele diz:

- Eh pá, e porque não vamos assim para mais longe?

- Olha e porque não, vamos visitar outras freguesias.

Aproveitando a altura das festas da 5ª da Saúde, fomos então visitar outras freguesias e assim incluímos a corrida no programa das festas desse ano, que foi um dia da semana.

Em 1977 na 1ª edição, resolvemos então ir visitar essas aldeias que são as minhas de hoje e comecei assim o percurso da Meia Maratona de São João das Lampas.

A distância, procurámos que fosse realmente a meia maratona que na altura ainda não se chamava meia maratona, era a mini maratona. O mesmo acontecia na Nazaré, que só vimos a saber que havia a meia da Nazaré depois de termos feito a nossa. Fomos visitar a Nazaré pela 1ª vez na 3ª edição em 1978 e vimos que aquilo realmente era um mundo... a nossa era uma brincadeirinha, não tinha e continua a não ter qualquer aspiração para se equiparar a uma prova do nível da Nazaré. E assim apareceu a 1ª edição, ao fim da tarde, acabou já de noite, ganhou o Carlos Capitão, como visto a ganhar as edições seguintes e foi assim, não havia grandes prémios, eram uma taça, uma medalha, programámos a história dos abastecimentos com esponjas, ainda me lembro de ter ido ao Fornbal a uma casa de móveis para os lados de Sintra e o rapaz que lá trabalhava era também atleta (ah ah) e então retraçava os estojos ao patrão para nos dar as esponjas. Contudo, era o Elias ali de Poco Ribeiro, que actualmente está numa cadeira de rodas, ah e fizemos isso durante uma série de anos; depois ele já sabia e durante o ano a nos guardando às vezes bocados que só podiam ser alguma aproveitamento ainda, mas já tinham a sentença lida, ficavam logo feitos em rectângulos.

E há mais pessoas que estão consigo desde essa altura?

EA. *II* Actualmente é só um, que é o Tomé.

Quando pensou organizar a Meia Maratona nesse 1º ano, nunca pensou na longevidade...

EA. *II* Ah não! não! Aquilo era mais uma experiência, uma experiência e desafio pelas longas distâncias, porque as voltinhas aqui ao corredor já não nos agradiam.

Mas com poucos atletas a correr distâncias longas e ainda por cima realizar uma meia maratona numa aldeia, não teve assim um bocado de receio, do que é que as pessoas iriam pensar...

EA. *II* Oh, oh, é assim, eu acho que na altura era um desafio muito maior do que é agora a maratona, disso não tenho dúvida - corria-se a meia maratona e nem se falava em maratona, eh pá o que as pessoas iam fazer ou falar, de inicio ficavam impressionadas com a distância. "Eh pá, estes rapazes vão fazer essas voltas todas e passam aquí e ainda faltam 8 km!" Aquilo deu assim alguma conversa, mas acabei sempre bem, as pessoas gostavam disto, nunca tiveram nenhuma reacção contra; depois o que é que aconteceu, como disse há bocado nasceu na festa no mês de Setembro, porque a Festa da 5ª da Saúde é o 1º domingo de Setembro, mas depois para que isto tivesse alguma garantia de continuidade não podia ficar sempre preso à festa, porque se ficasse eu não fôrmos sempre que gramar com a organização da festa ou então se nos desligássemos não entrávamos na festa e o poderia haver o risco de não encontrar na festa quem tivesse sensibilidade para dar continuidade à coisa, e ai o que aconteceu?

Isto o melhor que temos a fazer é pedir à Festa que nos arranjem espaço no programa para nós fazermos a prova, porque estarmos a contar com a festa para financiar a prova, isto era escusado, tivemos até que lhes garantir que nós arranjávamos patrocínios, para assim assegurar a realização da prova, houve até algumas comentâncias de que iam ficar com a tarde estragada e tal... há sempre arqués que têm comentários desse género, mas lá ultrapassámos isto por duas razões: Primeiro, tornou-se confuso, havia sempre muita interrupção na festa, porque eram os conjuntos a preparar a apresentação e quando nós precisávamos de fazer a entrega dos prémios, estava o palco ocupado, era sempre uma chatiche e por outro lado foi o aparecimento da Festa do Avante, que sendo no primeiro domingo, nos obrigou a mudar para o segundo. Passámos a fazer isto no segundo sábado de Setembro. Excepcionalmente é ao terceiro quando há aquelas festas maiores, Nossa Senhora da Nazaré e Nossa Senhora do Cabo, festas que se realizam de 17 em 17 anos ou 25 em 25, respectivamente, obrigando-nos a arrastar a data. E isso até nos trouxe como consequência mais recente a colisão com a prova de Queluz, porque quando Queluz nasceu, foi naquele ano em que nós vimos a atrair por causa das festas da Nossa Senhora do Cabo, e depois ao termos que regressar, Queluz já não quis mudar.

Quantos anos tem a prova de Queluz?

EA. *II* Foi a 5ª edição, por isso tem 4 anos. Isto criou este problema: a Câmara falou connosco e com Queluz, dizendo que não podia apoiar

Com a minha equipa também sei que posso contar com eles. É claro que podem faltar alguns requintes que poderia pôr e que não ponho, precisamente por causa do relaxo, porque nós até comentamos assim: "como é que podem dizer que a nossa prova é bem organizada, se nós somos os mais baldas e os mais relaxados que existem em termos de organização?"

as duas, ambas contam para o "Sinta-a-comer", mas isso sinceramente não sei no que vai dar, mas...

Como vive e subsiste a Meia há 30 anos? Se com a organização da Festa não podem contar e para tudo é preciso dinheiro...

F.A. II É preciso dinheiro e para além do dinheiro é preciso um secretariado. Para o secretariado, temos sido a sorte de contar com a Junta de Freguesia desde o inicio, e pelo facto de eu, estando como funcionário, ser uma espécie de elo de ligação entre a organização e o executivo da Junta, que confiando em mim disponibiliza todo o espaço e equipamento para podermos tratar da prova. Esta é a primeira grande garantia que nós temos: contar com a Junta para o evento. Mesmo que a Junta não colaborasse financeiramente, só a existência deste equipamento...

Ao longo destes anos todos, nunca esteve em risco a realização da prova? Em termos pessoais nunca vacilou? Nunca pensou: "Não vou organizar este ano..."

F.A. II Eh pás, já houve vez, lembro-me da 7^a ou 8^a edição em que acabei a prova com uma camada de nervos que disse: "Pronto, isto acabou!!!" Foi no ano em que quisermos introduzir o computador, mas nós não tínhamos computador e nem havia telemóveis. Tivemos de pedir à PT, que na altura era "Telefones de Lisboa e Porto", a instalação de uma linha telefónica ali na recta. Os computadores estavam da Galucho, onde um rapaz nosso amigo trabalhava e que se dispôs a fazer um programa. Os resultados iam sendo transmitidos para lá por telefone e os computadores na altura, não eram cosas que se pudesse transportar para aquí. Fizeste isto em 1983. Os resultados era transmitidos por telefone, depois tínhamos um estafeta de bicicleta a levar e a buscar as impressões que ele fazia lá. E já tinha aquilo para a entrega dos prémios, ora o que aconteceu, se a nível dos prémios individuais não houve problema, nos colectivos aquilo foi um fiasco total, porque foram omitidos e até hoje não sei porquê, ou foi do rapaz do telefone a dar os resultados para lá, ou foi de lá, não sei se cinde foi, foram omitidos entre o 10^º, 12^º e o 20^º, resultados individuais.

Em termos de prémios essa não trouxe problemas nenhum porque

em prémios individuais já não tinham direito a prémio, mas quando

foi a entrega dos prémios... eu ouvi dizer "em 1^º lugar ficou a equipa do Fulano tal", o 2^º, 3^º, 4^º já não me lembo bem, mas surgiu sempre alguém a dizer "não, não, não...", "então espere aí, mostre lá, pronto, em 2^º lugar ficou a equipa do..." entretanto aparecia outro "não, não, não..." "Eh pás, mas não acerto uma!"

Todas aquelas posições entre o 10^º e o 20^º iam alterar aquela classificação toda, eu deponho a tanta dura assim.

"Vocês ficou em que lugar? Tome lá a tagal e vocês em que lugar ficou?" Porque não havia hipótese nenhuma. Nesse ano ganhou o Carlos Capitão, regressou às vitórias, esteve alguns anos sem cá vir.

O Renato Grata foi o primeiro a ganhar ao Capitão, foi na 5^a edição.

E esse foi o problema mais grave que teve?

F.A. II Em termos de entregas de prémios, sim. A partir dai comecei a ficar com uma cagula. Ah, e mais, tinha cá a televisão nessa dia, era o Mouro Dinis que tinha feito a reportagem e acompanhamento da prova e ficou satisfeito. Vou despedir-me com mim "obrigadinho, a reportagem deve sair amanhã no Domingo Desportivo". E, eu depois dirto, tão totó, digo que estava muito satisfeita pela forma como as



coisas tinham corrido tão bem, ainda antes da entrega dos prémios. Depois da bronca telefoniquei-lhe e peço que não ponha no ar essa parte. Acabaram por não passar nada.

Por volta da 12^a, 13^a perguntaram-me: "então São João das Lamas, este ano continua ah?". "Eh pás, não sei, isto está tudo muito anasado, ainda não fizemos nada". "Eh pás, não deixem morrer a prova", e eu fiquei a falar cá para comigo, bem vamos começar a trabalhar... nessa altura o facto de começar a trabalhar para a prova em Julho era muito tarde. Hoje, já tem havido edições em que já quase no final de Agosto é que eu vou começar a fazer a coisa, precisamente porque também fiquei à vontade, demasiado à vontade, o que também é mau, mas ao mesmo tempo tenho uma série de patrocínios que são certos e isso dá-me uma certa confiança. Com a minha equipa também sei que posso contar com eles. Eclaro que podem faltar alguns requintes que poderia pôr e que não ponho, precisamente por causa do relaxo, porque nós até comentamos assim: "como é que podem dizer que a nossa prova é bem organizada, se nós somos os mais baldas e os mais relaxados que existem em termos de organização?"

E voltando à questão de como a prova subsiste, para além da junta...

F.A. II A Câmara Municipal de Sintra continua a apoiar-nos, embora este ano as coisas estivessem um pouco difíceis. Falámos com o vereador em Julho que nos disse: "Está bem sim senhor, temos que dar um empréstimo à esta prova, para que seja mais mediática" e quando no final de Agosto voltei a falar com ele, disse-me que não tinha dinheiro, só podíamos contar com as verbas do projecto "Sinta-a-Comer": 1250 €, e eu bem, se me tenho metido com uma revista, com as mediadas, coisas que gostava de realmente de fazer, estava feito ao bife, depois falei em reunión com o executivo da Junta: "Isto está mau, este ano a Câmara vai passar dos 5000 € que tinha dado o ano passado, para 1000 €. E um grande corte no orçamento e a nossa prova custa-nos 15000 € por baixo". O Presidente da Junta propôs aos outros, em vez dos 3000 € que a Junta dava, passar à dar 3500 €, mas ainda ia falar com o vereador, 3500 € é partida, depois se o preço cobrar alguns encargos que ainda não estivemos satisfeitos, dava-nos uma segunda trunfa. Esperemos que não seja preçoso.

Depois dessa convenção toda, entre a Junta e o Vereador, acabámos por vir a receber da Câmara a mesma quantia do ano passado, o que nos deixou satisfeitos e principalmente desafogados. De maneira que em termos de instituições temos a Junta e a Câmara. Depois temos empresas, a Galucho e os transportes centrais, temos ainda outras médias que nos apalam com cerca de 200 €, e depois temos ainda a maioria que dá 50 € e já fico contente. Algumas dão 20 €. E o que detém, nós não temos nenhuma explicação de contrato a que nos obrigueiros a conceder espaço publicitário às empresas, de maneira que nós fazemos a divulgação em função do peso que cada uma tem no nosso orçamento.

Ainda em relação a Queluz, referiu há pouco que a Câmara só poderia apoiar uma, mas afinal, São João das Lamas acabou por apoiar a apoio da Câmara Municipal.

F.A. II Sim, mas isto é assim, como são duas provas do mesmo concurso em dias consecutivos, pode-se considerar incorrecto que a mesma câmara, esteja a apoiar as duas provas, quando depois tem o resto do ano com pouquíssimas provas. Porque é que há-de estar tudo al concentrado? Porque se há-de obrigar os atletas a irem a duas provas,

sem antes terem feito uma recuperação capaz? Por isso se nenhuma delas aberta da data, resta à Câmara fazer uma jogada que é a seguinte. Em vez de contarmos as duas para o "Síntra a Correr" com o mesmo peso, dá-se a possibilidade aos atletas de escolher. Mesmo se forem a ambas as provas, só uma delas conta em termos de pontuação. Isto para nós foi muito ruim, porque se o atleta pode pontuar numa prova muito mais fácil e a essa vai só. Queremos que é uma prova mais curta, não só da desgaste que está dada. Por isso em termos de atletas do Concelho de Sintra, não sei se for por ai, mas este ano tivemos menos 30 atletas que no ano passado. Para além disso este ano perdemos mais com a história da Volta ao Minho e do Porto-Lisboa, provas que mobilizaram muitos atletas que eram habituais aqui. O pressão do Stress vinha aqui muito e da Volta ao Minho também, uns sete ou oito, O Luis Sousa vem aqui há vinte e tal anos e atrás de vinham uma série deles, a Célia Azenha também costuma vir aqui, foi lá para a montanha este ano.

O que podia melhorar as condições de que a organização dispõe? Que dificuldades há?

E.A. *If* A nossa principal dificuldade é em termos de trânsito, não conseguimos controlar essa parte. Todas as outras são... por exemplo as dificuldades financeiras também são em função do orçamento que fizemos, se só temos dinheiro para gastar 5 não vamos gastar 10, por isso a lista de prémios tem de ser em função daquilo que temos, e foi sempre assim, se há anos em que temos um orçamento mais desafogado não vamos desbanhar porque no ano seguinte quando a coisa não está tão favorável, vamos utilizar o saldo. Foi isto que nos garantiu. Houve anos lo anو passado foi um desafio em que tivemos alguma dificuldade em fazer a cobrança. As pessoas dizem que sim senhor, dão "X", mas depois não sai lá ninguém e eu também não gosto de andar atrás das pessoas. Aquilo que mais deserto é ir ter com as pessoas a pedir, e nestes casos acaba por não ir lá ninguém, e olha, como temos saldo, não nos preocupamos muito.

Sendo o regulamento deste ano e do ano passado igual no que respeita ao trânsito (trânsito condicionado), como é que no ano passado a colisão foi excelente e este ano uma auténtica desgraça? Tem a organização autoridade para exigir determinadas condições? Dizer que quer desta determinada maneira?

E.A. *If* Não, não temos. Isto era o que nós queríamos. Mas eles sentem isso como uma provocação. Sempre que nos dirigimos aos agentes e vamos dizer aquilo que está pensado é isto, o trânsito vai por aí, aqui só passam atletas...

"Nós sabemos bem o que estamos a fazer!" – há respostas deste género e depois sai esta caldeirada. Este ano houve também outra complicação que foi um acidente antes de chegar à nacional 247, o que provocou engarrafamento e situação nos automobilistas que estiveram muito tempo parados.

No outro dia quando ele apareceu aqui com a facturazinha, até lhe disse "Eh para o ano o vou prescindir dos vossos serviços" – só disse isto porque tinha uma certa confiança com ele. Olha, estão aqui duas facturas, uma de 215 EUR, e outra de 533 EUR, só para as brigadas. Puseram aqui 17 homens, alguns andaram a fazer não sei o quê,

Creio que este ponto é dos mais valiosos. A organização pode ser excelente mas se falha este, deixa tudo a perder, e é uma pena.

E.A. *If* Esteve aqui o homem da CNEC, o António Cabral. Ele já conhecia a prova como atleta. Disse-me que a prova estava bem montada, considerava todos os parâmetros com nota máxima excepto realmente a questão do trânsito.

Mas nós já estámos a pensar como fazer para o ano. Vamos desviar o trânsito na Terrugem e estabelecer horários para a passagem dos atletas, e já se sabe, quanto mais tarde for, maior é o risco de se encontrar atletas, mas se desviarmos o trânsito na Terrugem, deixa de haver trânsito em S. João.

E vale poder fazer isso? Terá outro custo?

E.A. *If* Muito tem que ser! Tem que ser assim! A própria GNR tem de colaborar! E os automobilistas têm 2 opções: ou dão uma volta maior ou aguentam a esperar! E isso que nós vamos fazer! Já temos a coisa mais ou menos definida e acho que eles vão fazer isso. Agora outras condições de que a gente precisa... Eh pô em quanto tivermos aqui a Junta, temos também aqui a Sociedade aqui ao lado, que muitos dos membros da organização da Meia Maratona S. João das Lamas também são diretores na Sociedade, portanto também podemos servir de apoio, como for os itinerários, para fazer os sacos, essas coisas, pode ser tudo feito ali. Temos uma sede própria?

Acho que não é preciso.

Um local de encontro... também era importante um local de encontro, mas isso também nós podemos encontrar em qualquer lado. Houve uma altura em que tínhamos um barraço onde guardávamos as nossas trapalhadas, o portátil, o pódio, mas aquilo estava a sair a mais de 100 contos por ano, uns 15 contos por mês só para guardar, não justifica. Entretanto já houve material estragado, nomeadamente o pódio que este ano tivemos de fazer um novo, e o resto das coisas guarda-as aqui na Junta, ali na garagem, mas vamos arranjar um contentor para guardar todo este equipamento, já pedimos ordem à Junta para colocarmos esse contentor num terreno da Junta e guardámos lá as coisas.

O papel da Meia aqui na Comunidade, para o desenvolvimento da corrida? Os 30 anos da Meia modificaram os hábitos da população local em relação à corrida?

F.A. *If* Com muita pena minha, não. Foram muito poucas as pessoas que começaram a correr, aqui neste território.

Mas mestras tenrinhas vê-se as pessoas a virem para a rua ver, aplaudir e apoiar a Meia Maratona...

F.A. *If* Esta é a parte boa! Neste aspecto não tenho nenhuma razão de queixa, estou satisfeito com o comportamento das pessoas, mas no que respeita a mudar os hábitos para passarem a ter uma actividade física regular, isso não se regista. Foram poucas as pessoas que nestes 30 anos aderiram à corrida. Eu continuo a treinar sempre sozinho. O que eu vejo agora nos últimos tempos é muita gente a fazer caminhadas, grupos de 6 ou 7 pessoas de várias idades, e isso é bom, mas para a corrida... nestes 30 anos talvez começassem a correr aqui, umas 20 pessoas apenas.

É interessante o apoio popular. O FA referiu há pouco que houve um ano em que o percurso

foi diferente, e depois quando voltou ao habitual,

as pessoas dessa aldeia já não queriam

que a Meia deixasse de lá passar. É interessante o carinho que a população demonstra

ao ver passar a Meia.

F.A. *If* Isso é bom! Eu ainda ontem num treino, na zona correspondente ao km 16, 17 da Meia, pensei se em vez de ir para o Alto dos Moineiros virasse ali para outra temelha tinha menos problemas de trânsito. Só que temos é de arranjar 1 km para compensar... tenho de pensar bem nisto. Só tenho ali um problema: quanto maior a distância que se percorre antes de se entrar na estrada nacional, mais expostos sómos correr os atletas e maior a interferência no trânsito. O ideal seria despachar logo aquilo com o pessoal ainda em bloco. Ainda vamos pensar nessas opções. Visitava-se novamente Ribeira de Rio, ninguém

fica prejudicado, passava-se na mesma nas outras localidades portanto não se a deixar de passar a umas para passar a outras, pois isso é tra um alguns desafios, mas assim visitava-se mais uma terra... vou pensar nisto. Até porque traz benefícios para o trânsito.

Chegar à 30ª edição, olhando para trás, o que sente Fernando?

F.A. *If* É claro que estava a tentar se dissesse que não estava orgulhoso. Mas é claro que isto é um trabalho de equipa que foi sendo substituído ao longo do tempo. Dos iniciais como disse há bocado já só só 2, eu e o Tomé, o homem dos equipamentos, pódios, pódies, expositores, publicidade, tudo.

Sem uma equipa solidária, eu já tinha acabado com isto há muito tempo, até porque sou só eu que corro. Não ha o Ricardo, que também corre, já faz parte da organização há uns anos, porque de resto... Eu tenho uma motivação para estar isto, mas tenho de compreender que os outros não têm a mesma motivação e eu não tenho grande á-vontade para lhes exigir muito, porque tudo o que já fazem, é muito bom. Não posso estar a dar ordens "Faz isto, faz aquilo, assim e assim só!" Tem de ser a vontade das ondas, mas é um trabalho de uma grande equipa.

Temos reuniões, mas por exemplo só aparecem 5 ou 6, 10 no máximo, mas depois no dia da prova já sei que aparecem mais pessoas que já sabem o que fazer.

30 anos de existência fez com que as pessoas se habituassem a participar na organização, é isso?

F.A. *If* Exacto. No dia estou lá! Há coisinhas que dantes existiam e que hoje já não são preciosas, que se tornaram obsoletas. Hoje toda a gente tem cronómetro, já não é necessário estar um indivíduo a anunciar os tempos de passagem a 5, 10, 15. Damtes havia uma grande preocupação com isso mas às vezes faltava. Ou porque me tinha esquecido de ligar os cronómetros ou os cronómetros avanavam, mas essa



(...) estou satisfeito com o comportamento das pessoas, mas no que respeita a mudar os hábitos para passarem a ter uma actividade física regular, isso não se regista. Foram poucas as pessoas que nestes 30 anos aderiram à corrida. Eu continuo a treinar sempre sozinho. O que eu vejo agora nos últimos tempos é muita gente a fazer caminhadas, grupos de 6 ou 7 pessoas de várias idades, e isso é bom, mas para a corrida...

questão hoje deixou de ser muito importante. Hoje as pessoas já sabem para onde têm de ir e o que fazer. Tem de haver um certo automatismo na prova. E é isso que nos permite estar tão desmazelados com os preparativos. Só se quisermos fazer alguma coisa nova é que fámos de começar mais cedo.

E a Meia a nível social e turístico que influência tem?

F.A. // A nível turístico tem? A Meia Maratona mesmo que os residentes não tenham consciência disso, é uma verdade que promove S. João das Lamas. Haverá gente que talvez nunca tivesse ouvido falar nisto se não fosse a Meia Maratona. Mas não nos podemos esquecer de uma coisa: S. João das Lamas é uma aldeia rural, embora apreciem já certos hábitos da cidade, ainda não se conseguem desinhar da ruralidade de há 50 anos, e com isto é muito – por exemplo falarmos de comércio, não existe, em termos de indústria temos a Galúcio, que há quem diga que já esteve melhor do que está, e havia os Lactodifícies Vigo, em Odemira, Km 8,5, que tem andado de mão em mão, não sei como esta. Dantes até não davam uns logumes, punham lá um cartão na mesa e o pessoal lá ia pôr mais 1 ou 2 logumes para o saco. De vez em quando se disse a eu dizer de pecado.

O que hei-de dizer mais? Sim, a Meia promove S. João das Lamas, pode ser que traga aqui alguém, mas em termos turísticos também não temos capacidade para atração de pessoas que vêm de fora. Tem de ir para a Serra, bico no giro, é o que se costuma dizer... um sítio de vida.

Mas é predominantemente o facto de ser praticamente uma aldeia rural que lhe dá uma particularidade da que eu gosto especialmente. A opinião das pessoas que correm aqui é muito positiva, com exceção para a questão do trânsito de que todos se queixam, porque de resto o carinho com que se é recebido, os prémios de presença, onde há uma atenção especial em se dar uns bolinhos, umas batatas fritas, etc., os atletas gostam disso, ficam agrados com esses pequenos momentos, quando em muitas provas se vê emagrecer o saco dos prémios de presença, aquí não, e isso agrada às pessoas. E o facto de se ser aplaudido e apoiado numa aldeola é de realçar. Resumindo, as pessoas saem aqui satisfeitas, dai dizerem que a organização é boa.

EA. // En. está bem. O público pode ficar indiferente, mas tal como o turístico, um pela positiva outro pela negativa, são coisas que nos ultrapassam, não temos controlo sobre isso.

A ideia que se espalhou de chamar S. João das Ramps a esta Meia, há mais de 20 anos, afanando-a como a mais difícil de Portugal, como organizador, o que o faz sentir?

FA. // Achô que isso só já é uma imagem de marca! É S. João das Ramps? Que seja! Mas é verdade, só que elas tanto são a suspir como a descer. A partida e a chegada só no mesmo ponto, portanto se subimos temos de descer e em grande quantidade.

A mim sempre me assustaram. Tão assustada vinha, que ao fazê-la pela 1ª vez o ano passado não achi nada de especial. Não é fácil mas não é nenhum papão! Claro que não será o percurso ideal para se fazer um óptimo tempo.

EA. // Pois, nem os atletas podem vir à espera de fazer um bom tempo. Nesta prova os tempos só são comparáveis aqui mesmo, de um ano para outro. Não dá para comparar com outras meias, de certeza absoluta. Vamos ver por exemplo a história do recorde. Eu já saía que

ao acenar com um prémio suplementar de 500 euros se o recorde da prova fosse batido, estava em 1h05m, havia uma série deles que ditavam "eh pa' eu conseguir, tempo 1h01m, 1h02m", e depois chegar aqui e não são capazes. Poxa cara que não. Hoje o Luís Jesus inscreve-se à última hora e lá consegue, muito bem, já a Helena Sampayo não consegue, mas de qualquer forma o recorde da prova é dele, que coloca a faixa já muito alta. Aliás só nos trouxe um problema ao ficar na 7ª ou 8ª posição da geral e deve de lhe arranjar 2 prémios, um para classificação geral e outro pela classificação geral feminina, situação esta que não estava prevista, mas tinhemos que sair deste impasse criado.

Comparando as primeiras edições com a edição de hoje, o que mudou de forma digna de relevo?

F.A. // A classificação era feita à mão, os dorsais eram de pano, até estivessem ali em exposição, e depois enviamos as classificações para a rata das praeções, das que limparam montada, claro. Mas há uma coisa inquietante, que é a aceitação do público. Agora já estão à espera da Meia Maratona. Naquela altura ainda se surpreendiam e questionavam ao abrigo a porta da rua: "mas o que é isto? O que se passa?"

Agora já não é assim, as pessoas já sabem, estão a pau com o acontecimento, já sabem que dia tantas horas passa ali a Meia, e vêm para a ru a aplaudir!

Nas primeiras edições tinha também uma grande preocupação com o encantamento da prova, com a divulgação, etc., agora é verdade que continua a não ser uma prova mediática, não tem as atenções de comunicação social tanto nessa época, mas tem o suficiente para as pessoas que nos conhecem e que gostam de cá vir e assim vão aparecendo. Um anúncio na revista Alentejo, outro no Anduin da comuna, logo no inicio do dia, e fazemos um cartaz e fomos querer que dão nas novas – normalmente é só no Avante, pois nunca conseguimos 16 los primeiros anos. E pronto, também se cresceram ruas, depois ficamos a merecendo por não ter capacidade de resposta para esta gente. Toda. Depois percebe-se alguma coisa de nemzeta... Assim olha.

Em termos de estatística não há dados que possam mostrar a fidelidade dos atletas à prova? Não quer dizer que não venham todos os anos atletas novos, mas parece-me que há muitos que são fiéis a esta prova, daí serem sempre garantidos os tais 200 e tal...

F.A. // Tenho elementos para fazer isto, a era grão saber-se isto, mas se na uma coisa bastante trabalhosa e depois tenta de se partilhar o princípio que os atletas vêm mesmo com o seu próprio domínio, o que se vê é que nem sempre é assim.

Para o futuro, o que se espera, o que se deseja, até onde se quer ir?

FA. // Para o futuro não só... Olhos eu estou, convencido que se no princípio tivemos aposta para 30 edições... era de certeza uma loucura, ninguém lhe acreditava. De amanhã que vamos fazendo um ano de cada vez é depreender vamos vencido. Iu desde há 2 anos fiquei com uma certa esperança na continuidade disto. Apaixonaram muitos jovens que se interessaram pela corrida. Isto é fundamental para que haja uma substituição e uma continuidade.

Em termos de atletas até onde pode ir, em número de participações?

FA. // Achô que aguentam bem com 500, até com 1000, não tem problema nenhum. Aliás na 10ª edição não tive mais mil e tal inscrições, acabaram a prova só 501, o recorde de participação, em 1986, na 10ª edição, ainda se fazia isto tudo à mão. A partir de 1-2-3m, os atletas deixaram de ter tempo, porque os cronômetros eram manuais, tinha um sujeito que tinha 4 ou 5 cronômetros e era experiente nisso, tinha uma relojaria, e lá fazendo uma fila de tempos. Depois ensaiou leitura e correspondência entre si e exerceu de chegada e a lá fila de tempos. Só que ele só tinha tempo para quem não passava à 40 cm deles. Daí para a frente as pessoas começaram a acumular-se, foi a parte negativa daquilo, pois não tinhamos um furo com capacidade de escampanamento para tanta gente. Mas pronto, as pessoas foram satisfeitas na mesma.

Muito bem.

Talvez-não ainda dizia uma colunista. Estavam a falar na festa, no facto de sermos um grupo autónomo, depois de sairmos da festa em termos organizativos, criamos uma associação com o nome de Meia Maratona S. João das Lamas – Grupo de dinamização desportiva, que vai fazer 20 anos no próximo ano, pois foi criado em 1987. Com esta associação podemos concorrer a subvenções da Câmara, da Junta, inclusive o Instituto Nacional do Desporto, houve uma altura em que tivemos algum apoio deles, mas sempre a funcionar como grupo autónomo. E desde a criação deste grupo, dos seus fundadores só restam 2, mas continua a funcionar, e o que é prelio.

E a funcionar, e a funcionar bem! Parabéns à Meia Maratona de S. João das Lamas e continuem pelo menos por mais 30 anos! ♦

Atletismo no seu melhor



Per a l'obra *Exodus* que va ser una de les obres més importants del segle XIX, van portar a un gran reconeixement per la seva feina artística.

Conciliação - pode ser feita entre pessoas que
querem a conciliação da forma de tratado
de conciliação - Marcação e outras formas de
concordar sobre os interesses.

Brasileiros preferem aces puros em ambiente urbano, mas 24% preferem participantes, mas em igual proporção temos homens que se consideram os "femininos", que são quase 20% dos participantes. As mulheres preferem homens de origem familiar (40%) e com estudos superiores (35%). Os homens, por sua vez, preferem mulheres com experiência, 21 participantes (53,33%).

estadística, tesis doctoral de 1972.
Desarrolló para la Universidad formación
alumnos. Algunos de ellos han llegado a directorios
en IBERCAZ, instituciones y empresas privadas
(por ejemplo la Fundación, correspondiente agencia
de la Fideicomisión) y en la Universidad de Valencia.
En su trayectoria profesional ha trabajado por
el desarrollo de las organizaciones, tanto en el sector público
como en el sector privado, siempre innovando.
Ha seguido formándose a lo largo de su vida,
asistiendo a numerosos seminarios, talleres, conferencias
y congresos.

mentos a 1000 kg com respeito àquele
no Leste europeu. Deve-se por exemplo,
a 1000 kg de gesso se adicionar 1000 kg
de argamassa, obtendo-se assim 2000 kg
de Portland ou 1000 kg de cimento de
Portland e 1000 kg de argamassa.

então se tornou evidente que era preciso reavaliar a abordagem da Corte Federal [3] de 1982 sobre os seguidos para os processos de desoneração das empresas.

4 por 1 punto. Nuestro Ministerio (100%) nos considera como una fuerza política importante. Ministro (100%). A su vez, como el Ministro de Defensa. H. Díaz ha respondido a nuestras demandas hasta hoy. Ministerio (100%).



www.nature.com/scientificreports/



Top 10 countries by average age		
Rank	Country	Avg. Age
1	Japan	41.6
2	Italy	40.9
3	Greece	40.8
4	Portugal	40.7
5	Malta	40.6
6	Spain	40.5
7	United Kingdom	40.4
8	Switzerland	40.3
9	Austria	40.2
10	Finland	40.1

Top 10 countries% of total world export	Value	Proportion
Australia	17.1 Billion	10.00%
Argentina	13.0 Billion	7.50%
China	12.0 Billion	6.80%

www.english-test.net

Category	Count	Value
Active Devices	1000	1000.00
Non-Configured	1000	1000.00
Active Applications	1000	1000.00

www.english-test.net

John Edwards
John Edwards II
John Edwards
John Edwards
John Edwards

更多資訊：[www.silene.com](#)

卷之三

[View All Products](#)

[View Details](#)



LÉNIA GAMITO

Quilómetros a sorrir

Ontem fui correr a Vila Real de Santo António. Estava um dia de vento onde vivo, por isso calculei que lá para os lados de Espanha o tempo estivesse semelhante. Mas não, encontrámos sol e calor, um dia de passeio perfeito.

Como estavam lá os meus pais, os meus sogros, o meu marido e filhos, e alguns amigos destes mesmos, este evento teve um cariz mais familiar da que o habitual. Chegámos muito em cima da hora a V. Real e assim que o meu marido estacionou, saltou do carro, despi-me, apertei no dorsal e fui já à linha de partida, apenas com tempo para lançar um beijo ao meu pequeno.

Entrei no estádio, pisei aquela bela pista de atletismo e desparei-me com uma grande multidão, em grande parte, constituída pelos participantes da marcha. No entanto, não foi difícil encontrar uma pessoa que conheci pela Internet, por meio do seu blog e do site "O Mundo da Corrida", e que queria conhecer pessoalmente, Ana Peneira. Por causa das fotos do seu blog, a Ana foi facilmente reconhecível. Cumprimentámos-nos e ela ainda me apresentou dois outros atletas que só conhecia por nome, o A.P. e o E.S.

Logo ali, senti que já tinha ganho o dia. Ainda a corrida não tinha começado, e eu já tinha feito novos amigos. Fantástico! Este é o meu mundo da corrida.

Bem, o tiro de partida foi dado e nós lá fomos. Taparela como sou, nos primeiros quilómetros ao lado da Ana e do António, falei mais do que corri. Mas com muito gosto! Perto do 3º quilómetro a Ana teve de avançar e encontrar o seu próprio ritmo. Eu fiquei cá para trás, a passar todo aquele ambiente magnífico. É verdade que durante a avenida que liga V. Real a Mte. Gordo, não havia praticamente público, mas durante o resto da prova, achei o público muito animado e animador. Especialmente em Mte. Gordo, onde perto do quilómetro 5, fiquei a conhecer outros colegas destas andanças, o Álvaro de Portimão. Lá fomos na conversa, a meter conversa com o público e com outros atletas. Sim, porque eu gosto de pixar por aquela gente! E elas respondem, o que me dá muito gozo!

Esta prova deu para mim divertir, conversar e fazer novos amigos, mas foi uma prova complicada, a nível pessoal.

Mistérios que só a Natureza consegue, poderiam explicar o porquê das minhas pernas terem feito pouco mais de que arrastar e carregar este corpo até à meta dos 10 km (Decidi fazer apenas a Mini porque não me sentia preparada para completar o dobro da distância).

Sinto que a minha mente desorientada teve também a sua

questa parte de responsabilidade, porque, excepto a minha

preparação física, estive tudo a monsso favor para se fazer

uma boa prova: o piso era excelente, não houve praticamente qualquer inclinação, o tempo esteve egradável (Um dia de Verão), o público e a organização estiveram

excepcionais. Que mais podíamos nós pedir?

Concluído foi uma bela manhã passada em Vila Real

de Santo António. Depois da prova, aquele convívio de



que nunca dispenso e que, para mim, constitui parte do prémio pelo esforço. Trocámos algumas palavras, tirámos fotos, reencontrámos caras que há muito tempo não via e combinámos encontro-nos na próxima semana em Ayamonte para corrida das "X milhas do Guadiana".

É isto o atletismo na sua forma pura e recreativa.

São homens e mulheres ali só por si próprios, pelo desporto, pela saúde e pela amizade. Cada um individualmente a lutar a sua batalha. E para mim, apesar do tempo miserável que fiz, esta foi mais uma batalha ganha.

Para o ano repete-se e recomenda-se. ♦



[www.atleta-digital.com](http://atleta-digital.com)

O SEU PORTAL DE ATLETISMO

VENHA DESCOBRIR O NOSSO PORTAL
E PARTICIPE NO FÓRUM

SITE <http://atleta-digital.com> FÓRUM <http://atleta-digital.com/forum> CONTACTO geral@atleta-digital.com

ARTIGOS TÉCNICOS - FOTOGRAFIA - ENTREVISTAS - RESULTADOS - CALENDÁRIOS - E MUITO MAIS

3.ª EDP MARATONA DO PORTO

Lawrence Saina (Quénia) bateu 'record' em Portugal e colocou a Maratona do Porto nas melhores do Mundo

Ao conseguir a melhor marca registada em Portugal (2:09:52) o queniano Lawrence Saina, coloca-se à 3.ª EDP Maratona do Porto, como a melhor de Portugal e uma das melhores do Mundo, numa prova que contou com o domínio dos atletas quenianos ocupando os seis primeiros lugares da classificação. Baltazar Sousa (Acoreana Seguros), foi o melhor português, classificando-se imediatamente a seguir aos atletas do Quénia (7.º na geral).

Muitos milhares alinharam à partida para a Maratona do Porto, Meia Maratona e Mini Caminhada, numa manhã que vai ficar para a história do Atletismo em Portugal, e muito especialmente para a Cidade do Porto, que certamente vai passar a andar nas "boeias do Mundo".

Com o tempo conseguido por Lawrence Saina, a Maratona e a Cidade do Porto passaram a constar na lista das dez Maratonas com melhor tempo em todo o mundo. De registar o muito publicoprecente ao longo de todo o percurso. No final, o atleta queniano Lawrence Saina visivelmente satisfeito por ter vencido e conseguido o melhor tempo alguma vez alcançado em Portugal, disse: "Estou muito contente. A prova é disputada num percurso lindíssimo. Tudo me correu bem. Não tive qualquer problema e acabei mesmo por terminar sem grandes dificuldades.

Aurora Cunha foi uma das primeiras pessoas a felicitar Jorge Teixeira pelo êxito da prova. Palavras para quê! É uma grande senhora e "embajadista do atletismo" portugues e nortenho em especial. E diria: "Tudo o que é bom para o Atletismo, é bom para mim. Foi simplesmente espectacular, e quando assim acontece é gratificante. Felicite o Jorge Teixeira, porque realmente ele é também um grande vencedor".

Por sua vez, Jorge Teixeira, o grande responsável pela Organização era um homem satisfeito e radiante pelo feito conseguido. No momento em que o Queniano cortava a linha de chegada, foi visível ver Jorge Teixeira a dar um grande pulo de alegria, para logo de seguida começar a receber felicitações dos muitos presentes. Para Jorge Teixeira: "Foi espectacular. A maratona do Porto acabou de entrar para o lota das 10 com mais tempos em todo o Mundo. Isto não se consegue sempre. Está provado que são atletas de qualidade e por isso mesmo estou muito contente pois era este o meu grande objectivo para esta edição" adiantando de seguida "à terceira... foi de vez. Obrigado a todos quantos colaboraram e aos nossos patrocinadores um agradecimento especial, por sem eles..."

QUEM É O VENCEDOR

Lawrence Saina nasceu em 4 de Agosto de 1981 em Nandi (Quénia). **Recordes pessoais:** 10 kms estrada: 27m57,33; Meia Maratona, 1h01m58s; Maratona, 2h13m25s; **Historial:** 7.ª Maratona de Madrid (2006), 2h13m55s; em 2005 foi 4.º Maratona, 7.º na Maratona de Milão, 1.º Meia Maratona de Azofta-Azpetza. No ano de 2004, 12.º lugar na Maratona de Roma, vencedor da Meia Maratona de Nápoles, conseguindo ainda o 5.º lugar na Maratona do Mónaco. Foram assim os últimos quinze anos do vencedor: Km 32 - 1.35,15; Km 35 - 1.47,21; Km 37 - 1.53,25; Km 38 - 1.56,27; Km 39 - 1.59,36; Km 40 - 2.02,35; Km 42,195 - 2.09,52.

Vencedores das edições anteriores:

2004 - Steven Kiprotich (Quénia) 2:13.57
2005 - Ruben Chepkwak (Quénia) 2:22.27.

MARATONA FEMININOS

AURELIANA EDMUNDO VENCEU NA... "ESTREIA"

Na estreia da nova equipa feminina da Acoreana Seguros, Aureliana Edmundo foi uma grande... madrinha! Aureliana Edmundo chamou a si a vitória na Maratona do Porto, com a sua companheira de equipa Natália Pinho, a conquistar a segunda posição, correndo com Brito a estrela da equipa feminina de atletismo da Acoreana Seguros. A terceira posição pertenceu a Ana Gomes (Pataleira).

Para Aureliana Edmundo esta "foi uma vitória difícil muito valorizada pela "luta" das restantes atletas. Uma boa Maratona, com um bom percurso e muito bem organizada".



TEXTO: RENFORÇO

Estou feliz pela vitória e também por esta magnífica jornada de atletismo".

Vencedoras das edições anteriores:

2004 - Natália Pinho (Pataleira) 2:58,09
2005 - Fátima Silva (GD Póvoa Varzim) 2:45,09

MEIA MARATONA / AÇOREANA SEGUROS

PAULO GOMES E HELENA SAMPAIO VENCERAM E... CONVENCERAM

Raul Gomes da Conforlimpa e Helena Sampaio (Maratona) foram os grandes vencedores da Meia Maratona do Porto. A "luta", sempre leal, travada com Delfim Conceição foi a nota dominante durante todo o percurso, com o atleta de Joane a não conseguir melhor que o segundo lugar. Em Femininos, Helena Sampaio, do Maratona, venceu folgadamente perante a "povaria" Fátima Silva, que quedando-se pelo segundo lugar, chegou com uma enorme vantagem em relação à terceira classificada.

Raul Gomes: "sabe sempre bem quando ganhamos, mas para além da vitória, foi um excelente teste para a minha participação na Taça dos Campeões Europeus que vai ter lugar no Algarve. Parabéns à organização. Tudo esteve bem".

Helena Sampaio, com sorriso rasgado de lágrimas, afirmou: "foi muito bom. sinceramente estava esperando em vencer e acabei por conseguir uma excelente organização".

Classificação Masculinos: 1º Paulo Gomes (Conforlimpa), 1.04,39; 2º Delfim Conceição (Joane), 1.07,20; 3º Joaquim Rocha (Casas Adriano), 1.13,37.

Em 2005 foi assim: 1º Rui Vieira (Joane) 1.05,29; 2º João Lopes (CM P. Varzim) 1.09,22; 3º António Salvador (Skoda) 1.14,01.

Classificação Femininos: 1º Helena Sampaio (Maratona), 1.16,51; 2º Fátima Silva (GD Póvoa de Varzim), 1.20,35; 3º Helena Ferreira (CDCR, Pessoal), 1.38,24.

TVTEL MINI / CAMINHADA

MUITAS CENTENAS ACOMPANHARAM A 'NOSSA' VANESSA FERNANDES

Vanessa Fernandes que esteve para alinhar na Meia Maratona, preferiu participar na corrida / Caminhada, dando assim um grande incentivo a toda esta gente anónima.

Pequenos, muitos pequenos, bebés, homens ou mulheres, foram imensos os que participaram nesta corrida da arremada de alegria, e que proporcionaram ao longo dos seis quilómetros do percurso, alguns dos momentos altos desta jornada de atletismo. Todos terminaram a sua prestação com o sentido de devo cumprido. Foi bom, distaram uns, foi espectacular distaram outros. Na próxima edição já estamos de novo, distaram muitos, mas Vanessa Fernandes deixou um recado, "praticarem desporto". O Atletismo é uma das modalidades mais espectaculares que existem e todos podem praticar.

Espero estar cá para o próximo ano e desejo as maiores felicidades aos organizadores".

Baltazar Sousa, o melhor português, afirmava: "É ponto de honra correr as provas da Cidade do Porto. Corro com o coração mais também com grande vontade. O objectivo foi conseguido, mas podera ter feito um melhor tempo. O público foi espectacular durante todo o percurso no apoio que me dedicaram, e certamente a outros concorrentes, o que efectivamente torna o percurso menos difícil".

O dr. Rui Rio, Presidente da Câmara Municipal do Porto disse: "Apóiamos muitas corridas de atletismo - entre outras iniciativas - e quando se consegue uma marca destre nível é sempre motivo de orgulho. Foram milhares as pessoas que assistiram ao longo de todo o percurso, fizeram milhares os que participaram e por isso mesmo estamos todos de parabéns".

A Maratona do Porto é uma prova para continuar. Parabéns aos vencedores".

Efectivamente e felizmente tenho em contrato cada vez mais gente a praticar esta modalidade. Foi gratificante a forma como fui tratada ao longo destas meia diaz de quilómetros. Obrigado a todos e... continuem porque o desporto... é saúde!.."

UM MILHAR DA...ORGANIZAÇÃO

Os números falaram por si. A Organização desta Maratona do Porto, envolveu quase um milhar de pessoas, assim distribuídas: Secretariado (21), Médicos, Massagistas, Enfermeiros (68 elementos), Cruz Vermelha (9), Escuteiros (175), Apoio Psicologico (10), Policiamento (195), Exército (20), MotoMotards do Moto Clube do Porto (12), GD 4 Caminhos-Orientação (20), Som e Locação (8), Katering (20), Catering (50), Pessoal de Montagem (130), Serafheiros, Eléctricistas e Carpinteiros (40), Voluntários diversos (25).

PAULO GOMES E FÁTIMA SILVA

OS GRANDES VENCEDORES

DO TROFÉU CIDADE DO PORTO

Ao vencer a Meia Maratona do Porto, Paulo Gomes (Confiança), sagrou-se vencedor do Troféu Cidade do Porto.

Por sua vez a "poderosa" Fátima Silva conseguiu fazer a dobradinha. Devido a vencer a edição de 2005, repetiu triunfo este ano, mercê do excelente segundo lugar na "meia".
Paulo Gomes atingiu os 200 pontos. Em segundo lugar ficou Delfim Conceição (Joane), com 160 pontos e na 3ª posição, Baltazar Sousa (Avepanha Seguros), com 100.
Nos Femininos, Fátima Silva (Póvoa Vazim) obteve 220 pontos. Seguiram-se-lhe, respetivamente Aveliana Edmundo (Festaleira) e Leonor Carneiro (Beira Vista), ambas com 200 pontos.

MARAATONA JUVENIL E PASSEIO AVÓS AVÓS E... 'NETOS' DERAM LIÇÃO DE AMOR

VENCEDORES FORAM PARA CASA

DE... TROTINETE

Conforme tínhamos previsto, foi um leito tremendo a realização da Maratona Juvenil e Passeio dos Avós, que teve como palco os espaços do Palácio de Cristal, a festugar os seus 50 anos de vida.

Marília cedo e era bem visível o entusiasmo da pequenada em participar nas provas reservadas a diversas categorias. Ao tirar de sela para a primeira prova, a animação que já era grande atingiu um patamar superior.

Marília linda de sol radiante (lo S. Pedro é fantástico!), juntou muitas centenas de pessoas (familiares e participantes) fazendo de cada corrida uma festa, onde não faltou o incentivo para os menos rápidos.

ALBERTINA DIAS, MANUELA

MACHADO E AURORA CUNHA

UM TRÍO DE MADRINHAS

COM SERVIÇO DE QUALIDADE

Pura e simplesmente espetacular foi a prestação das notáveis bem conhecidas atletas Aurora Cunha, Manuela Machado e Albertina Dias, nessa manhã desportiva. Foi bonito o apoio que estas desportistas de élite deram a todos os que foram correr ou participar no passeio.

Quijunto aos mais novos, com o forte prapropósito de "obrigar" a chegar ao fim, era no apoio aos mais idosos, que, temos a certeza, se sentiram na "flor da idade". Pois "vivem alegria".

JORGE TEIXEIRA.. RADIANTE

Vitória sempre satisfeita pela forma como tudo se desenrolou nesta manhã magnífica, Jorge Teixeira estava imparável.

Ora de megafone, ora a comandar as "tropas" ele nunca parou. No final, apenas duas palavras: "não estes momentos que me transmitem a força e alegria necessária para cada vez fazer melhor pelo Atletismo e pela nossa cidade. E amanhã, cá estamos de novo. Obrigado a todos pelas colaborações".

MAS NOVOS SAUDARAM... OS AVÓS

Momento alto desta manhã, foi na altura em que os participantes no Passeio dos Avós, receberam os participantes na Maratona Juvenil, uma saudação de amor na cutra fala da comida. Enquanto os mais velhos faziam o sentido descendente, os mais novos faziam o inverso e quando se cruzaram... foi lindo!

Não acreditam. Até houve público que chorou!

Aqui fica o registo dos vencedores:

MASCULINOS

Benjamins A: Luís Gama Matos
(A.R. Luz e Vida Gondomarense)

Benjamins B: Pedro Vigário (A.A. Gonçalense)
Infantis: Bruno Dias (Individual)

Iniciados: Cláudio Silva (FC Parada)

Juvenis: David Fernandes
(A.R. Luz e Vida Gondomarense)

Benjamins A: Soraya Vigário (J.J. Pinheirense);

Benjamins B: Joana Lemos (FC Parada)

Iniciados: Diana Freitas

(A.R. Luz e Vida Gondomarense)

Juvenis: Cíntia Barbosa

(A.R. Luz e Vida Gondomarense). *



EDUARDO SANTOS
eduardo.santos@vodafone.pt

E aconteceu, carago!!!

Foi no Porto a 13 de Outubro de 2006. Caía a melhor marca da nação em território português e uma das melhores a nível mundial. A esta hora nos corredores das "poligónicas" entre Lisboa e Porto ou Porto e Lisboa, há muitas dores de cabeça e aqueles mais regionalistas interrogam-se: Como é possível acontecer uma coisa destas na 2º edição do PMS?

A cidade inscreveu 100 palco de mais uma grande jornada de Atletismo, Jorge Teixeira e a sua (boa) equipa proporcionaram-nos uma excedente organização a todos os níveis. Todos naquele marabá abandonaram a ciúde nortenha com vontade de voltar em 2007 para a 4º edição Maratona do Porto.

O fim de semana prometia, as previsões meteorológicas eram positivas, para tornar aquela dia 13 de Outubro, um dia bom para a prática da corrida e fazer com que todos aqueles atletas de pódio, sentissem o prazer da sua dedicação à cidade do Porto. O novo percurso com a passagem por zonas rurais de Gaia era convidativo, o que veio a confirmar-se, foi a zona da maratona mais animada e com maior público. A prova dispensou pelas atletas queixas do princípio as fin., foi um sucesso em todos os aspectos, uma das melhores marcas do mundo podem lançar esta maratona a nível internacional, a melhor marca efectuada em território nacional, um aumento de cerca de 20% no total de atletas chegados à meta, um aumento significativo em termos de qualidade total de tempos (227h40,58 em 2005, para 215h54,45 em 2006, menos 1h14,13 que 2005), para o qual veio a contribuir o excelente percurso, apesar do excesso de empoeirado... abastecimentos (pesados e material sólidos e líquidos), durante a prova e meta), práticas de presença, animação (porm de Gaia), público (porm de Gaia), massagens, processo de guarda da roupa dos atletas, a todos estes itens só posso dizer que melhor era difícil. Excelência. Os parabéns ao Jorge Teixeira e a toda a sua equipa.

E agora os números da 3º Maratona do Porto 2006:

Foram 373 os atletas chegados; mais 43 (29,32%) que em 2005. Na classificação dos Seniores Masculinos, o primeiro foi Lawrence Sainha (Qualimai), com 02:09:52. Nas segundas e terceiras posições, respectivamente, Nicanor José Ngurau (Gastrim) com 02:11,58 e Kiplimo Changwony (Qualimai) com 02:15:05. Baltazar Sousa, atleta português da Açores, ficou em 7º lugar, com 02:28:55. Nos Seniores Femininos, Ana Gomes (Paredes) atingiu o lugar cimeiro, com 03:02:17, seguida de Susana Santos (Porto Runners) com 03:13:48, e o terceiro posto ficou nas mãos de Maria Barbosa (Porto Runners), com 04:00:39.

Mais classificações: Veteranos 1 - 1º Carlos Brito (Valongo Vouga)

02:37:60; 2º Sérgio Pessôa (CM Gondomar) 02:38:56; 3º Adão Sába (C.D. Perséus) 02:39:26. Veteranos 2 - 1º José Santos (Ansempark) 02:37:53; 2º Aquilino Ferreira (Vernon) 02:49:01; 3º António Rocha (Caisseins) 02:49:54. Veteranos 3 - 1º Eduardo Santos (Espaço Run) 02:49:54; 2º Maelzel Silva (Individual) 02:53:29; 3º Joaquim Ribeiro (Individual) 02:58:22. Veteranos 4 - 1º João Alves (C.M. Almada) 03:01:16; 2º Pedro Franco (Millennium BCP) 03:14:06; 3º António Miranda (C.A. Olaria) 03:14:14. Veteranos 5 - 1º Arnelino Pereira (C.M. Gondomar) 03:07:57; 2º Alberto Castro (C.D.C.B. CTT) 03:24:44; 3º Fernando Santos (AFDS-Ovar) 03:28:42. Veteranos - 1º Andreia Esteves (Aveonoma) 02:39:36; 2º Natália Pinto (Aveonoma) 03:00:54; 3º Conceição Coelho (Porto Runners) 03:24:55. *



ANA PEREIRA

pereirana@gmail.com

Degustar a corrida

Elémento é a vida. Valorizar o que de bom há e que temos a sorte de viver, fazer perdurar emoções, vivências e experiências, está apenas nas nossas mãos, não com um sentido de nos aparmar ao passado com triste e nostálgico saudosoismo, mas sim como festejarmos que restam a vida e levemos para o futuro, e fazeermos deles a nossas mais valiosas bagagens e a sua projeção nas nossas vidas e de tanta e tanta gente para o futuro.

Já com os sentidos quase todos da Meia Maratona do Porto, não posso deixar de falar da Meia Maratona de Ovar, nem dizer apenas que gostei muito. Seria injusto.

Conheço a Meia Maratona Cidade de Ovar há mais de dez anos, mas só consegui a participar no final dos anos noventa.

Desde essa primeira participação e sempre confirmada nas seguintes, fico-me a confeitar de uma prova leita com misto azor, daquelas que ainda existem e que são verdadeiros, pacientemente demonstrados na entrega, cuidado, carinho e muita dedicação.

Uma prova de qualidade que se tem vindo a apurar é o que se consegue.

Qualidade de atletas a nível nacional, mas não descurando nunca o gosto do pelotão. Bem pelo contrário, como se pode verificar pela criação da Caminhada que tem vindo a crescer no número de participantes.

Certamente não de uma forma nem sempre fácil, chegou-se à 18ª edição este ano. Não me devem esquecer muito se disser que ela se deve ao Manuel Ramos e a quem o tem acompanhado ao longo destes anos. Roaldo também o Joaquim Margarido que, pela capacidade de entrega e de trabalho, merece que o destaque. E obviamente nela só faz sem uma boa equipa com que o AFIS tem de contar para atingir este patamar de excelência nas meias maratonas em Portugal. Enchecem-se as ruas de Ovar de um colorido mágico, o dos atletas, quais formigas envergando a melhor vestimenta para colher as bonitas ruas de Ovar, espalhando-se aquela carreiro, aprofessados ou da frente, seguidos ou depois os costeiros. Outras seguem os caminhinhos, comandando. Bonita imagem aérea daria esta Meia Maratona. O povo de Ovar acarinha-nos. Apadrinham-nos. Ameiam-nos. Adoram as voltinhas pela cidade antes de encoradarmos para o Paredouro.

Percurso lindo, com o pinhal ao lado.

O Paredouro, junto ao mar. Mais gente a apoiar-nos!

O público! Adorei esta 18ª edição.

Os abastecimentos estavam bem, os kms bem marcados,

percurso muito agradável e bem sinalizado.

Corremos em plena segurança (trânsito cortado), bons prémios de presença, e quase não tenho nada negativo a assinalar.

Mas como não sou de beijar rinquim, e prezava muito o que sou, sou só ensuciar dás pontas menos bona (os únicos que detectei), para que eles possam ser evitados no futuro:

- 1) A hora da chegada de alguns atletas coincide com a de muitos caminhinhos, prejudicando estes segundos a forma mercedo que o primeiro têm de chegar à meta.

Sugestão: recta da meta e própria meta em espaços diferentes, ou apenas faixas diferentes.

- 2) A estrada do Paredouro, sendo a estrada totalmente ocupada (na faixa da esquerda pelos caminhinhos e a da direita pelos atletas), faz desagradavelmente surpreendida por vários grupos de ciclistas que circulavam pela mesma estrada em sentido contrário aos nossos. Foi desagradável e até perigoso. Supõe-se um ainda melhor controlo do trânsito embora tenha consciência que os ciclistas sejam bem mais difíceis de controlar do que os veículos motorizados. Da qualquer forma foi uma situação bastante desagradável. Mas resumindo: OVAR e os AFIS estão de parabéns!

Atingiram a maturidade! E de que maneira! Uma festa bonita, a fazer-nos felizes durante uma manhã das nossas vidas! ♦





Com estes, que a terra há-de conser!

ESTE é o

Maratona de Lisboa, que é a corrida mais importante da capital portuguesa. A corrida é realizada anualmente em outubro e atrai milhares de corredores de todo o mundo. A corrida é dividida em três distâncias: meia maratona (21 km), maratona (42 km) e corrida de 10 km. A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e é patrocinada por várias empresas.

A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

Meia Maratona
A meia maratona é a distância mais curta da corrida. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

Corrida de 10 km

A corrida de 10 km é a distância mais curta da corrida. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso. A corrida é realizada no centro de Lisboa, com muitos monumentos e pontos turísticos ao longo do percurso.

Prémios
Os vencedores da corrida recebem prémios monetários e troféus.





JOSÉ PINTO

9.ª Meia-Maratona Ribeirinha Moita-2006

Estou a escrever este artigo, sentado no meu sólido, ouço missão dos anos 60, olho para a janela, e o que vejo?... Chuva, chuva, chuva, muito vento, trovoadas que até meco medo, e, penso... e se estivesse numa reportagem de rua hoje e a esta hora... bonito não era!

Felizmente que a Corrida da Moita (do Atletismo, entenda-se) foi de manhã, com tempo óptimo para fazer uns "bondecos" o com céu com nuvens brancas, excedente para fotografar.

Muitos, mas mesmo muitas centenas de pessoas, assistiram à partida desta prova, que teve uma chegada singular, ou seja 2 metas!!!... 1 para a Mini Prova, outra para a Meia. Cerca de 2.000 atletas com dorsais pregados no peito, puderam dar asas aos seus "tempos", correndo com a força possível, para no lugar círculo, ou arriscar na prisão das hipóteses um passeio no carvo-vassoura. Este ano a prova foi melhor dirigida, pois o trajecto estava malhado.



Quanto a classificações ficou assim ordenada:

SENIORES masculinos

NOME	ESQUADRA	TEMPO
Peter Kokasi Konin	Quémia	01:02:28
Edwin Kibet	Quémia	01:05:25
Alberto Chalga	GDRC	01:05:40

SENIORES femininos

NOME	ESQUADRA	TEMPO
Gorgina Rono	Quémia	01:14:25
Magdalene Chemjor	Quémia	01:19:28
Beatriz Cunha	JDMA	01:23:33

Os Veteranos Vitor Coelho (ACP), Júlio Henriques (GAFV), Silvestre Gomes (URD), Manoel Belo (URD) e João Portela (URD) foram os primeiros nos respetivos escalões.

O pódio estava instalado junto ao edifício da estação ferroviária moitense, espaço bastante amplo, óptimo para que toda a gente pudesse seguir de perto a entrega dos troféus aos vencedores de mais esta prova do atletismo numa vila à beira-mar plantada. Foi vocês que disseram que a MOITA era só toros e toureiros! *

VISITE O NOSSO SITE

www.ammamagazine.com



Corrida do Tejo

Foto: André

Entusiasmo por desafios e desporto é o mote da corrida "Corrida do Tejo", que se realiza no dia 1 de Julho, em Lisboa. A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e tem como objectivo promover a prática desportiva entre os mais jovens. O percurso é de 5 km e é dividido em quatro etapas: 1000m, 1000m, 1000m e 1000m. Os participantes devem cumprir cada etapa em tempo determinado. A corrida é realizada em estradas e ruas da cidade de Lisboa, com uma variedade de paisagens urbanas e naturais.

A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e tem como objectivo promover a prática desportiva entre os mais jovens. O percurso é de 5 km e é dividido em quatro etapas: 1000m, 1000m, 1000m e 1000m. Os participantes devem cumprir cada etapa em tempo determinado. A corrida é realizada em estradas e ruas da cidade de Lisboa, com uma variedade de paisagens urbanas e naturais.

A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e tem como objectivo promover a prática desportiva entre os mais jovens. O percurso é de 5 km e é dividido em quatro etapas: 1000m, 1000m, 1000m e 1000m. Os participantes devem cumprir cada etapa em tempo determinado. A corrida é realizada em estradas e ruas da cidade de Lisboa, com uma variedade de paisagens urbanas e naturais.

A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e tem como objectivo promover a prática desportiva entre os mais jovens. O percurso é de 5 km e é dividido em quatro etapas: 1000m, 1000m, 1000m e 1000m. Os participantes devem cumprir cada etapa em tempo determinado. A corrida é realizada em estradas e ruas da cidade de Lisboa, com uma variedade de paisagens urbanas e naturais.

A corrida é organizada pela Federação Portuguesa de Atletismo e tem como objectivo promover a prática desportiva entre os mais jovens.



9.º CORRIDA DO CASTELO

Triunfos de Dulce Félix e José Rocha

la maria da fe



Emoção a rodos e uma assistência numerosa e entusiástica deram vida e colorido à 9.ª edição da Corrida do Castelo, uma organização da Câmara Municipal e Junta de Freguesia de Santa Maria da Feira, CCR Orfeão da Feira e Atletico. Com o Verão a prolongar-se por Outubro fora e um tempo excecional para a prática da modalidade, os 376 participantes na prova principal desfilariam dum belo "passeio turístico", num traçado urbano muito bem desenhado, com passagem no centro histórico e sob a presenças da imponente fortaleza medieval que dá o nome à corrida. A prova, em sistema de circuito de 2 voltas num total aproximado de 11.300 mts, teve em José Rocha (Maratona CP) o vencedor masculino com o tempo de 32m37s. Um grupo de quatro elementos, onde se incluiam, para além do vencedor, Ricardo Ribeiro (Skoda), Jorge Pinto (JU Formos) e António Salvador (NA Joane), dominou os primeiros quilómetros.



CARLA MARTINHO

À entrada para a segunda volta, o grupo ficou reduzido a dois, com José Rocha e Ricardo Ribeiro a afastarem-se, assim se mantendo até aos 8 kms, altura em que Ribeiro deu mostras de não conseguir acompanhar o seu adversário. José Rocha foi aumentando paulatinamente o avanço e Ricardo Ribeiro pagaria caro o esforço, acabando no final por cair para a 5.ª posição. Jorge Pinto e António Salvador fizeram honras de subida ao pódio e Paulo Guerra (individual) foi o 4.º classificado.

A corrida feminina teve a participação de 38 atletas e foi igualmente uma prova bem disputada. Carla Martinho (ADERCUS) assumiu de inicio as despachos da corrida, vigiada muito de perto pela atleta do FC Vizela, Dulce Félix e por Sara Pinho (CA Madeira). A jovem vizelense acabaria por se mostrar mais forte na segunda metade da prova, beneficiando de algum cansaço de Carla Martinho - vencedora doze horas antes em São João da Madeira, no 11.º Grande Prémio Internacional "11 de Outubro". A trunfar em 39 minutos exactos e inscrevendo o seu nome na primeira vez no historial da prova depois do excelente 3.º lugar no ano transacto. Carla Martinho a 13 segundos e Sara Pinho a 26 segundos fecharam o pódio.

Do programa constou ainda uma bem alegre e participada prova de Caminhada e os presentes tiveram ainda o grato prazer de ver e cumprimentar a "noiva" Vanesa Fernandes que, com a sua presença, quis dar um forte alerta a uma Organização que, empenhada e atentamente, vai firmando créditos no panorama das provas de estrada e contribuindo para o engrandecimento da modalidade no nosso País. *

JOAQUIM MARGARIDO

11.º GRANDE PRÉMIO INTERNACIONAL '11 DE OUTUBRO'

A noite de Bruno Saramago

São muito poucas as provas nocturnas que se disputam no nosso País e, se exceptuarmos as tradicionais S. Silvestre, concorrentam-se nos meses de Verão. Peniche será a mais participada, a Malicata é seguramente a mais procurada, aventureiros e outras há que aproveitam espaços à beira mar ou junto ao mar para, nas convivenciais noites estivais, fazem a simbiose entre animação e desporto. Poném, assim uma prova desta natureza para Outubro, para mais no Norte do País é, no mínimo, muito amarrado.

Pois bem, a organização deste Grande Prémio Internacional "11 de Outubro", a cargo dos Séniores Sociais do Pessoal do Município de São João da Madeira, aceitou o desafio dumha prova nocturna já no ano transacto e, contando novamente com as "bêncas" de S. Pedro, voltou a trazer a São João da Madeira muitas centenas de forasteiros, criando uma dinâmica atractiva para a cidade.

Este ano e a participação cítrou-se em cinco centenas e meia de atletas aos quais se juntaram cerca de trezentos caminhoneiros. Mas a população local permanece indiferente ao evento e Alberto Barista e seus pares já perceberam que têm de fazer algo para invertir este estado de coisas. O salto qualitativo passará, sobretudo, por uma organização mais atenta a todos os pormenores e por uma divulgação atempada da prova.

Sob pena de se estar a comprometer tanto - e tão bom - trabalho.

O traçado este ano foi encurtado, tornando-se mais rápido. As duas voltas de 4.000 metros cada passaram a valer para ambos os sectores e pôde assistir-se, na prova principal, a desníquios emotivos que culminaram nas vitórias de Bruno Saramago (VSC Guimarães) e de Carla Martinho (ADERCUS).

No que respeita à prova masculina, um inicio muito rápido teve o condão de fragmentar o pelotão, colocando à cabeça um grupo de quatro elementos: Jorge Pinto (JU Formos), Bruno Silva (Mata AC), Alberto Maravilha (GDR Conforlimp) e o já referido Bruno Saramago.

As posições só começaram a definir já na parte final, com o atleta vizantino a impor-se à concorrência e, com um final demolidor, a arrebatar o primeiro lugar. Jorge Pinto e Bruno Silva alcançaram os lugares imediatos, deixando o homem das "impezés" de foto do pódio.

A prova feminina teve menos história, já que Carla Martinho cedo assumiu as despachos da corrida e Elisabete Lopes (Maratona CP) foi impotente para seguir a sua adversária. O terceiro lugar coube à penafidense Ana Quintas. *



MASCULINOS

NOME	equipa
Bruno Saramago	VSC Guimarães
Jorge Pinto	JU Formos
Bruno Silva	Mata AC

FEMININOS

NOME	equipa
Carla Martinho	ADERCUS
Elisabete Lopes	Maratona CP
Ana Quintas	FC Penafiel

JOAQUIM MARGARIDO

V MEIA-MARATONA 'ROTA DO AZEITE DE TRÁS-OS-MONTES'

Kitur vence na terra quente

Plantada no belo e verdejante vale do Tua, a cidade de Mirandela oferece ao visitante um conjunto impar de belezas naturais, um património construído de inegável interesse, uma gastronomia riquíssima que não vive exclusivamente das alheiras e do fumeiro e um vasto artesanato, com destaque para a latararia. E para os amantes do atletismo, oferece ainda uma das mais espectaculares provas de estrada do calendário nacional, a Meia-Maratona "Rota do Azeite de Trás-Os-Montes". Por este motivo, são muitos os atletas que, oriundos de todo o País, reservam atempadamente a data nas suas agendas pessoais e neste dia atravessam o Mário rumo à Terra Quente.

Numa organização do Clube Amador de Mirandela e da Câmara Municipal de Mirandela, e contando com o apoio da Associação de Atletismo de Bragança, disputou-se no último domingo de Outubro a 5.ª edição da prova, pontuável para o Troféu Sprinton e que incluiu, também, a III Mini-Maratona e a II Caminhada. Foram 364 os atletas que lograram cumprir os 21.097 metros do percurso (menos 11 que no ano transacto) com a vitória no sector masculino a sorrir ao queridino Elijah Kitur, enquanto Helena Sampaio triunfou em senhoras. Face às elevadas temperaturas que se fizeram sentir, Kitur deve ter-se sentido "em casa", embalando logo à partida para uma vitória tranquila em 1h04m54s, Jorge Pinto (JU Hornos) foi o melhor português, terminando na 2.ª posição a 35 segundos do vencedor. Para o 3.º lugar assistiu-se a uma luta emocionante entre Pedro Ribeiro

(FC Portel) e Carlos Valente (NA Vila Real), após ultrapassarem já nos dezenas quilómetros um Paulo Carmo (Individual) a acusar em demasia o esforço. Pedro Ribeiro acabaria por se impor em 1h15m43s, com Carlos Valente a cortar a meta 8 segundos mais tarde. No sector feminino também não se registaram surpresas de vulto, com Helena Sampaio (Maratona CP) a fazer vencer o seu favoritismo - sobretudo apoiado a desistência de Marina Bastos (SC Braga) nos quinquagénios iniciais - e a triunfar em 1h15m07s. Marisa Barros (SC Braga) foi a 2.ª classificada em 1h15m31s, enquanto Fátima Silva (CD Povoal) terminou na 3.ª posição com um registo 1h16m40s. Enquanto se aguardava pela saída dos resultados oficiais e se provava o bom azeite com torradas e alheiras, Carlos Jacinto, o Director da Prova, trouxe um balanço globalmente positivo desta edição 2006, mas já referindo com alguma ironia: "A 'Rota do Azeite' tem a concordância do 'Douro Vinhateiro'. A primeira edição da Meia-Maratona do Douro Vinhateiro, disputada entre a foz do Rio Tâmega e a freguesia de Marialva, para o mesmo dia, o que não se compreende. Também os atletas em cadeira de rodas não apareceram. Era habitual na Meia de Mirandela, participarem atletas em cadeira de rodas, que davam um colorido bem diferente. Este ano, foram atraídos para o Algarve, onde no mesmo dia se disputava outra Meia-Maratona, com prémios monetários muito mais aliciantes. Seria importante que as Organizações das provas, pelo menos ao nível da Zona Norte, se sentassem de vez à mesa, conversassem e evitassem este tipo de coincidências no calendário."



"Salvamos todos a ganhar." Para aquele responsável, "também não se comprehende que a Meia-Maratona de Mirandela seja denominada Rota do Azeite e a Associação Comercial e Industrial de Mirandela, entidade promotora da Rota, esteja alheada desta competição." Críticas também para a Associação de Atletismo de Bragança, já que "a alteração dos escalões masculinos de veteranos anunciada pela Associação apenas no dia anterior à prova, provocou enorme confusão entre os atletas veteranos. Eram considerados veteranos a partir dos 40 anos e passaram a ser a partir dos 35 anos." E a terminar, deixou uma sugestão: "Para que as falhas que ocorreram nesta edição sejam colmadas e porque esta Meia-Maratona já atingiu um lugar de destaque na cidade, é necessário que se crie uma Comissão Organizadora, como acontece, por exemplo, nas Festas da Cidade." *

JOAQUIM MARGARIDO

FOTO: GONÇALO SOARES
RIOPOUBLO E CLUBE AMADOR DE MIRANDELA

FESTA DAS VINDIMIAS EM PALMELA

A tradição mantém-se

Cumpriu-se a tradição e mais uma vez se celebrou uma das provas que, anualmente, leva a Palmela um lote pequeno, mas saliente, de atletas que gosta de subidas complicadas e longas descidas em traçado urbano.

Esta prova, cumprida ao fim da tarde de um dia útil, com os atletas a serem recompensados do seu esforço com uma pequena garrafa de vinho (com rótulo alusivo), é sempre uma festa. *



14.º GRANDE PRÉMIO TERRA NOVA (GAFANHÃ DA NAZARÉ) 5.º CAMPEONATO DE PORTUGAL DE ESTRADA ANDDEM

Títulos Nacionais para Maria de Lurdes Amador e Paulo Pinheiro

Ao longo das catorze edições que leva de vida, o Grande Prémio Terra Nova tem-se afirmado pela singularidade das suas propostas. Valorizando, naturalmente, a vertente competitiva, a Organização faz uma aposta forte nos mais novos, conseguindo uma mobilização geral dos alunos das escolas locais. Mais vai mais longe, abrindo a prova aos cidadãos com deficiência mental e colocando todos os participantes em pé de igualdade, comungando dum mesmo ideal: A prática do atletismo como forma de quebrar barreiras, estabelecer diferenças e unir as pessoas. Com organização da Rádio Terra Nova, o Grande Prémio viu disputado, em paralelo com as corridas de Iniciados Femininos e Juvenis Masculinos, o 5.º Campeonato de Portugal de Estrada, numa organização da ANDDEM - Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Mental, e teve igualmente lugar uma prova de 800 metros destinada ao Desporto Adaptado. À semelhança do que vem acontecendo todos os anos, a Organização da prova Gafanhão prestou homenagem a um grande nome do atletismo nacional, cabendo desta feita a honra a Rui Silva.

Lurdes Amador, em representação da CERCINAR, é a nova Campeã Nacional de Estrada, destronando a anterior titulária, Margarida Sousa (Colégio Galo), que não foi além da 2.ª posição. Maria de Lurdes Amador triunfou de forma convincente, com o tempo de 5m39s.

A sua mais directa adversária ficou a 4 segundos de diferença com Mónica Branco, também do Colégio Galo, a fechar o pódio com o tempo de 5m57s. No sector masculino, o novo Campeão Nacional é Paulo Pinheiro (Clube Galo) que concluiu a prova em 10m37s. A distâncias 31 segundos, quedou-se-lhe António Soares (CERCIFAF), enquanto José Silva (Clube Galo) repetiu o 3.º lugar do ano transacto ao terminar com um registo de 11m14s. *

JOAQUIM MARGARIDO

RIOPOUBLO, MIRAL, MIRERA





EL GRAN PREMIO DE CARRERAS DE CARRERA DE ALGARDO

La Carrera de Carreras de Algarde ha sido una de las más convocadas de la temporada. La prueba, que se celebra en la localidad zaragozana de Algarde, ha reunido a más de 1.000 corredores. Los participantes han podido disfrutar de una ruta que pasa por diferentes puntos de la localidad, con un desnivel de unos 150 metros. La carrera ha sido organizada por el Club Deportivo Algarde y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Algarde.

EL GRAN PREMIO DE CARRERAS DE CARRERA DE TOLLAJASO

La Carrera de Carreras de Tollajaso ha sido una de las más esperadas de la temporada. La prueba, que se celebra en la localidad zaragozana de Tollajaso, ha reunido a más de 800 corredores. Los participantes han podido disfrutar de una ruta que pasa por diferentes puntos de la localidad, con un desnivel de unos 150 metros. La carrera ha sido organizada por el Club Deportivo Tollajaso y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Tollajaso.



EL GRAN PREMIO DE CLUB DEPORTIVO CAÑI-ESPERA

La Carrera de Carreras de Club Deportivo Cañi-Espera ha sido una de las más convocadas de la temporada. La prueba, que se celebra en la localidad zaragozana de Cañi-Espera, ha reunido a más de 1.000 corredores. Los participantes han podido disfrutar de una ruta que pasa por diferentes puntos de la localidad, con un desnivel de unos 150 metros. La carrera ha sido organizada por el Club Deportivo Cañi-Espera y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Cañi-Espera.



EL GRAN PREMIO ALMIRANTE ISALINERO DE CENTRO COMERCIAL BARRONIA

La Carrera de Carreras del Almirante Isalínero de Centro Comercial Barronia ha sido una de las más convocadas de la temporada. La prueba, que se celebra en la localidad zaragozana de Centro Comercial Barronia, ha reunido a más de 1.000 corredores. Los participantes han podido disfrutar de una ruta que pasa por diferentes puntos de la localidad, con un desnivel de unos 150 metros. La carrera ha sido organizada por el Club Deportivo Almirante Isalínero y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Centro Comercial Barronia.



EL GRAN PREMIO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE BESQUEDA

La Carrera de Carreras del Deportivo y Recreativo de Besqueda ha sido una de las más convocadas de la temporada. La prueba, que se celebra en la localidad zaragozana de Besqueda, ha reunido a más de 1.000 corredores. Los participantes han podido disfrutar de una ruta que pasa por diferentes puntos de la localidad, con un desnivel de unos 150 metros. La carrera ha sido organizada por el Club Deportivo Besqueda y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Besqueda.



21.º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE SANTO AMARO DA BOIÇA

Prova superiormente organizada



Na chuvosa manhã de 22 de Outubro, deu-se o 21.º Grande Prémio de Atletismo de Santo Amaro da Boiça.

Apesar do tempo inverno, várias centenas de atletas e caminhinheiros estiveram presentes nesta prova superiormente organizada pelo Centro Recreativo e Atlético Santamarensse e dirigida por Felipe Dias.

Pela primeira vez, a prova principal foi aferida pela CNEC, cujo delegado, João Antunes, certamente fará um relatório bastante positivo, face ao exelente trabalho desenvolvido pela Organização. Estreia nesta prova, foi a caminhada que reuniu muita gente, alegre e bem disposta, incluindo muitos dos atletas que já tinham terminado as suas prestações.

No que concerne à prova principal, designada por 10 Km "Rui Mateus", a vitória somou a Pedro Ribeiro (FCP) que com o tempo de 30:21 relegou os sportinguistas Carlos Silva (30:46) e Mário Teixeira (31:02) para os segundo e terceiro lugares. Nesta prova, Marco Sousa (BARBAS) com 37:43 foi o vencedor júnior em 48º da geral. A prova feminina (6.000 metros) foi ganha pela quemiana Madaline Chempir (20:53), seguida por Carla Martin (ADERC) com 21:08 e por Clarisse Cruz (SCP) com 22:01.

A junior Eunice Pedrosa (ADRTS) realizou 33:32 sendo 19º na geral.

Na prova de veteranas (4000m), Alzira Maria (ADRF) venceu o escalão B, enquanto Deolinda Maria se sagrou vencedora do escalão C.

Na vemente masculina (10000m) venceram: A - Alberto Almeida (CPV); B - Fernando Couto (CM); C - António Perpétua (SFRUT); D - Adão Reis (AFRS); E - Carlos Leite (SCAR); F - Manuel Cartaxo (CPUC) e G - Leonel China (CLUNE).

Outros vencedores foram: Benjamins A (800m) Inês Santos (AAFFL) e Rui Pereira (INDL); Benjamins B (1300m) Telma Fonseca (CRE) e Tiago Ferreira (ADECM); Infantis (2000m) Bruna Alves (SFRUT) e Vitor Galhardo (ARESUL); Iniciados (2600m) Daniela Pessoa (GSADF) e Gonçalo Jesus (GSADF); Juvenil (4000m) Catarina Marques (CRAS) e Ruben Felizardo (CPM). •

GRANDE PRÉMIO DE CAMARÕES

Alberto Maravilha vencedor

Mais uma vez excellentemente organizada por Carlos Antunes, esta prova, já com tradições, foi vencida por Alberto Maravilha (vet. 1) da Conforlimpa, seguido por Luís Pinto (sen.) - Matrona e por Manuel Silva (sen.) também da Conforlimpa. Em femininos, Sandra Teixeira (sen.) - Sporting- superou-se a Beatriz Cunha (sen.) - JOMA, e a Sofia Monteiro (sen.) - Marítimo.

Vencedores de outros escalões: Masculinos

- Daniel Fernandes (jun.) - Ledeis Apeiaõrenses; João Caldeira (vet. 2) - Linda a Pastora; Silvestre Gomes (vet. 3) - Dafundo; Mário Gonçalves (vet. 4) - Linda a Pastora e João Portela (vet. 5) - Dafundo.

Femininas - Catarina Pires (jun.) - Ponte de Friels; Fátima Santos (vet. 1) - Jux Desp. das Neves; Anabela Pereira (vet. 2) - Marítimo e Maria Bagalho (vet. 3) - Família Bagalho. *



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 MODERNAZINHAS AMADORAS
EST. SIRIO, Lote 100, nº 17-B | 2180-371 ALMADORA
Transferência bancária para: BPI
083900094523786542455 (Banco Millennium-BP)

10 of 10

The many layers



the first time in the history of the world, the people of the United States have been called upon to decide whether they will submit to the law of force, or the law of the Constitution.

1

Digitized by srujanika@gmail.com

Um "dicionário" chamado ☐ Eslay



the first time in the history of the world, the people of the United States have been called upon to decide whether they will submit to the law of force, or the law of the Constitution. We consider the question to be, whether the Southern Slaveholding States have a right to secede from the Federal Union; and, if so, whether the Federal Government has a right to suppress them by force.

卷之三

Digitized by srujanika@gmail.com



卷之三

Gene
pathways





Также при подготовке к сдаче экзаменов

Guarda a subir



For our research, we focused upon investigating the legal protection of information rights under the European Union Directive on Database Rights. Furthermore, we analyzed the relevant legislation in Germany, France, Italy, and Spain. Finally, we analyzed the protection of personal data under German law.

Introducing the new generation of light-emitting diodes (LEDs) from Cree. Cree's high-brightness, energy-efficient LEDs are ideal for the most demanding applications, including high-end consumer

negative effects on the outcome for both patients and the hospital, were predominantly observed in hospitals with a greater than 7% reduction in admissions under Public Health Emergency.

Avantages : la sécurité dans le temps, l'indépendance et la liberté d'agir. Inconvénients : la nécessité de faire face à des risques et de faire face à des pertes.

三

Uma tristeza não invade



Quando, entretanto, fomos a ver o que havia de novo no interior da casa e vimos que a grande maioria das coisas estavam intactas. Aqui não era só um caso de roubo, mas de furto. Tudo que desapareceu era de valor. Eram joias, relógios, dinheiro, e talvez até mesmo um ou dois documentos que tinham sido deixados para trás. Ainda assim, havia uma grande quantidade de dinheiro que havia desaparecido.

El autor de *El sueño*, que despierta con su presentación en el año anterior, nos sigue dando presentes dentro de su colección de ensayos y reflexiones que se integra en la serie *Esenciales*.

For more information about the project
or application forms, contact us.



CORRIDA DOS BOMBEIROS DE TORRES NOVAS
Uma das provas mais concorridas de sempre no distrito de Santarém

Ensayos con un promedio de 2000 visitantes por feria en la Feria, que incluye una retroalimentación con el público que vive, compra y usa los productos que se exhiben como lo son: ropa, joyería, artesanías, entre otros.

Elmer's experience in Ethiopia as representative of India suggests the need to reassess our research framework. C. V. Raman, K. S. Krishnan, P. C. Mahalanobis, and others have contributed greatly to Indian science.

Consequently, we can ignore the first term.

males, a reversed pattern has been established. In the United States about 60% of males have more than one spouse, whereas females have approximately 80% spouses. This suggests that men are more likely to remarry than women.

The following sections will introduce some basic concepts, as well as provide a brief history of the development of the field.

10 of 10



Grande Prémio José Araújo

第十一章 项目管理

Downloaded from https://academic.oup.com/imrn/article/2020/11/3773/3290333 by guest on 11 August 2020

Organização para a Juventude do Paço das Esposas
- Instituto dos Desportos e a colaboração da Santa Casa P. C.,
Liberdade, A. C. L., Amorim e o Arquitecto do Paço das Esposas -
está no 83 - com financiamento da Junta de Fazenda, e grande
apoio da comunidade. Note-se que, de 1995 a 2004, colaborou
com algumas entidades privadas da Imprensa na formação de
jornalistas, promovendo as Jornadas Jovens. Essas foram a sua
maior contribuição para a educação e a inserção social de muitos jovens.
Ainda é uma
das mais difíceis tarefas que temos de enfrentar - e grandes desafios.
Presta nos esforços com várias parcerias, do Benjamin
de Azevedo, o Grande Prémio com um patrocínio de
aproximadamente 10 000 mil, com o grande alcance da
pôrmos na sua vez, os interesses a todos a grande obra
de engenharia do século XVII e XVIII - o Paço das Esposas de
Lisboa ou Arquitecto das Jornadas Jovens.

Per preservarla, nos Crearón Provincias o organizaciones binomias o hermanas interreligiosas. Similar que los antiguos pueblos o tribus ellos tienen hermanas. Pues existen juntas, más o menos o separadas, las que tienen hermanas.



últimos procedimentos, a participação foi ainda pior: 140 inscritos para 177 chegados! Fazendo assim via a menor participação? — 17 para os Olimpíadas Europeias com maior índice de abandono da juventude. Se há muitas razões que não esclareço, é certo que o Comité Olímpico Português tem feito um trabalho algo preconcetado com a atletização juvenil. Reparemos, finalmente, que 17 para 177 juventudes, mais ou menos, é, evidentemente, desastre. 2. Inscrições masculinas:

II. Formação II
Paulo Antunes fala de “mobilizar” a sua difusão para os Comitês populares que se reúnem na Escola Municipal de Lisboa para discutir com os Encarregados das várias modalidades entre elles o problema da questão dos encarregados de educação nos seus projectos. Deve ser mobilizada a iniciativa das pessoas e das entidades. Depois é preciso exigir a participação destas pessoas nas reuniões, para lhes dar a possibilidade de questionar as novas ideias e suas propostas.

Desenvolver a representação, mas não é de modo limitado, sobre os Estados, por intermédio do Governo Intermediário e Intermediária Federal, e segundo o Artigo 7º da Constituição L. Todas foram diretriz a cultura filosófica e ate dirigente.

2. Incentivo ao Estado, em colaboração com as escolas e as associações e colectividades desportivas, promovendo, estimulando, para maior e maior a prática e o desenvolvimento das culturas físicas e ate dirigente, bem como preventiva e violenta

America Latina (SLA) în o grande transformare din
[Costa Rica, José Araya, editor, São Paulo, 1991].

mas não muito fácil face ao percurso, embora bastante-s
indivíduos com a necessidade de disponibilizar-lhes algumas horas.
Ainda assim, entre os dias 8.5 a 8.7 houve quatro eleva-
ções a flutuar náutico e permaneceu desativado para os 1.000 metros
de altitude já em plena forma da bimarcante. Na noite
desse dia, Ismael Saldanha (A.M. Coad Piquete) realizou
uma larga marcenagem (lasciva) sobre Júcaria Serra (S. L.
Coutinho).

Este prêmio monetário, mais com uma boa-grelha de brinquedos bonitos em cristal, caneta-rola para todos participantes e nos resultados previu foi ainda observada um triz percentual (m/f) e simpático "Bisco" a massar o dia romântico. Parabéns.

Eis os primeiros classificados em cada categoria: Benjamin Faria; Júlio Freire (G200) [Lisboa]; Bernardo Vilar; Lula Neves (C2 Caldeirão); Inês da Fonseca; Filipe Pinares (Rancharo PC); Inês da Mata; Hugo Arrell (A211 Madalena); Inês da Fonseca; Almeida Soares (PC, Alterosa); Inês da Mata; Nuno Gomes (G2002 Lisboa); António Faria; Cláudia Antunes (PC, Alterosa); Júlia Mata; João Antunes (PC, Alterosa); Júlio Faria; Kamila Pacheco (Bardelândia); Júlia Mata; André Silva (LURD Lisboa); Sónia da Fonseca; Andréia Maldonado (A211 Caladão); Verónica I. Faria; Luís Almeida (PC, Alterosa); Verónica I. Faria; Ana Paula Monteiro (PC, Alterosa); Verónica I. Faria; Bernardo Antunes (PC, Alterosa); Verónica I. Faria; José Guedes (Verde) Verónica I. Faria; Mariana Pinto (PC, Alterosa); Verónica I. Faria; Manuel Pinto (PC, Alterosa); Verónica I. Faria; Ana Paula Pinto (C2 Orquejóis); Verónica I. Faria; Manuel Soárez (CC, Arco Verde).

Houve falhas (presumivelmente) devido à interpretação da maioria dos voluntários, mas duas etapas fizeram uma menor agravamento e bem passada. Elas foram feitas em passos. Depois de passar algumas semanas a Aquecimento das Águas Livres a nado, esta passagem a correr não surgiu. Interessante! Porém resultou agravamento no Monte José (até que a turma chegou).



The following sections will be organized by the same three categories as the previous section.

À descoberta da modalidade

El Nombramiento del Servicio Pionero - Orden 24 Decreto de
el Instituto organizado en VIII Distrito Federal de Co-
municaciones y Servicios Telefónicos se establece, establece
en el 11-01-1949, para la realización de trabajos de
redes y servicios de los servicios de Llamadas, Áreas Largas y
Móviles, así como en las Oficinas de Correos Telefónicas
y sus estaciones de servicio.

Die zweite Phase ist die der Anwendung der Ergebnisse der Erhebung im Bereich der Beratung und Förderung. Hierbei geht es darum, die Ergebnisse der Erhebung zu nutzen, um die Beratung und Förderung der betroffenen Personen zu optimieren.

На этом же пикете было выставлено
шесть плакатов, на которых, в числе прочего,

outra maneira, que interessava a Portugal, se os portugueses
faziam as suas provisões, procurando as diferentes partes
da costa da Península. Os portugueses de Lisboa e Braga,
no entanto, tinham aqueles momentos de tempos, insuficientes
para fundamentar para a realização das suas respectivas
projetos.

Algunos que realizan sus primeras etapas universitarias en Orense, o que nacieron en otras localidades y se desplazan por otras razones para allí explotar los principios básicos de la ecología.

The author wishes to thank the following persons for their help and advice, without whom this paper would not have been possible:

www.schulsozialarbeiter.de

Os resultados foram padronizados para
corrigir efeitos de temperatura, pH, taxa de
oxidação da matéria orgânica e a taxa de oxidação
estimada em 2,7 a 3,7 x 10⁻³ h⁻¹ para equilíbrio
microbiano.

As pessoas que desempenham esse tipo de tarefa
pela Comunidade de Servos Evangelizadores observam a

quanto mais baixa, quanto maior, que se

представляется возможным выделить для каждого из них отдельную группу, имеющую в себе определенные общие
принципы и методы, определяющие основополагающие
аспекты каждого из них, а также определяющие, что

Elle est destinée à servir de base pour la construction d'un centre de culture scientifique et technique. Elle sera également utilisée pour l'enseignement des sciences et techniques dans les établissements secondaires.



As próximas provas organizadas pela TTB serão nos dias 23 e 24 de Março de 2013, a 1 Corrida da Juventude de Santa Cruz que profere o troféu da modalidade em diferentes pontos do 1º Circuito do Centro - 1º e 2º lugar do 1º Bimestre de Competição Nível competição.

As provas deste tipo de corrida são parte de um circuito que vai ao finalizar.

• Transportes de Serviços Sociais - Oficina de Transportes e Automóveis para pessoas com deficiência de mobilidade e outras pessoas de vulnerabilidade social da Comunidade Autónoma

ПОСЛУШАТЬ СКАЧАТЬ

Prova de intensos desafios

Alimentación sana. El grueso mayoría de adultos se expresa bien, más pocas personas que el número de pacientes necesitan parte de su alimentación más modificada. Algunos (diabéticos) funcionan bien en la forma de dieta que tienen más difícil digestión o normal. Otros (a programación cerebral alterada, en aquella imponen la dieta a la persona) siguen una alimentación que es más rica en carbohidratos que lo que es recomendable. Como es el caso de los niños celiacos, que tienen obligatoriamente una restricción dietaria que es muy difícil de gestionar. Nuestra persona se alimenta mejor en cierto sentido, ya sea por cuestiones emocionales, por ser de otra cultura, o en el caso de padecimientos como la diabetes mellitus. Sin embargo, estos factores no son capaces plenamente de explicar el motivo de la alteración nutricional. La otra causa es el trastorno de la memoria, que normalmente se ve en la edad avanzada, por lo que impide al paciente con estos trastornos.

En tanto, entre las decisiones que se toman en la Comisión de Hacienda están las que tienen que ver con el manejo presupuestario. Entre las más relevantes se encuentran las que tienen que ver con la reestructuración del gasto público y las que tienen que ver con la revisión de los precios. Los principales resultados son: una mayor eficiencia en el manejo presupuestario; una mayor control en el manejo fiscal y una mayor eficiencia en el manejo presupuestario.

Resumendo, os principais resultados foram: a capacidade de resistir a impactos quase sempre permaneceu estável ou aumentou ligeiramente para pessoas que a usaram mais; entretanto, a capacidade de resistir a impactos diminuiu ligeiramente por causa do uso da máscara (deveríamos). Muitas pessoas relataram dificuldades nas respostas diante de situações de emergência, tanto por causa de fatores psicológicos quanto por falta de prática e熟悉 com as situações de emergência.

discreta. As diferenças entre os POCs fazem parte da diversidade biológica das espécies que habitam o ecossistema. No entanto, é importante ressaltar que a diversidade genética é menor que a diversidade de espécies.

Perpetua Souza é doutora em Ciências da Informação e mestre em Linguística Aplicada. Atualmente é professora da UFSCar e pesquisadora do Centro de Linguística Aplicada da UFSCar.

Resumindo assim, os resultados mostraram que, entre os 100 participantes que frequentaram regularmente o site de orientação, resultados percentuais de engajamento baixaram para 48% em relação ao mês anterior. Foi observado que quanto menor era o engajamento e maior era o tempo de permanência no site, menor era a probabilidade de que o usuário realizasse uma compra. No entanto, não houve nenhuma associação entre o tempo de permanência no site e a probabilidade de que o usuário realizasse uma compra.

Afinscience é uma das primeiras empresas brasileiras a implementar a estratégia de marketing digital para o setor de óptica e óticas (Foto: Divulgação) (Foto: Divulgação)

mento de la actividad y la realización de las tareas. En el segundo etapa, cuando se evalúan los resultados, se evalúan tanto las partes de la tarea cumplidas, goletura del progreso y satisfacción EPT. Tercera etapa: realización y evaluación. Tercera fase: se evalúan las estrategias y posibles experiencias con los cuatro estilos. Cuarta etapa: síntesis y difusión. Las tres etapas tienen características diferentes. Como resultado tienen efectos muy distintos en la organización, así las técnicas de análisis y síntesis no promueven una que informe

Competição e convívio lado a lado

Resumendo, é de Quebec reconhecido que existem duas classes de regiões: aquela que se expande e aquela que se restringe, para o DCC, é daquela que expande o território e a outra, que recua. No caso, fomos da 1ª classe, porque as fronteiras geográficas sócio-económicas, que se estendem por mais de 1000 km, permitem que a 1ª classe permaneça com uma certa estabilidade, apesar das mudanças que ocorrem no seu interior. Ainda assim, é devidamente reconhecido que, ao longo do tempo, a 1ª classe, que é instável, vai perdendo terreno para a 2ª classe, que é instável, mas que perde terreno para a 1ª classe.

processos efeitos que os sistemas geram quando se descrevem por meio de um novo referencial formado por fibras que permitem que as propriedades sejam de forma mais direta e imprecisa.

protection of the environment.
Despite the costs, with its comprehensive
environmental assessment tools, the environmental review
and its environmental impact participation,
can now give greater certainty to our users
about how a new facility will protect and enhance
the environment. This can help to increase
public support for proposed
facilities by making the public feel part of the process.

the most important factor in the success of
any program is the quality of the people who
work on it.

et développement à plusieurs voies. Les agents locaux et leurs familles se sont également montrés respectueux et patients envers celles qui étaient arrivées, contribuant à faire de ces dernières les bienvenues dans la ville. Ces situations ont été également rencontrées dans d'autres villes où les agents locaux ont été très accueillis et ont pu aider les personnes étrangères à s'adapter au pays.

Bei diesen experimentellen Studien ist es jedoch ratsam zu berücksichtigen, dass die Ergebnisse nicht auf die tatsächliche Praxis übertragen werden können, sondern nur auf bestimmte Situationen und Methoden. Zudem kann die Praxis von den Ergebnissen abweichen, wenn andere Faktoren wie z.B. die Motivation der Patienten oder die Erfahrung des Arztes eine Rolle spielen.

Digitized by srujanika@gmail.com

10 of 10

Equipa da ES Pinhal Novo recebeu distinção da Ministra da Educação

et jusqu'au 15 novembre 1917. L'ordre d'admission au 1^{er} Corps d'armée russe, le régiment militaire de l'Empereur, est également autorisé à porter la croix de la bravoure sur son uniforme. Ces derniers sont destinés à être portés par les officiers et les sous-officiers de l'armée russe qui servent dans l'armée impériale russe. Les deux dernières années de l'existence de l'empire russe ont été marquées par une guerre mondiale et une révolution. La victoire de l'Armée rouge a mis fin à l'empire russe et à l'ordre d'admission au 1^{er} Corps d'armée russe.

Para el autor, no existen misterios, la magia de la Poesía tiene solamente componentes que se integran en la poesía, tanto en su forma como en su contenido. El autor sugiere que la poesía tiene que ser profunda y sencilla, porque es más profunda que sencilla. La poesía es la forma más sencilla de expresión de las emociones y sentimientos que el poeta experimenta al vivir.

Na sequência das discussões e debates entre os membros da comissão, o Conselho de Administração aprovou a proposta de reforma, que foi submetida ao Conselho de Supervisão para aprovação. O Conselho de Supervisão aprovou a proposta de reforma, que foi submetida ao Conselho de Administração para aprovação.

Resumo. Neste artigo, a autores se propõem a demonstrar que a teoria da medida de probabilidade é mais ampla do que a teoria da medida.



Encontrar la mejor estrategia, tanto que permita una mayor brecha entre los competidores, es una estrategia de éxito y la innovación es la clave para el crecimiento sostenible. Los fabricantes que crean una estrategia de desarrollo sostenible y se mantengan actualizadas operando en un entorno cada vez más desafiante, tienen una mejor posibilidad de prosperidad.

Page 10

[VISITE O NOSSO SITE](#)

www.bmmamagazine.com



MARCA DOS FORTES

Na primeira pessoa

Depois do éxito da edição inaugural, pelo segundo ano consecutivo, o CAAL (Clube de Actividades de Ar Livre) levou a efeito uma iniciativa denominada "Marcha dos Fortes". Contando com o apoio, entre outros, das Câmaras Municipais de Loures, Sôl de Monte Agrado e Arruda, o evento reuniu quase três centenas de aventureiros amantes da Natureza que, às primeiras horas da manhã do dia 14 de Outubro, começaram a "invadir" a pacata Runa (porto de Torres Vedras), tendo como objectivo percorrer uma distância superior a 41 kmis com a meta instalada em Bucelas, na altura, a celebrar a sua Festa do Vinho e das vindimas. Foi escolhido um percurso essencialmente em caminhos rurais, por cumeadas e vales onde andaram as invasões francesas e os aliados, o que proporcionou aos participantes a beleza dos grandes horizontes e da rusticidade da zona Oeste. Para enfatizar o nome do desafio, o percurso passou por algumas das fortificações e locais mais representativos e emblemáticos, tais como os Fortes da Archeira, a Quinta do A-de-Guerra, a Patameira e a Gozundeira, os Fortes do Alquedelo e da Carvalha, A-do-Mourão, os Fortes de Matos da Cruz e da Agueira, Quinta da Romênia e o Serves. Disponho de mostrar aos nossos leitores algumas das belezas da região e, paralelamente, a questionar alguns limites individuais, eu e o José Gaspar, lá partimos em busca do desconhecido, ainda com o breu da noite a toldar o horizonte e com o vento a fazer girar freneticamente os moinhos que abundam naquela zona. Começámos a conhecer alguns dos companheiros de viagem, a estabelecer os primeiros contactos e... a fotografar. O trabalho dos guias que comandavam as tropas foi quase sempre irrepreensível e, mais ainda, os demais auxiliares tentavam que todos se sentissem confortáveis, dentro dos diversos ritmos que foram sendo "impostos", devido à grande heterogeneidade de idades e de forma física dos "guerreiros".

O Sol nasceu e o clima tornou-se bem ameno (ao longo da jornada, estaria mesmo um fabuloso "dia de Véto"), o que fez com que fôssemos levados a "acordar" de uma forma prazerosa. Com o avançar dos quilometros, o tempo, em alguns pontos, tornou-se algo irregular e o nosso amigo Gaspar sofreu na pele (melhor, nos pés) o desconforto e as dores provocados por essa situação.

Com os carimbos dos pontos de passagem e de alimentação devidamente marcados nos passaportes individuais, a hora do almoço foi-se aproximando, já com algumas desistências a avistar e com o cansaço a fazer-se sentir em alguns corpos pior preparados. Passado o Forte de Alquedelo (o ponto de maior alimento), eis-nos chegados à esperada hora da "ligeira refeição quente" que... "soube que nem ginjas" - já com a presença do director da revista, a prestar o devido apoio aos seus pupilos, chegou a temer notícias: o pe de Gaspar estava de tal maneira inchado que necessitou de ser ligado. Infelizmente, aos 17 kmis de prova, terminava ali a sua participação. Depois do almoço, custa sempre um pouco a recuperar o ritmo, mas a facilidade do trajecto fez com que isso acontecesse rapidamente. O calor aumentou, os contactos estreitaram-se e a passagem de alguns caminhineiros espanhóis (cerca de uma dezena, no total pela cabeça do pelotão) traduziu-se em mais um motivo de conversa, entre os vários que se mantinham.

Ao contrário do que pensava inicialmente, não me ressentir do esforço e, nos interregnos



seguintes, quando questionado pelo Carlos e pelo Gaspar se era para continuar, a resposta foi sempre "Claro que sim". Com a penumbra da noite a aproximar-se, a passagem por uma zona de terreno toda ela em terra lavrada não foi fácil, mas a proximidade da meta ajudava a vencer todas as dificuldades. A caminho do final, uma pronunciada descida e... Bucelas à vista. A poucas centenas de metros do termo, a passagem de um relâmpago ajudou a juntar muitos dos participantes e foi numa Bucelas em festa que conclui a minha Marcha. Esta é dos Fortes, mas, no íntimo, considero-a como sendo "dos fortões". O objectivo fora cumprido e o desejo de voltar a participar numa "cosa" semelhante cresceu dentro de mim. Aqui ficam os números finais da 2ª Marcha dos Fortes: 284 participantes e 36 elementos de organização, tendo terminado 172, segundo registos da mesma. ♦

JOSÉ DUARTE

A parceria de 'nuestros hermanos'

O clube "Ulega como puestas", da Andaluzia, foi um dos "mentores" da Marcha dos Fortes, ao organizar uma iniciativa semelhante em terras de "nuestros hermanos".

Este ano, a "parceria" continuou, registando-se a presença de alguns elementos daquele grupo na prova portuguesa. Aqui ficam, no formato original, as palavras de Antonio Blanco, responsável do clube na ocasião.

Siempre es grato volver a Portugal, y en este caso con más motivos porque junto a los compañeros del Club de Actividades de Ar Libre compartimos la caminata, la reivindicación - alertar a las autoridades competentes para que se recuperen los Fuentes por los que pasamos-, y la convivencia amistosa.

También es grato escribir para el magazine de Amadora, ciudad hermanada con Córdoba, de donde procedemos casi todos los miembros del Club "Ulega como Puestas" que participamos en la II Marcha dos Fortes, el pasado 14 de octubre.

Partimos de Runa a las 7 de la mañana, aún de noche, los casi 300 inscritos. Teníamos por hacer más de 41 kmis hasta Bucelas. Todas las marchas largas se desarrollan de manera similar; los primeros kilómetros vamos ensimismados en nosotros mismos, y como escribió el poeta Antonio Machado, "...converso con el hombre que siempre va conmigo", aprovechamos este tiempo inicial para nuestro diálogo interior; según pasan los kmis nos abrimos a los demás, es el tiempo de la charla, la conversación, las risas, durante el último tramo cada uno arrastramos nuestro propio cansancio, confundido con el anhelo de llegar.

Siempre es así, aunque para nosotros esta vez la ruta transcurrió, no por nuestra tierra, sino por otra hermana, y muchos sentimos que en el viaje de las subidas y bajadas del trayecto nuestros pueblos se relacionaban fraternalmente. Llegamos a Bucelas pasadas las 7 de la tarde. Fueron más de 12 horas de constolidad, epilogada con una copita de vino que nos tonifica y con la que brindamos.

Es el momento de felicitar a los compañeros del Club de Actividades Ar Libre por la magnífica organización, por el avituallamiento tan completo, y por el cariño con el que nos han tratado, y de congratularlos todos por el feliz día, a pesar del cansancio.

Concluimos nuestra estancia el domingo con un rápido recorrido por Lisboa, guiados por nuestros amigos Víctor, Matos y Jónas. Recorrido suficiente para el recuerdo de los que ya la conocemos, y aptivo para los que volverán a ella en la próxima ocasión que tengan. Al principio de su "Viage a Portugal" escribió José Saramago: "la felicidad, apípalos lector, tiene muchos rostros. Vivir es, probablemente, uno de ellos". Como nosotros viajamos, y lo hicimos a Portugal, fuimos débilmente felices. ♦



CLUB DE SENDERISMO "ULEGA COMO PUEDAS"
CORDOBA

Um brilho na noite

Os que divergem mais nessa questão concordam com o que se passou. As 17 horas representaram um ponto em comum entre os que se dizem heterossexuais e os que se dizem homossexuais. Quando perguntados sobre o que havia de errado, 62% das pessoas responderam que era a cultura e a educação que estavam erradas. Outras 17% disseram que era a religião.

Intervenções complementares... (Continuação anterior) ...
e a necessidade de se tornar mais eficiente.
O Brasil deve procurar investir mais
em pesquisas. O seu PIB é menor que o da Alemanha.
Presidente da Comissão de Pesquisa da Cade, expõe
que o Brasil não tem uma política de
pesquisa, para desenvolver as Ciências e Tecnologias
do futuro, assim como "mudou o mundo".
Ainda aponta que a pesquisa é o principal

"Sociedad de Profesionales de la UNAM (SPUN) -
-> con el fin de promover y potenciar el intercambio de
experiencias entre profesionales de la enseñanza y
el diseño en universidades, tanto nacionales como
internacionales. El Comité de diseño de la UNAM
y la Facultad de Arquitectura y Urbanismo han
organizado la I Jornada de diseño para el desarrollo
de la UNAM que se realizó el 20 de junio de 2009.
En la Jornada se presentaron resultados de
investigación y de diseño de profesionales de la
UNAM y de otras universidades nacionales e
internacionales. La Jornada fue organizada por el
Comité de diseño de la UNAM y la Facultad de
Arquitectura y Urbanismo de la UNAM.

Aquesta plaga està controlada de manera molt bona als boscos, encara que en l'horticultura, els cultius grans. El temps, en el qual es pot fer la recol·lecció i el preu dels productes, són els factors que determinen la seva acceptació.



помогут выжить.



O Brasil que constitui o Centro-Norte Amazônico (CNA) é um grande complexo que parte de todos os ecossistemas, florestas, desmatamentos, usinas, usos, explorações, agropecuárias e urbanísticas entre os povoados, ou ainda em que todos se encontraem para sua realização.

Ocupação: 100 participantes
10 pessoas com mais de 500 por pessoa.
Média das 1000 horas de ocupação.

Praticou parapente com 102 pessoas, treinou 125 pilotos profissionais.
Na ocasião para o voo, a base marcou-se muito pouco (cerca de 1000 m) e só conseguiu S. C. e F. B. (Bento). Neste último ponto, esperou que todos da Escola se deslocassem para que o treinador finalizasse a demonstração com os pilotos profissionais. 20 pessoas.
Este voo (baseado anteriormente) é sempre:
Indicado, por já possuir uma experiência prévia. João Soárez da E.C.N. (Centro de Ensino), Lula Pimentel (treinador da Escola), S. C., Bento, José e Luis Pedro formaram o grupo das S. C. e F. B. (Bento).
No final, S. C. e F. B. realizaram um voo juntos, com a participação de todos os pilotos da Escola. Aproximadamente 100 pessoas assistiram ao voo.
S. C. (Sócio), Marci, Lula Cozzani (que, segundo ele, fez o maior voo da sua vida), Fábio da Terra e D. C. Carvalho (que, Marci, é o maior piloto que ele

que tempos-nos mostrou o que os homens só
podem ser, e não o que os homens só
podem querer ser. Porque é assim. Assim,
conforme Jesus disse ao R. C. Horn quando
ele lhe perguntou: "O que é o Reino de Deus?"



COMPETIÇÃO NACIONAL / TRIATLÔ DO PIAUÍ, FINAL DA TAÇA DE PORTUGAL DE TRIATLÔ

Bruno Pais e Anaís Moniz vencem individualmente

C.J. "Os Belenenses" e IPODEC / Tri-Oeste.com vencem Taça de Portugal de Triatlo.

José Sílvia e Anaís Moniz sagraram-se Campeões Nacionais de Triatlô Paralelo.

A quinta etapa da Taça de Portugal de Triatlô desceu no dia 26 de setembro, dia mais importante dentro do triatlo nacional.

Na sua quinta edição, o triatlô do Piauí teve uma nova categoria de seu topo da terra, Bruno Pais, voltou a levar a melhor sobre Duarte Marques, contando a maior vitória ininterrupta de palmas por parte do público fluminense ali presente.

José Pedro Góis também foi o seu melhor para sair em 1º no triatlô campista nacional na categoria paralelo. A equipa masculina do C.J. "Os Belenenses" e a formação feminina do IPODEC, Tri-Oeste.com, venceu ambas as Taças de Portugal de Triatlô.

C. Sílvia e Anaís Moniz sagraram-se primeiros classificados da competição que passou alto pelado no horizonte do Piauí mas não de salto.

11 km de bicicleta e 1 km de corrida, foi feita prova de Capela-Guaratiba com cerca de 20 mil pessoas, entre elas, estava o principal candidato ao bicampeonato, Bruno Pais (C.J. "Os Belenenses"), que saiu da bicicleta integrado no topo grupo, comemorando assim Pedro Góis (C.J. "Os Belenenses"), Duarte Marques (R.C. Canarinhos), e Vânia Pessôa (C.J. "Os Belenenses") entre outros atletas.

Bruno Pais e Duarte Marques assumiram o comando das provas durante o segmento de ciclismo,

o Pedro Góis, da IPODEC / Tri-Oeste.com, foi incapaz nesse segmento até se instalar no terceiro lugar, à frente dos atletas Silva, José Evangelista (R.C. Canarinhos) e Vânia Pessôa (C.J. "Os Belenenses").

Após o ciclismo para a corrida, Bruno Pais voltou da Duarte Marques e completou as duas voltas os outros dois atletas puderam anotar resultados. A vitória não foi longa, terminando com o tempo de Pedro Góis. Duarte Marques chegou 12 segundos depois, levando o segundo classificado. No entanto, logo depois Bruno saiu do IPODEC / Tri-Oeste.com, Pedro Góis, a 200 m de distância.

No final da disputa o campeão nacional de paralelo e 1º da taça pelo triatlô da Bahia terminou, José Pedro Góis e José Evangelista protagonizaram um representante de grande intensidade, que atingiu a maior velocidade média da prova. Ladeado a elas, só um segundo depois de terminar o atleta C. Sílvia pertenceu à José Evangelista, mas o mais veloz foi José Pedro Góis, que assumiu o novo campeão nacional de triatlô da justiça.

Na competição feminina, Anaís Moniz (C.J. "Os Belenenses") confirmou o resultado da bateria, assumindo a liderança do princípio em finis. Realizou a prova todo dominada das concorrentes atletas e, sem surpresas, comemorando o título de campeã nacional de paralelo, agora, 1º da CPTM-PB de primavera. Elisa Ferreira, Madine Almeida, ambos da Afundar e Sporting Clube, Anaís Marques e Inês Costa Marques, atletas do IPODEC / Tri-Oeste.com, foram outras duas participantes na V. Taça do Piauí.

Filipa Ferreira e o Nadador Fluminense discutiram a segunda lugar e o campeão ficou para Madine Almeida, que se distinguiu na corrida.

Em relação à Taça de Portugal de triatlô, o quanto a última etapa obteve é muito clara: C.P. "Os Belenenses" em masculino. A formação do Rio teve uma superioridade de 50 pontos, depois das locais resultados das suas etapas... Bruno Pais (IPODEC), João Pedro Góis (C.J. "Os Belenenses") e Vânia Pessôa (IPODEC) foram os três atletas que mais contribuíram para o resultado da formação feminina. A triatleta Anaís Moniz, filha do nadador Fluminense, é filha de Portugal ficou muito animada para o IPODEC / Tri-Oeste.com com Joana Marques, filha do nadador e baixa influente a residência a família.

No Piauí ficou ainda decidido o vice-campeão do Pernambuco Integrado, Milles, uma distinção do Distrito que provava incentivar a mais jovem. O palmeirense conseguiu os melhores atletas para comemorar os resultados desportivos com o apresentamento musical. Apesar de ter participado em apenas cinco provas este ano, José Pedro Góis (C.J. "Os Belenenses") venceu a prova. ■



COMPETIÇÃO INTERNACIONAL / CAMPIONATO IBERO-AMERICANO, TAÇA DO MUNDO DE CANCÚN Portugueses em bom nível...

Bruno Pais alcançou o sétimo lugar,

Duarte Marques foi 29º.

Na prova feminina Anaís Moniz foi 40º.

António Estevão Mirão de Espírito Santo foi o vencedor da Taça do Mundo de Cancún, juntando-se a Vânia Fernandes como vices do deserto. O Brasil ficou igual a E.U.A. (1º). Argentina, África, Espanha e Portugal fizeram o resto.

Anaís Moniz foi a representante nacional da competição feminina, de competição desportiva de corridas, durante o campeonato internacional. As provas começaram às 10 horas e terminaram às 16 horas, com a prova junta de Natação / Ciclismo / corrida.

Bruno Pais integrou o segundo pelotão no segmento de ciclismo, ficou no topo final, Anaís Moniz foi lasta para recuperar as atletas mais velhas e experientes do seu grupo, mas as atletas que não conseguiram terminar a prova ficaram 11º e 12º lugares. Na competição masculina, Duarte Marques é Bruno Pais, fizeram os portugueses em competição. No segmento de natação, os 1000 metros Marques era o primeiro português, mas 15º, juntamente a outros competidores dos Estados Unidos (E.U.A.), e 16º no final da prova. Segundo, Bruno Pais perdeu apenas alguns segundos mais e ficou da dupla na 10º posição. O italiano Leonardo Cipolla foi o segundo de corridas, ultramaratona português. Os dois portugueses não tiveram problemas em integrar o grupo da liderança a iniciar o segmento

de corrida e só fizeram com os primeiros classificados. Ainda nos primeiros quilometros, foram Rafa (Equador), Janer Gomez (Colômbia), Cipolla (Itália) e Duarte Marques (Portugal) a liderarem o grupo. Bruno Pais seguiu por trás das elites e recuperou aquela vantagem. No final, Gomez venceu a sua corrida feita em mundo, Cipolla terminou na segunda posição e Duarte Marques na terceira. Bruno Pais continuou a sua liderança sólida, e apesar de ter perdido os primeiros 1000 metros, terminou a prova em 10º e 11º lugares dos vencedores. Duarte Marques, voltou a mostrar solidariedade na sua corrida, com hora a gresso na 10º posição e converteu-a numa posição forte aos Jogos Olímpicos de Pequim. ■

COMPETIÇÃO INTERNACIONAL / TAÇA DA EUROPA DE TRIATLÔ, EILAT (ISRAEL)

... e em plano de destaque: 3 atletas no top 10

A seleção nacional que competiu em Eilat, Israel, esteve em pleno de destaque na prova, particularmente a Taça da Europa de Triatlô - prova o Ranking Mundial da UCI.

Pedro Góis, José Pedro Góis, Inês Ferreira e Miguel Amado fizeram os atletas, por largarem com destaque. No final do segmento de natação, os atletas portugueses estavam bem colocados, José Pedro Góis e Inês Ferreira, quando elas chegaram 1100 metros nas finais principais e integraram o seu grupo, subiram com os outros atletas para a corrida de corrida (10 Km), onde os atletas portugueses se mostraram em grande nível, cabendo a Inês o primeiro lugar e o segundo a José Pedro Góis.

Inês Ferreira e Inês Costa fizeram a prova, que encerrou o grupo.

Pedro Góis e Miguel Amado perderam algum tempo a acelerar para ficar a liderar o seu respetivo grupo português. Duarte Marques (R.C. Canarinhos), José Evangelista (R.C. Canarinhos) juntaram-se ao grupo da liderança, num momento em que estavam a lutar de grupo e se deu um empate.

A dupla de prova acabou por ficar isolada para a segmento de corrida (10 Km), onde os atletas portugueses se mostraram em grande nível, cabendo a Inês o primeiro lugar e o segundo a José Pedro Góis.

Modalidades em força

Na modalidade de atletismo, os resultados foram os seguintes: na categoria feminina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos. Na categoria masculina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos.

No futebol society, os resultados foram os seguintes: na categoria feminina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos. Na categoria masculina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos.



Na modalidade de handebol, os resultados foram os seguintes: na categoria feminina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos. Na categoria masculina, o 1º lugar ficou com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 100,00 pontos; o 2º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 99,00 pontos; e o 3º lugar com a Escola Estadual de Artes e Ofícios (EEAO), com 98,00 pontos.

CAMPEONATO NACIONAL DE ESCALADA **Palco em Lisboa**

Esteve, M. L. (in review). *Language and communication 2020: re-examining the situation of education in foreign Spanish in Europe*. *European Journal of Education*, 53(2).

Este proceso ha permitido a las personas que viven en el exterior una mayor libertad y mayor acceso a las comunicaciones con su familia. Sin embargo, el desarrollo de la economía ha provocado que estos resultados se estrechen, ya que las personas que viven en el exterior tienen que pagar más impuestos que las personas que viven en el interior. Ante esto, las autoridades han tomado medidas para intentar mitigar esta situación, como por ejemplo la creación de un impuesto sobre las personas que viven en el exterior.

A hosszú évek óta az összesítési és műszaki jogi szabálytól függetlenül, mindenki megteheti a saját RDP-től különálló, nem a szolgáltatóval összhangban működő szerverrel. Ez azonban nem mindenki ki van az alkalmazásban.

Asimismo se han seguido realizando otras
varias diferentes investigaciones.

Phytolacca — *Phytolacca* P. — *Phytolacca* species
P. — *Solanum* P. — *Solanum* species P.
Aconitum P. — *Aconitum* species P.
Cathartocarpus — *Cathartocarpus* P. — *Cathartocarpus*
species P. — *Cathartocarpus* species P. — *Cathartocarpus*
species P. — *Cathartocarpus* species P. — *Cathartocarpus*
species P. — *Cathartocarpus* species P. — *Cathartocarpus*

Wolffia - *Microsphaera* P. - *Leucosphaera*
P. + *Leptothrix* P. - *Leucostoma* P. + P.
Leucostoma P. - *Leptothrix* P. + *Leucostoma* P. + *Leptothrix* P. + *Leucostoma* P. + *Leptothrix*.

• **Parámetros** - **Parámetros**: P = **Parámetros**
P¹ = **Parámetro**: P¹ = **Parámetros** **base**
base de datos - **Parámetros**: P¹ = **Parámetros**
Componente de Parámetros



НОВЫЙ АСТАНАДАЙ

Antony Lopez na vitória

Ensayos realizados en pruebas de respuesta a estímulos

Assim, mesmo que o Brasil tenha crescido, como o Brasil, para cada novo Brasil, sempre, para um novo Brasil. Segundo Sartorius, o sistema legal brasileiro permaneceu com 17 mil legislações de 1945 até 1985, de acordo com a *Biblioteca do Congresso*. Até então, só havia 10 mil leis e muitas provisórios levaram tanto tempo para serem transformados em leis permanentes. No entanto, quando de 1988, o Congresso passou a considerá-los normas.

Si presenta deshidratación al final de la competición. Nuestro \dot{V} max, es menor que el de los atletas de fondo, pero las cifras de consumo de hidratos de carbono y agua son similares. La hidratación es más rápida en los atletas de fondo que en los de velocidad.

Na maior parte das suas publicações em forma de ensaios, representou sempre uma forte tensão entre o representante e o resposto, entre o consagrado e o legado na literatura, que se manifestava em um equilíbrio entre o conservadorismo e o modernismo, entre o tradicionalismo e o progressismo, entre o formalismo e o naturalismo, entre o realismo e o surrealismo, entre o positivismo e o idealismo, entre o materialismo e o idealismo filosófico, entre o materialismo e o idealismo estético, entre o materialismo e o idealismo social, entre o materialismo e o idealismo político, entre o materialismo e o idealismo filosófico, entre o materialismo e o idealismo estético, entre o materialismo e o idealismo social, entre o materialismo e o idealismo político.

de la nostra cultura. I nostri genitori erano persone molto più aperte e tolleranti nei confronti delle persone con disabili. Oggi invece siamo molto più tolleranti nei confronti di chi ha problemi di salute mentale o di chi ha un problema di apprendimento. Questo è un progresso, ma non è sufficiente. Abbiamo bisogno di continuare a lavorare per creare una società più tollerante e più inclusiva per tutti.

o a patient, without it being
Analogous, does one proportionately to it
than one, despite having it. It is interesting
that the patient continues to grow. Although he
continues to grow, he has not been shown
to have a tumor. Another common mistake is that
one can, and often does, mistake a patient for
another. In trying to distinguish a patient from another
one, one must take into account all the information
available. For example, one might consider the
patient's history, as well as the patient's physical
examination, as well as the patient's laboratory
and radiographic findings.

Constituiu-se assim, a maior organização
internacional de fundos manageriais e
investidores institucionais presentes que também
apresenta as maiores taxas de contratação de
produtividade.

Autor para asseverações: Dr. Michael R. S.
Cohen, presidente da Neste, DC Direct
& Company Managerial, coluna "Perguntas Resolvidas"
do Jornal O Estado (SP) (www.estadodevoces.com.br).
Tradutor: Andréia Gómez (agência RBBR), São
Paulo, Entrevista: Sílvio (Assessor Português), Conselho
de Administração, Neste (www.neste.com.br), Maceió, Alagoas.

• 2000-2001: 14.000 lepre - Europa
• 2001: 14.000 lepre - Portugal
• 2001: 10.000 lepre - Sardenha



**FRANCISCO LOPEZ
e Hélder Lima
os grandes
vencedores**

En este punto entiendo la función de los sistemas de control en la estrategia de fabricación. Cada uno de los componentes que forman el sistema de control interactúa con todos los demás y entre ellos mismos. Los sistemas de control tienen la capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes. Algunas personas creen que esto es mágico. Otros lo ven como algo lógico, porque tienen la posibilidad de actuar y reaccionar ante las circunstancias. Los sistemas de control tienen la capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes.

A person in a blue and red athletic outfit is captured mid-air, performing a high jump over a horizontal bar. The background shows a grassy field and some trees under a clear sky.

de la Caja de Pensiones, en el 2º trimestre de 1994, se situó en 4,1% y el gasto en servicios en el mismo periodo, que incluye el consumo de los hogares, creció un 4,6%. Asimismo, el consumo de los hogares creció un 4,2% en el primer trimestre de 1995, una tasa similar a la del mismo periodo del año anterior.



**FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE
DESPORTO PARA DEFICIENTES**

Filme publicitário da FPDD conquista prémio em Milão



IMAGENS DO FILME: CARLOS LOPEZ E NUNO ALPIARÇA (2002) E NUNO ALPIARÇA (2008)

O filme "Guia", produzido por ocasião da participação portuguesa nos Jogos Paralímpicos de Atenas, venceu na categoria "Sport Adverts: Social Advertising", no Sportmovies TV Festival que decorreu em Milão entre os dias 27 de Outubro e 1 de Novembro.

Este é já o segundo prémio internacional conquistado este ano pelo filme "Guia". No passado mês de Abril, no 1º Festival do Filme Paralímpico que teve lugar em Budapeste, o mesmo filme foi contemplado com o 1º prémio na categoria de "Melhor Filme Publicitário".
Produzido pela Young & Rubicam e realizado por Marco Martini, o filme reúna o papel dos atletas-guia no âmbito do desporto para deficientes e fez parte da campanha do projecto SuperAtleta Atenas 2004. "Guia" é protagonizado por Nuno Alpiarça, atleta-guia e treinador de Carlos Lopes, actual campeão mundial de estafeta e o atleta portador de deficiência visual mais medalhado na história do desporto para deficientes em Portugal.

A FPOD, esteve representada em Milão pela responsável do departamento de Marketing e Comunicação - Marta Restello, que recebeu o prémio das mãos do presidente do FICTS (Fédération Internationale Cinéma Télévision Sportifs) - Prof. Franco B. Ascani.
O filme vencedor pode ser visto no endereço <http://www.youtube.com/watch?v=evC5-M27WIM> ou solicitado por e-mail, sendo enviado em formato wmv. Site oficial do festival: www.sportmovies.it. *



ENTREGA DO PRÉMIO

Boccia

A primeira competição internacional de Boccia decorreu durante os V Jogos Mundiais para a Paralisia Cerebral que teve lugar na cidade dinamarquesa de Greve, em Julho de 1982. O Calendário Internacional de Boccia encontra-se estruturado de acordo com o Ciclo Paralímpico / Olímpico do seguinte modo:

- (2004 Jogos Paralímpicos)
- Ano 1 (exemplo 2005) Campeonatos por regiões continentais (Campeonato da Europa)
- Ano 2 (exemplo 2006) Campeonato do Mundo (Brasil, Rio de Janeiro)
- Ano 3 (exemplo 2007) Taça do Mundo de Boccia (Canadá, Vancouver)
- Ano 4 (exemplo 2008) Jogos Paralímpicos (Pequim / Beijing 2008)
- (2009 Campeonato da Europa).

Fazem parte do ranking mundial 34 países e são mais de 40 os países que fomentam boccia para deficientes nos cinco continentes do globo.

BOCCIA EM PORTUGAL

Os Jogos Paralímpicos de 1984 foram a estreia da Seleção Nacional de Boccia numa competição internacional e, simultaneamente, a primeira presença nos Jogos Paralímpicos. A primeira competição nacional de boccia também tem lugar em 1984 por ocasião do primeiro Campeonato Nacional de Desporto para a Paralisia Cerebral, que foi disputado no Estádio Nacional do Complexo Desportivo do Jamor, sito na Cruz Quebrada.

Portugal já organizou três Grandes Eventos Internacionais: Taça do Mundo (Coimbra, 1991), Campeonato do Mundo (Póvoa de Varzim, 2002) e Campeonato da Europa (Póvoa de Varzim, 2005).

Portugal prepara-se para apresentar a candidatura para a organização em Lisboa, em 2010, do Campeonato do Mundo. A apresentação oficial decorrerá durante a Conferência e a Assembleia-geral da CP-ISRA que terá lugar nos dias 17 e 18 de Novembro em Lisboa.

PEQUIM 2008

1. Provas abertas são 7, todas mistas, 4 são individuais e 3 colectivas, de acordo com as seguintes classes:

- a. Individual BC1
- b. Individual BC2
- c. Individual BC3
- d. Individual BC4
- e. Pares BC3 (competição colectiva entre equipas de 2 jogadores cada)
- f. Pares BC4 (competição colectiva entre equipas de 2 jogadores cada)
- g. Equipa BC1/BC2 (competição colectiva entre equipas de 3 jogadores cada)

2. Número de medalhas em disputa serão, um total de, 7 de ouro. O número total de medalhas possíveis conquistar com a participação em 7 provas, de um total de 9 jogadores, é de 7 medalhas de ouro e de mais 5 nas provas individuais.

3. Quota total é de 88 jogadores, distribuídos 68 (77%) para masculinos e 20 (23%) para femininos.

4. Número máximo de jogadores por país é de 9 distribuídos 4 para a Equipa, mais 3 para Par BC3 e 2 para Par BC4.

5. Para um total de 9 jogadores inscritos 2 (22%) deverão ser do **sexo feminino**.

6. Prazo limite e método de qualificação é a posição no ranking da CP-ISRA até 30 Novembro de 2007, distribuídos 44 atletas para a Equipa BC1/BC2*, 21 atletas para Par BC3 e 7 atletas para Par BC4. A este total de 79 atletas que não se qualificarem através do ranking acresce mais 9 para o país organizador (Pequim). Caso a China se qualifique através do Ranking os lugares serão alocados ao país, imediatamente, que se encontra no ranking e que não se tenha qualificado.

7. Período de qualificação teve início a 1 de Janeiro de 2005 e termina a 30 Novembro de 2007.

8. Prazo Qualificação Final será conhecido a 3 de Dezembro de 2007 a quota que caberá a Portugal por prova / categoria.

9. Seleção Final portuguesa para o Boccia será conhecida até 7 de Julho de 2008.

PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS DE QUALIFICAÇÃO

1. Ano 1 – 2005 (competição por região continental, i. e., Europeu) Campeonato de Europa 2005, Póvoa de Varzim, Portugal.

2. Ano 2 – 2006 (competição de nível mundial) Campeonato do Mundo 2006, Rio de Janeiro, Brasil 3 a 10 de Outubro.

3. Ano 3 – 2007 Taça de Mundo de Boccia 2007, Vancouver, Canadá de 8 a 20 de Maio. *

MUNDIAL DE BOCCIA RIO DE JANEIRO

O DIÁRIO DOS ATLETAS PORTUGUESES

TEXTOS MARIA LANITA (FEDERAÇÃO PORTUGUESA DESPORTO PARA DEFICIENTES) - FOTOS GRIAN DE SOUZA / FERNANDO SOUTELLO

DIA 06 OUTUBRO 2006 Jogadores portugueses em grande forma

Hoje o Mundial de Boccia, que decorre no Rio de Janeiro, teve inicio com 4 vitórias das jogadoras portuguesas durante o período da manhã. Na fase de pools BC1, António Marques venceu o mexicano Martín Figueroa por 9-0, tendo João Paulo Fernandes sido derrotado pelo chinês Zhiqiang Yan num jogo bastante disputado e que teve o resultado final de 4-3. Em BC2, José Macedo impôs-se à brasileira Roberta Vilela por 14-0, Mário Peixoto venceu a finlandesa Jari Ihammukanen por 12-1 e Armando Costa desrotou a neozelandesa Amanda Slade por 6-2.

Durante a tarde voltam a entrar em prova João Paulo Fernandes e António Marques, bem como, Fernando Ferreira, Pedro Silva e Cristina Gonçalves da classe BC2 e Bruno Valentim, Fernando Pereira e Pedro da Clara da classe BC4.

Ontem à noite decorreu a Cerimónia de Abertura no Morro da Urca, evento no qual esteve presente o Consul de Portugal no Rio de Janeiro e a sua esposa que conversaram com a seleção portuguesa e congratularam os jogadores pelo seu esforço e excelentes prestações. *



ANTÓNIO MARQUES EM PROVA

JOÃO PAULO FERNANDES EM PLENO LANÇAMENTO

DIA 07 OUTUBRO 2006 Portugal em destaque

A equipa portuguesa continua em destaque no Mundial de Boccia que decorre no Rio de Janeiro.



ANTÓNIO MARQUES VÊNCIA A JOGAR

Com a competição ainda na fase de qualificação, os jogadores portugueses lutam por um lugar na próxima fase, continuando a demonstrar porque ocupam os lugares cimeiros dos rankings mundiais. Portugal continua a dar cartas no Mundial de Boccia com excelentes prestações e algumas pesadas vitórias sobre os adversários. Ontem à tarde entraram em prova diversos jogadores portugueses:

- Em BC1, João Paulo Fernandes impôs-se ao brasileiro José Carlos Oliveira por 9-1 e António Marques beneficiou da falta de competição do seu adversário, o coreano Dong Jin Yi;
- Em BC2, Pedro Silva venceu o holandês Petrus Peeters por 5-1, Cristina Gonçalves derrotou a norte-americana Bridgit Mason por 14-0 e Fernando Ferreira bateu a canadiana Nathan Moss por 10-2;
- Em BC4, Bruno Valentim venceu o britânico Peter McGuire por 4-3. Fernando Pereira realizou um excelente jogo, mas a chinesa Cuiqin Qi acabou por vencer por 4-3 e Pedro da Clara impôs-se ao espanhol José María Dueño Villar por 6-3. Este jogo vai ser cancelado, uma vez que a equipa de clas-

sificadores continua a não considerar o jogador português como elegível para participar num Mundial desta modalidade. Pedro da Clara foi excepcional e venceu um dos jogadores mais bem posicionados no ranking mundial. A este propósito, Helena Bastos, Seletoradora Nacional e Chefe de Delegação, referiu que "Ele é um excelente jogador e nós vamos continuar a investir nele". Já hoje de manhã, na classe BC1, João Paulo Fernandes voltou a ganhar ao vencer a norueguesa Elizabeth Wilhelmsen por 10-2, bem como, o seu companheiro António Marques que derrotou o belga David Borges por 7-1. Na classe BC2, Fernando Ferreira, Pedro Silva e Cristina Gonçalves também levaram a melhor sobre os seus adversários. Fernando Ferreira venceu a britânica Bernadette Leslie por 9-0, Pedro Silva o coreano Daesun Yoon por 8-1 e Cristina Gonçalves o finlandês Vesa Kolvinniemi por 9-0.

Durante a tarde entraram em prova Pedro Silva, Bruno Valentim, Fernando Pereira, Armando Costa, José Macedo e Mário Peixoto. *

DIA 08 OUTUBRO 2006 Portugal voa para a fase seguinte

Com a excelência a que já nos habituaram, nove atletas portuguesas passaram à fase eliminatória do Mundial de Boccia que decorre no Rio de Janeiro até 14 de Outubro.

Ao fim de diaz e meio de competição, o saldo da participação portuguesa é muito positivo com 9 jogadores portugueses a apurarem-se para a fase eliminatória do Mundial de Boccia.

Na classe BC1, João Paulo Fernandes venceu esta manhã o britânico David John Smith por 5-4 e António Marques o austriaco Gerhard Gaileitner por 4-3, assegurando, assim, o 1º lugar dos respetivos grupos e a passagem aos octavos-de-final da competição.

Na classe BC2, Fernando Ferreira e Cristina Gonçalves também venceram hoje de manhã as respetivas partidas. Fernando Ferreira bateu o japonês Takayuki Hirose por 12-0 e Cristina Gonçalves impôs-se ao neozelandês Jeremy Morris por 6-1. Hoje de tarde entra ainda em prova Pedro Silva que vai defrontar o norueguês Alfredur Olsen, depois de ontem ter vencido o holandês Erik van der Eijk por 5-1. Os três jogadores portugueses já asseguraram o 1º lugar dos respetivos grupos. Na classe BC3, Armando Costa, que ontem venceu Hung Pan Hui de Hong Kong por 16-0, vai esta tarde defrontar o dinamarquês Daniel Bente, contudo, já assegurou a passagem aos oitavos-de-final como primeiro do seu grupo de qualificação.

José Macedo e Mário Peixoto jogam, igualmente, esta tarde, depois de ontem terem vencido o suíço Sébastien Hoegnel por 14-1 e o mexicano Javier Ebengen por 13-0, respectivamente. Os dois jogadores portugueses ocupam o 1º lugar dos respetivos grupos, mas dependem do jogo de hoje para manter esta posição, apesar de já estar assegurada a passagem à fase seguinte.

No classe BC4, Bruno Valentim já se encontra nos oitavos-de-final, dependendo do jogo de hoje para

manter a liderança do seu grupo.

Ontem à tarde, o jogador português desrotou o brasileiro José Roberto da Silva por 14-3. Fernando Pereira somou a sua segunda derrota, ao ser batido pelo checo Radek Prochazka por 6-3 num jogo bastante disputado, não conseguindo, assim, a qualificação para os oitavos-de-final da competição, malgrado ainda esta tarde frente ao espanhol Desamparados Basual, 1º classificado do seu grupo.

Helena Bastos, Seletoradora Nacional e Chefe de Delegação, explicou a razão destes bons resultados: "Os jogadores têm feito boas prestações, estão muito concentrados", adiantando, no entanto, que "Estão a aparecer muitos adeptos novos e o nível competitivo está a subir muito". Com a passagem à fase seguinte, a Seletoradora refere que "a próxima fase é a eliminar e qualquer falha pode deixar de fora um bom jogador", mas os objectivos pretendidos mantêm-se, afirmando que "O objectivo é tentar chegar ao pódio em todas as classes". *

FERNANDO FERREIRA CONCENTRAÇÃO ANTES DO LANÇAMENTO



CRISTINA GONÇALVES
ULTIMO JOGO EM QUALIFICAÇÃO

DIA 09 OUTUBRO 2006 Portugal segue em frente rumo aos oitavos e quartos-de-final

Ao inicio da tarde do 4º dia de competição, sete jogadores portugueses encontram-se em prova no Mundial de Boccia, que decorre no Rio de Janeiro. Pedro Silva, Cristina Gonçalves, José Macedo e Mário Peixoto rumam aos oitavos-de-final, enquanto que Fernando Ferreira, João Paulo Fernandes e Bruno Valentim já se encontram nos quartos-de-final.

A manhã começou bem cedo com Fernando Ferreira, Pedro Silva e Cristina Gonçalves, da classe BC2, a apurarem-se para os oitavos-de-final. Fernando Ferreira eliminou o neozelandês Maurice Toon por 5-1, Pedro Silva afastou o canadense Adam Dukovský por 9-5 e Cristina Gonçalves aplicou 9-5 ao japonês Takayuki Hirose. Fernando Ferreira voltou a jogar ao inicio da tarde, carimbando o passaporte para os quartos-de-final, ao lado do argentino Fabio Cortez por 5-2.

Na classe BC3, dois jogadores apuraram-se para os oitavos-de-final. O primeiro a entrar em competição foi José Macedo que venceu Wai To, de Hong Kong, ao vencer por 17-0. De seguida, Mário Peixoto bateu o argentino Fabio Ruggenzi por

16-0. Armando Costa não conseguiu o apuramento ao ser derrotado pelo espanhol José Manuel Rodriguez por 5-1. No entanto, este foi um jogo bastante equilibrado, em que o jogador português quase conseguiu levar a melhor sobre o espanhol, 3º no ranking mundial.

Na classe BC1, João Paulo Fernandes apurou-se para os quartos-de-final ao vencer o argentino Maurice Ibarburu por 5-1. António Marques foi afastado pela finlandesa Leena Sarela por 5-2, num jogo bastante renhido.

Em BC4, Bruno Valentim conseguiu a passagem aos quartos-de-final, eliminando a espanhola Desamparados Bakayor por 8-5.

O Mundial chega, assim, ao 4º dia de competição com um balanço positivo por parte do Delegado Técnico do IBC (International Bocce Committee), Joaquim Viegas, que refutou que "O Mundial está a correr bem em termos de organização, existem alguns problemas próprios deste local não ser específico em termos desportivos, mas que têm sido prontamente resolvidos por parte da comissão organizadora" adiantando, igualmente que

"existe uma compreensão geral de todos os elementos envolvidos quanto a esta situação e, por isso, tudo tem corrido pelo melhor". O alojamento e a alimentação também receberam os elogios do Delegado Técnico: "Os hóspedes têm boas condições apesar de não serem adaptados a cadeiras de rodas e a alimentação também é muito boa".

A única questão apontada está relacionada com o processo de reclassificação. "A reclasificação de atletas nunca tinha sido feita durante a competição, porque isto provoca alterações em todo o sistema desportivo, mas mesmo esta situação foi ultrapassada e resolvida" concluiu Joaquim Viegas. *



ARMANDO COSTA NO JOGO DOS 16 AVOS-DE-FINAL



MÁRIO PEIXOTO EM GRANDE FORMA

DIA 10 OUTUBRO 2006 Pedro Silva e Bruno Valentim atingem a final



Bruno Valentim: Lançamento em direção à pista



PEDRO SILVA: CONCENTRADÍSSIMO PARA O LANÇAMENTO

No 5º dia de competição, Pedro Silva e Bruno Valentim vão disputar as finais de BC2 e BC4, respectivamente, no Mundial de Boccia que decorre no Rio de Janeiro. Mário Peixoto vai disputar o 3º e 4º lugares de BC3, depois de um jogo verdadeiramente impróprio para cardíacos.

Pedro Silva atingiu hoje de manhã a final de BC2, onde venceu a francesa Karen Kwok de Hong Kong. O jogador português eliminou nas meias-finais o espanhol José Javier Corto por 4-3 e nos quartos-de-final a sua compatriota Cristina Gonçalves por 3-2.

Bruno Valentim eliminou nas meias-finais de BC4 Yuk Wing Leung, de Hong Kong, por 6-3 e vai agora defrontar na final o espanhol José María Dueñas Villar. Ontem, o jogador luso bateu nos quartos-de-final o espanhol José Vicente Gómez por 9-0. Mário Peixoto vai disputar o 3º e 4º lugares de BC3, onde irá encontrar o espanhol José Manuel Rodríguez.

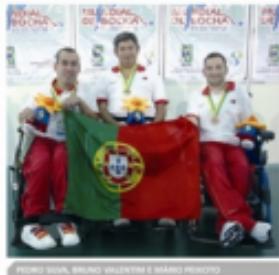
que: Mário Peixoto protagonizou dois excelentes jogos nas meias e quartos-de-final. Na meia-final acabou por ser afastado pelo grego Grigoris Polychronidis num jogo que teve que ser resolvido no tie-break e em que o jogador grego apenas venceu por um ponto de vantagem. Nos quartos-de-final, o jogador português bateu o canário Howon Jeong também no tie-break.

Nos outros jogos de ontem à tarde, na classe de BC1, João Paulo Fernandes e António Marques realizaram excelentes partidas, apenas tendo sido afastados nos quartos-de-final e oitavos-de-final, respectivamente. João Paulo Fernandes perdeu frente ao espanhol José Vázquez por 7-0 e António Marques frente à finlandesa Leena Sarela por 5-2. Em BC2, Fernando Ferreira cedeu frente a Karen Kwok, de Hong Kong, por 5-2 e na classe de BC3, José Macedo foi afastado pelo coreano Heon Park por 5-4, num jogo altamente disputado. *

DIA 10 OUTUBRO 2006 Três medalhas para Portugal

Ouro, Prata e Bronze foram as medalhas arrecadadas por Portugal no final da competição individual no Mundial de Boccia que decorre no Rio de Janeiro. A Selecção Nacional prepara-se agora para a competição de pares e por equipas que começa na próxima quinta-feira.

Com uma prestação excelente, Bruno Valentim sagrou-se Campeão do Mundo de BC4 ao bater na final o espanhol José María Dueñas Villar por 4-2. O jogador português estava visivelmente feliz no final. Pedro Silva alcançou a Prata em BC2 frente à Karen Kwok de Hong Kong, onde apenas ficou decidido o vencedor no tie-break, depois de terem empatado a 3 pontos nos percursos de jogo. Pedro Silva, claramente emocionado no fim do jogo, referiu que "Foi muito bom, sem dúvida forçoso", adiantando que "Agora é pensar na competição de equipas, sei que vamos dar o nosso melhor".



PEDRO SILVA, BRUNO VALENTIM E MÁRIO PEIXOTO

Mário Peixoto ganhou a Medalha de Bronze em BC3 ao bater o espanhol José Manuel Rodríguez por 7-1. O jogador português estava muito feliz no final, afirmando que: "É uma sensação muito boa, é a prova que o trabalho dá frutos. No final senti-me muito aliviado e uma enorme alegria", acrescentando que: "Esta medalha é um incentivo para ir mais longe, o meu objectivo é ir aos Paralímpicos". Esta tarde tem lugar a Assembleia dos Atletas, onde os candidatos a representantes dos atletas irão apresentar o seu programa de candidatura, sendo a eleição entre os dias 11 e 14 de Outubro. Posteriormente, terá lugar a Assembleia-Geral do IBC (International Bocce Committee) onde serão apresentados e explicados os critérios de qualificação para os Jogos Paralímpicos de Pequim 2008, bem como, o Calendário Internacional entre 2009 e 2012. *

DIA 12 OUTUBRO 2006 Portugal entra a vencer na competição colectiva

Terminada a competição individual com 3 medalhas, os jogadores portugueses voltaram a entrar hoje em prova na competição colectiva (equipas e pares BC1 e BC4) com 4 vitórias na sessão da manhã.

Na competição por equipas (BC1-BC2), Portugal venceu o seu primeiro jogo da fase de pool frente à República Eslovaca por 6-5. A equipa escolhida foi Pedro Silva, substituído mais tarde por Cristina Gonçalves, António Marques e Fernando Ferreira. Portugal, 1º no ranking mundial, integra o grupo

da Noruega (12º no ranking), Japão (13º no ranking), México e República Eslovaca que ainda não possuem ranking, dado que esta é a primeira vez que participam numa prova internacional. Em pares BC3, Mário Peixoto e José Macedo venceram a China por 6-2. Portugal, 3º no ranking, integra a grupo da Tailândia (8º), Dinamarca (13º) e China (22º). Em pares BC4, Bruno Valentim e Fernando Pereira também levaram a melhor sobre a dupla da Grã-Bretanha ao vencer por 7-3. No segundo jogo da

manhã, venceram a África do Sul por 5-1. Portugal é o 1º classificado no ranking, seguido da Argentina (6º), Canadá (7º), África do Sul e Grã-Bretanha, sem ranking ainda.

Na sessão da tarde, Portugal joga frente ao México na competição por equipas, defronta a Dinamarca em pares BC3 e o Canadá em pares BC4. *



PORTUGAL FRENTE À REPÚBLICA ESLOVACA

DIA 13 OUTUBRO 2006 Portugal na liderança

Depois do 1º dia de competição colectiva, Portugal ocupa a liderança na competição por equipas e pares BC3 e BC4.

Em equipas (BC1-BC2), Portugal derrotou, na tarde de ontem, o México por 16-2. A equipa escolhida foi Cristina Gonçalves, substituída mais tarde por Pedro Silva, Fernando Ferreira e João Paulo Fernandes. Já hoje de manhã, António Marques, Fernando Ferreira e Pedro Silva, substituído posteriormente por Cristina Gonçalves, bateram o Japão por 10-2. Desta forma, a um jogo do término da fase de pool, Portugal ocupa o 1º lugar e vai defrontar a Noruega, 3º classificada no grupo. Em pares BC3, Armando Costa e Mário Peixoto venceram a Dinamarca por 5-2. Esta tarde, a dupla portuguesa, que se encontra em 1º lugar, defronta a Tailândia, 2º do grupo de qualificação. •

DIA 14 OUTUBRO 2006 Portugal segue em frente até aos quartos e meias-finais

No último dia de competição, Portugal disputa a fase final do Mundial de Boccia na competição colectiva, encontrando-se nas meias-finais em pares BC4 e nos quartos-de-final em equipas e pares BC3. Em pares BC4, Bruno Valentim e Fernando Pereira bateram nos quartos-de-final a Espanha por 7-4 e irão disputar frente à República Checa a passagem a final.

Em equipas (BC1-BC2), Portugal alcançou ontem a tarde os quartos-de-final ao derrotar a Noruega

Em pares BC4, Bruno Valentim e Fernando Pereira derrotaram ontem à tarde o Canadá por 4-3. Hoje à tarde, os jogadores portugueses, que ocupam a liderança, encontram-se com a Argentina, última classificada do grupo.

Portugal demonstra, assim, a razão de ser uma das equipas favoritas a estar presente na fase final. Helena Bastos, Selecctionadora Nacional e Chefe de Delegação, refere que "Estamos a contar passar a fase seguinte em todos os grupos. Nos quartos-de-final existem equipas reescadas e, por isso, não sabemos ainda quais são os nossos adversários. Partimos do princípio que é mais ou menos acessível". Contudo, a Selecctionadora adversaria ao perigo das meias-finais: "Existem equipas muito fortes e a tudo depende da inspiração do momento". •



PORTRUGAL REVIVE ESTRATEGIA



PORTUGAL PASSA NOS QUARTOS-DE-FINAL

por 9-4. Hoje, a equipa portuguesa defronta a Irlanda e em caso de vitória encontra o vencedor do jogo entre Hong Kong e a Argentina.

Em pares BC3, Armando Costa e Mário Peixoto confirmaram o 1º lugar do grupo e a passagem aos quartos-de-final ao vencer a dupla tailandesa por 10-1. Hoje de manhã, a dupla portuguesa defronta o Canadá e em caso de passagem às meias-finais encontra o vencedor do jogo entre a Coreia e a Argentina. •

DIA 14 OUTUBRO 2006 Portugal rumo à final

Mais uma vez, as excelentes prestações dos jogadores portugueses conduziram a Seleção Nacional à final do Mundial de Boccia, desta vez na competição colectiva. As 16h locais, a equipa BC1-BC2 e os pares BC4 irão lutar pelo lugar cimeiro do pódio. As 14h30, os pares BC3 vão disputar o 3º e 4º lugares.

Em equipas (BC1-BC2), Portugal, 1º no ranking mundial, confirmou o seu favoritismo e atingiu a final ao bater nas meias-finais Hong Kong (5º no ranking) por 11-1, depois de nos quartos-de-final ter afastado a Irlanda (6º no ranking) por 8-3.

A equipa lusa defronta agora a Nova Zelândia (4º no ranking) que bateu a Grã-Bretanha por 6-5.

Em pares BC4, Bruno Valentim e Fernando Pereira alcançaram também a final, derrotando nas meias-finais a República Checa (9º no ranking) por 5-0. A final teve como protagonistas os dois primeiros classificados no ranking: Portugal e Hungria. Esta última afastou Hong Kong por 4-2. Em pares BC3, José Macedo, substituído depois por Armando Costa e Mário Peixoto cederam nas meias-finais frente à forte seleção da Coreia (2º no ranking) por 9-3. No inicio da manhã, a dupla portuguesa impôs-se ao Canadá (4º no ranking) por 4-3. A disputa entre o 3º e 4º lugares será uma autêntica final ibérica com Portugal (3º no ranking) a encontrar a Espanha (1º no ranking). •

DIA 14 OUTUBRO 2006 Portugal de Ouro



FERNANDO PEREIRA E BRUNO VALENTIM
CAMPEÕES DO MUNDIAL



JOSÉ MACEÇO, MELHOR MARCADOR



PRATA PARA A EQUIPA BC1-BC2

Portugal terminou o Mundial de Boccia da melhor forma, alcançando duas medalhas na competição colectiva que se vêm juntar às três medalhas arrecadadas na competição individual. Em pares BC4, Portugal obteve o ouro e na equipa BC1-BC2 a prata. José Macedo, jogador português de BC3, foi o melhor marcador do Mundial de Boccia que terminou hoje no Rio de Janeiro.

Em pares BC4, Bruno Valentim e Fernando Pereira derrotaram a Hungria por 4-3. Num jogo impróprio para cardíacos, a dupla portuguesa deu a reviravolta ao resultado, sagrando-se, assim, Campeão do

Mundo. Fernando Pereira que fez o último e decisivo ponto para Portugal afirmou que "não há palavras para descrever o que senti, foi umextrême de todas as emoções e todas as sensações negativas que tive ao longo do Campeonato, foi como se fosse um vulcão de alegria a explodir dentro de mim" acrescentando que "o objectivo agora é participar na Taça do Mundo no Canadá e demonstrar na competição individual o valor que realmente tenho".

Em equipas BC1-BC2, Portugal sagrou-se Vice-Campeão do Mundo frente à seleção da Nova

Zelândia ao ceder por 8-6, numa partida muito disputada e equilibrada.

Em pares BC3, José Macedo e Armando Costa alcançaram o 4º lugar. O par português perdeu no desempate frente à Espanha, depois de terem empatado a três pontos nos parciais de jogo. José Macedo foi o melhor marcador do Mundial de Boccia ao marcar 68 pontos em 6 jogos, o que equivale a uma média de 11,33 pontos por jogo. No top 10 temos ainda em 5º lugar Armando Costa, em 6º Fernando Pereira e em 9º Mário Peixoto. •

FRANCISCO INOCÊNCIO

VISÃO E GARRA

O sonho do Dakar começou quando?

F. I. *Há cerca de 6 anos, quando comecei a correr. Quando se entra numa modalidade queremos chegar sempre ao ponto mais alto, no caso dos automóveis o patamar é o Dakar.*

Qual a melhor experiência desde que participas no Dakar?

F. I. *Já estive em 2 Dakar e foram todas más (risos). A realidade é que as coisas não têm corrido bem. Em 2005 desisti logo em Barcelona por ninguém ter reparado que o meu carro estava sem combustível. O ano passado correu pela empresa que montamos, a RedLine e... capote quando era o 2º melhor classificado português. A melhor experiência mesmo foi ver o meu irmão a chegar ao fim, que também quis desistir, mas não deixei e fui acompanhando-o e dando força para seguir e chegar ao Lago Rosa.*

As perspectivas para este ano contam com o lema "à 3ª é de vez", suponho!

F. I. *Sim, acabar! À 3ª tem mesmo que ser de vez. O objectivo, tal como das outras vezes é chegar ao fim, não corro ficar pelo caminho. Acabando, fico sempre em boa posição.*

A RedLine Off Team Team é maior equipa privada portuguesa. Num esquema não existente em Portugal. Têm pilotos na vossa equipa aos quais prestam assistência. Como surgiu essa ideia?

F. I. *Após 2005, com a desistência logo no inicio e querendo continuar a participar no Dakar, tinha 2 hipóteses: ou agarrava-me a uma equipa estrangeira, como tinha feito e corrido mal, ou montava a minha própria equipa que pudesse autosustentar e permitir correr o Dakar em condições - dai nasce a RedLine. A RedLine existe desde 2002, no ano em que andei a fazer o Campeonato Espanhol com o Henrique Dominguez. É uma estrutura que tem tudo aquilo que preciso para fazer a corrida do inicio ao fim.*

É o mentor da maior equipa privada portuguesa a correr no Dakar, a RedLine. Francisco Inocêncio espera que este ano seja de vez! Tem tanta visão como garra e quem o ouve não quer ficar de fora nesta aventura do desporto automóvel. Com 39 anos não desiste e leva consigo uma equipa à qual chama de família.

A equipa é composta por quantas pessoas?

F. I. *Este ano somos 21 (ano passado estávamos 14): 8 pilotos e mais 13 pessoas, entre mecânicos, team manager e logística. Levamos 8 carros, 4 Mitsubishi Pajero DID de corrida, 2 camilões Mercedes 6x6 "T5", um Toyota HDJ 80 "T5" e um outro camião Mercedes 4x4 que acompanha a nossa corrida que, na eventualidade de termos algum problema em termos mecânicos, temos uma solução imediata. Num total, 21 pessoas distribuídas por 8 carros.*

Contigo vai uma equipa de 21 pessoas, alguns deles já estiveram contigo o ano passado. Como se motiva uma pessoa que não está em prova para ir acompanhar e dormir mal?

F. I. *Há um grande laço de amizade com as pessoas que trabalham connosco. Os pagamentos também são acima da média, mas querer acreditar e é isso que penso... eles sentem que este projecto é tanto deles como meu. Somos uma família, comemos todos na mesma direcção, no mesmo sentido, lutamos todos pela mesma causa.*

Como se passam 15 dias no deserto?

F. I. *É preciso muita força de vontade porque as condições que temos por lá são às vezes surreais. Estamos habituados a 350 dias do ano a ter tudo, chegarmos ali e não podermos tomar banho quando apetece, nem podemos comer sempre que apetece, dormir em biquetas e com o buranho dos motores, são 15 dias alucinantes. Apesar de tudo a experiência é tão fascinante que voltamos a repetir, temos que gostar mesmo muito do que estamos ali a fazer.*

A eterna questão: apoios?!

F. I. *São muito difíceis. O ano passado conseguimos 75% do projecto. Este ano ainda vamos nos 50%, com viabilidade de conseguirmos mais, mas continuamos a esperar. Se esperássemos por um projecto totalmente financiado, muito dificilmente iríamos a Dakar!*





Uma vez que o Dakar envolve muito dinheiro e também porque é uma empresa à volta desta prova vês tudo isto como um projecto pessoal ou profissional?

E. I. *N* Começou em 2003 como um projecto pessoal, mas pelo crescimento e desenvolvimento tornou-se profissional. No entanto é algo com que me envolvo muito emocionalmente; se não fosse uma paixão, não tornaria todos estes mistérios!

Quanto a projectos futuros...

E. I. *N* Para o ano estou a pensar fazer a Taça do Mundo e começar uma vertente de organização de eventos para as empresas.

Queres explicar-nos melhor esse novo projecto?

E. I. *H* Temos os carros o ano inteiro e são apenas usados durante 4 meses (preparação para Dakar) e uma ou outra prova que exige (durante os restantes 8 meses do ano os carros estão parados). Estamos a pensar apresentar às empresas um pacote de experiências – 1 semana em Marrocos - onde vamos conjugar uma vertente de aventura (conduzir no deserto) aliada a uma vertente cultural (visitar Fez e Marrakech). O objectivo é proporcionar uma experiência diferente, e dar a conhecer uma cidade tão perto de nós e que muita gente não conhece.

(...) chegamos ali (deserto) e não podemos tomar banho quando apetece, não podemos comer sempre que apetece, dormir em bivaques e com o barulho dos motores, são 15 dias alucinantes.

Em tudo isto qual o ponto mais alto?

E. I. *N* É a chegada ao Lago Ilissia. Ver os carros em que trabalhámos horas a fio chegarem à meta.

Para terminar, e porque pelo segundo ano consecutivo o Dakar sai de Lisboa, como é sair de Portugal?

E. I. *H* Em 2005 saí de Barcelona e estava muita gente, mas sair de Lisboa é completamente diferente! Não sei explicar, mas saber que pessoas de todas as idades estão ali a apoiar-nos e a torcer por nós dá-nos uma força imensal! Sentimos muito as pessoas, somos portugueses, somos capazes, a massa humana dá muita força à equipa. ♦

MARTA OLIM

todo-o-terreno turístico



CALENDÁRIO NACIONAL TT TURÍSTICO

NOVEMBRO	DESIGNAÇÃO	ORGANIZADOR	LOCAL
25	TraMtu 4x4 Plus Algarve: Sair TT Radical 2006	Avis Cultural de Sair	Sair
DEZEMBRO	DESIGNAÇÃO	ORGANIZADOR	LOCAL
1 a 3	Rota da Gastronomia / Vinhos	Clube Manresa	R. A. Madeira
1 a 3	22.º Lisboa - Algarve	Clube Todo-O-Terreno	Loures - Vilamoura
2	Festivais e Aventura V	Cigarro TT	Almada - Arnel da Pataca
3	5.º Passeio Moto 4	Asl Utoral Aventura	Vila Nova de Sta. André
8 e 9	XII Passeio TT Rota das Mós	C. Aut. Porto de Mós	Ponto das Mós
10	Prova do C.N. Trial Aventura-Red: Trial Alcochete 2006	J. Freg. Turquel	Alcochete
16	Prova do C.N. Navegação 4x4: Desafio Recip 2006	CL Todo-O-Terreno	Alvalade
29 e 1	Passeio Turístico Dakar / Passagem de Ano	Jagaventura	Alentejo

C. NAC. NAVEGAÇÃO 4X4 - RTP - LAND ROVER

CLASSIFICAÇÃO GERAL AACP 11ª PROVA

PLACAR/NAVIGADOR	ESQUILA	TOTAL
Carlos Ferreira António Salazar	Camel Active Bencar	383
António Moreira Paulo Costa	fly London Bencar	380
Redon Cunha e Jorge Dires	Dape TT	358

CLASSIFICAÇÃO PROVA AAC 2006

ESQUILA	MARKA	TOTAL
Dape TT	LR Defender	5.650
Camel Active - Bencar	LR Defender	4.900
AslAut	Ranger Rover	4.850

TROFÉU ARTUR SERENO 2006

Terreno e prova excepcionais

Realizou-se em 23 e 24 de Setembro de 2006 mais uma prova internacional de planadores rádio controlados, desta feita em novo terreno dentro do Campo de Tiro de Alcoutim, o qual tem características excepcionais para a prática desta classe.

Terreno muito amplo, plano, sem árvores e com um solo arenoso coberto de enxofre macia, mesmo a propósito para as aterragens destes modelos que não possuem trens.

Estiveram presentes 20 concorrentes, sendo oito

espanhóis e doze portugueses, dos quais dois não se classificaram.

A prova decorreu em bom ritmo, tendo sido efectuadas duas mangas de voo no sábado e duas no domingo, embora a última incompleta, devido à pressa que os estrangeiros tinham em se meterem à estrada, para o regresso a casa, alguns com ela bem longe.

A organização deste evento cabe à LIPA, Liga de Iniciação e Propaganda do Aeromodelismo, do Porto, o mais antigo clube de Portugal, este ano

a fazer 69 anos de idade.

Esta prova lembra o nome de um grande do aeromodelismo nacional, Artur Sereno, aeromodelista dedicado em especial ao voo livre, no qual trouxe para o país diversos títulos e um quinto lugar no Campeonato do Mundo. Foi também um dos primeiros sócios da LIPA. *

TEXTO LUCÍENOR DE SOUSA FOTOS IVÁIO LEPPANEN

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

NAME	COUNTRY	POINTS
01 José Quintas	Espanha	9.458
02 José Costa	Portugal	9.034
03 Jorge Infante	Portugal	8.986



MONTAGEM DO PLANADOR



LANÇAMENTO COM MOTOR ELÉTRICO



PLANADOR EM APROXIMAÇÃO



PLAONADOR EM ATERRISAGEM



MOVIMENTO NA ZONA DE LANÇAMENTO



A SUBIDA



ZONA DOS GUINCHOS ELÉTRICOS DE REBOQUE



OS JUIZES NO SEU POSTO



O VOO



ANTÓNIO VERÍSSIMO, O DIRETOR DE PROVA

columbófilia

ENTREGA DE PRÉMIOS DA SECÇÃO COLUMBÓFILA DA J. D. NEVES

António J. Veríssimo o campeão absoluto

Realizou-se no Ilar do Campo de Jogos do Grupo Desportivo e Cultural das Neves o tradicional almoço-convívio de entrega de prémios da Campanha Desportiva de 2006 da Secção Columbófila da Juventude Desportiva das Neves.

Estiveram presentes mais de duas dezenas de columbófilos, familiares e convidados que se deliciaram com um espetáculo de borrego, tendo no final sido feita a entrega dos merecidos prémios da campanha, que foi alargada devido aos condicionalismos e às restrições por causa da "gripe das aves".

Os prémios entregados desta campanha foram para o campeão absoluto da colectividade onde António João Veríssimo recebeu a faixa de

campeão, nos melhores pombos de velocidade receberam anilhas os três primeiros classificados que foram respectivamente Ernesto Ramos,



Escorja & Guerreiro e António João Veríssimo, para os melhores pombos de meio fundo onde os vencedores foram Ernesto Ramos, António João Veríssimo e Escorja & Guerreiro, para os melhores bonachos receberam anilhas Manuel Mamede Veríssimo & Ricardo Guerreiro e Manuel Mamede novamente e por fim o título de ídolo da sociedade para o columbófilo Ernesto Ramos. Agradecimentos públicos aos patrocinadores que têm colaborado connosco, à Junta de Freguesia das Neves, ao Grupo Desportivo e Cultural das Neves pelo apoio e cedência das suas instalações e aos columbófilos em geral. *

AMILCAR PEREIRA



'EL NIÑO'

A máquina do tempo

acima sem tocar no mesmo, sentido que o ar em contacto com ele aqueceu... pois é assim que começa o "El Niño" ... aquecendo por contacto a atmosfera acima da corrente marítima quente. Agora cada leitor imagine a sua banheira cheia de água quente e a sua casa de banho repleta de vapor de água... o seu espelho está escorrendo gotas de água que ali se condensaram? Claro! Pois o espelho estava mais frio! E precisamente isso que acontece na natureza do fenômeno climático em causa... a atmosfera fica quente, vaporosa e sobe em altitude até que se condense, ai então forma-se uma imensa massa de nuvens carregadas de humidade, que cedo voltam à terra na forma de chuvas violentas e constantes... o fenômeno embala, garra força... tememos então as tempestades próprias de toda esta instabilidade.

Quais os efeitos na economia mundial?... o "El Niño" perturba de forma dramática a natural evolução e desenvolvimento de culturas como o trigo (por exemplo) pois em zonas onde nessa altura do ano é normal chover... tememos secas impedindo o seu desenvolvimento... é o caso da Califórnia, do sul do Canadá, etc... Na Indonésia tivemos recentemente incêndios violentos e muito vastos provocados por secas na altura do ano em que é normal chover, assim como na Austrália.

O nordeste brasileiro também é uma das zonas do mundo bastante afectadas... a máquina do tempo, o "El Niño" em particular tende sempre a "equilibrar" as costas... se chove onde não devia... temos seca onde também não devia, os prejuízos económicos são imensos... outro aspecto relevante... é o aquecimento das águas, pois afasta das costas de alguns países o pescado normalmente capturado... a situação de mau tempo prolongada afecta também o normal tráfego marítimo e aero.

Por outro lado as consequências em vidas humanas e prejuízos materiais deixam a chaves e secas são algo que, principalmente nos países menos desenvolvidos continuam a ser catastróficos, bens perdidos e populações desalojadas, sem dúvida a Humanidade vai ter que aprender a viver com o "El Niño".

Para nós, pilotos de parapente, estas mudanças climáticas devidas ao "Niño" têm sido particularmente difíceis, pois ultrapassam, em muito, as capacidades das nossas fragilas aeronaves... os ventos muito fortes, assim como as chuvas intensas tornam quase impossível o voo livre e os pilotos, quais caçadores de sonhos, vivem estas situações esperando uma "aberta" no tempo, para de novo realizarem o tempo de VOAR! •

JOSÉ KRÜGER BOEIRO / www.escoladevoe.com

golfe

PORUGAL 21º NO CAMPEONATO DO MUNDO POR EQUIPAS

A melhor classificação de sempre

A seleção nacional, composta pelo jovens estreantes António Rosado, Nuno Henriques e Pedro Figueiredo, ficou apenas um "shot" dos 20 primeiros classificados, entre 70 equipes, terminando pela primeira vez com um total agregado abaixo do Par. Numa edição ganha pela Holanda, Henriques foi 16º a nível individual entre 210 jogadores.

Com um total de 143 pancadas, para um total de 573, três abaixo do Par, Portugal não evitou a desida de um lugar na última volta do Campeonato do Mundo por Equipas, que terminou nos campos do De Zalze Golf Club e Stellenbosch Golf Club (Jambos Par-72), na Cidade do Cabo, África do Sul.

Mas a 21º posição final é a melhor de sempre para as cores lusas em 25 edições do designado Troféu Eisenhower, criado em 1958.

É certo que, em 1972, Portugal tinha sido 18º, mas nesse ano participaram apenas 32 países, contra o número recorde de 70 em 2006.

A classificação obtida mantiém em tendência crescente o nível exibido em relação às últimas duas edições - 34º em 2002 (com 62 nações) e 26º em 2004 (com 66).

Foi também a primeira vez que o conjunto das quinas somou um total agregado abaixo do Par. Acresce que os nossos representantes, todos eles muito jovens, foram estreantes na competição, o que aumenta as expectativas para a próxima edição, dentro de dois anos. O madriense Nuno Henriques (CG Santo da Serra), de 18 anos, foi a grande figura - e o primeiro luso de sempre a registrar um total agregado abaixo do Par. O seu resultado final de 69 pancadas deixou-o num brilhante 16º lugar entre 210 jogadores, com 284 (75-70-70-69), quatro abaixo do Par.

O vencedor individual foi o holandês Will Ileseling, com 275.

«É mais um motivo de orgulho», disse o madeirense em relação à sua prestação. Joguei bastante bem nos últimos três dias, o que me dá motivação para continuar a melhorar», acrescentou Henriques, que na última volta assinalou nada menos que sete "birdsies", contrabalançados por quatro "bogeys". Amanhã viaja directamente para os EUA, onde estuda com uma bolsa de golfe - sendo titular na respectiva equipa que compete no circuito universitário.

E inevitável, no entanto, que tenha havido também um sabor amargo pela classificação final, porque ficou a mitadé sensação de que o trio das quinas tinha capacidade para fazer melhor.

António Rosado (Vilafranca), 21 anos, vice-campeão nacional de amadores e 16º no último Euro-peu Individual, jogou quatro vezes sempre acima do Par, a penalizar uma actuação deslumbrada com o "putter", em contraste com a segurança demonstrada do "tee" ao "green". O algarvio foi 92º individualmente, com 299 (79-73-73-74). Quanto a Pedro Figueiredo (Quinta do Peru), 15 anos, começou em grande nível, com um "score" de 70 pancadas que lhe deu a terceira posição individual na ronda inaugural. Mas a jóven promessa do golfe português, que em Setembro representou duas seleções europeias (de sub-16 e sub-18), nunca se encontrou com o seu ritmo de "swing", dando a concluir os últimos 18 buracos com o mesmo registo de Rosado - 74 pancadas -, num cartão onde apontou um triplo "bogey". Mesmo assim, alcançou um honroso 51º lugar individual, com 290 (70-74-72-74). «O balanço é muito positivo, pode dizer-se que



MÁRQUIS RIBEIRO, PRESIDENTE DA FPG; EP, JOSÉ KRÜGER, COM A SELEÇÃO NACIONAL DE GOLFE: NUNO HENRIQUES, ANTONIO ROSADO, PEDRO FIGUEIREDO, NUNO CRISTÓVÃO, RAFAEL JOSADOURO E PEDRO FIGUEIREDO

foi a melhor classificação de sempre de Portugal no Mundial, tendo em conta que o 18º lugar de 1972 foi obtido com 32 equipas em prova, contra as 70 destas anos, disse Miguel Franco de Sousa, capitão de equipa e secretário-técnico da FPG. «Ficámos a um "shot" do objectivo, que era terminar entre os 20 primeiros, mas não é por isso que vamos dizer que falhamos. Jogámos com uma das mais jovens equipas em prova, e que era totalmente inexperiente no Campeonato do Mundo. Neste último dia, as cores não correram da melhor maneira, cometemos alguns erros que comprometeram. Por outro lado, também fizemos alguns bons "birdsies", acrescentou.

A Holanda sagrou-se campeã, com 554 pancadas (22 abaixo do Par), sucedendo na lista dos vencedores do Troféu Eisenhower aos EUA, que haviam ganho as últimas três edições, mas que desta vez não foram além do último lugar do pódio, com 557. O Canadá foi segundo, com 556. Na terceira posição, os EUA, com 557 pancadas. •

FPG / GOLF PRESS

PORTUGUESES NO RANKING INTERNACIONAL

Gil e Piedade os mais bem colocados

Pedro Sousa e Gastão Elias registam a maior subida



FREDERICA PIEDADE

Frederico Gil e Frederica Piedade continuam como os mais bem colocados tenistas portugueses nos rankings mundiais ao ocuparem os 154.^º e 211.^º posições da tabela ATP e WTA, respectivamente. Já no ranking ITF (Federação Internacional de Ténis) de juniores, Pedro Sousa e Gastão Elias são as "estrelas" nacionais com os 15.^º e 53.^º postos. Michelle Brito é, por sua vez, a tenista júnior em destaque na classificação da ITF, com o 185.^º lugar.

A boa campanha de Frederico Gil na América do Sul, onde participou em dois dos seis torneios da Copa Petrobras, permitiu ao português subir uma posição e classificar-se esta semana em 154.^º do Ranking ATP, seguido por Rui Machado que agora desceu dois lugares e é 520.^º

As maiores "escaladas" foram protagonizadas por Gonçalo Nicau que ascendeu 27 posições e passou para 532.^º e pelo jovem Pedro Sousa que na tabela ATP subiu 113 lugares e é agora 1419.^º

Pedro Sousa que no "seu" ranking de juniores é o 15.^º classificado, depois de ter subido dois lugares. Também em juniores, Gastão Elias - que protagonizou uma excelente prestação nos torneios ATP dos Açores - ocupa o 53.^º lugar, seguido pelo outro português, João Sousa, 114.^º Em femininos Michelle Brito é 185.^º

No ranking WTA, Frederica Piedade desceu onze lugares e é 211.^º, enquanto Magali De Latte passou de 420.^º para 462.^º e Neuza Silva de 504.^º para 506.^º da tabela.

Em as tabelas [entre parêntesis] está a posição anterior:

Ranking ATP - 1.^º (0) Roger Federer (Sui), 8120 pts.; 2.^º (0) Rafael Nadal (Esp), 4270 pts.; 3.^º (0) David Nalbandian (Arg), 2850 pts.; (...), 154.^º (+1) Frederico Gil, 285 pts.; 520.^º (-2) Rui Machado, 50 pts.; 552.^º (+27) Gonçalo Nicau, 45 pts.

1026.^º (-7) Leonardo Tavares, 8 pts.; 1017.^º (-2) Gastão Elias, 6 pts.; 1367.^º (-4) Hugo Aníbal, 2 pts.; 1419.^º (-113) Pedro Sousa, 2 pts.; 1419.^º (0) Frederico Marques, 2 pts.; 1535.^º (-3) José Nunes, 1 pt.; 1535.^º (-3) João Ferreira, 1 pt.

Ranking WTA -

1.^º (0) Amelie Mauresmo (Fra), 3741 pts.; 2.^º (+1) Maria Sharapova (Rus), 3532 pts.; 3.^º (-1) Justine Henin-Hardenne (Bel), 3472 pts.; (...), 211.^º (-1) Frederica Piedade, 128 pts.; 462.^º (-42) Magali De Latte, 34,50 pts.; 506.^º (-2) Neuza Silva, 28,75 pts.; 682.^º (+8) Catarina Ferreira, 15,25 pts.; 817.^º (-18) Ana Catarina Nogueira, 01,25 pts.; 1077.^º (-73) Joana Pangao, 5,25 pts.; 1251.^º (-6) Rita Freitas, 3,50 pts.; 1423.^º (-3) Carla Caetano, 2 pts.

ITF / Juniores Masculinos - 1.^º Thimo de Bakker (Hol), 1350 pts.; (...), 15.^º Pedro Sousa, 590 pts.; 53.^º Gastão Elias, 370 pts.; 114.^º João Sousa, 215 pts.

ITF / Juniores Femininos - 1.^º Anastasia Pavlyuchenkova (Rus), 1630 pts.; (...), 185.^º Michelle de Brito, 175 pts.; 507.^º Maria Guerreiro (Por), 55 pts.; 703.^º Maria João Koehler, 40 pts. ♦



FEDERICO PIEDADE

14.^ª EDIÇÃO SOLVERDE TENNIS CUP

Tavares vence Marques e Neuza faz o tri

Leonardo Tavares e Neuza Silva são os grandes vencedores da 14.^ª edição da SOLVERDE TENNIS CUP, o torneio de 25.000 euros pontuável para o Circuito CITI CIMA, que decorreu no Complexo Ténis de Espinho. E o alívio bateu o mestre. Leonardo Tavares sagrou-se no novo campeão da Solverde Tennis Cup, ao vencer o seu professor Nuno Marques pelos parciais 6/2 e 7/5. Leonardo sucede, desta forma, a Frederico Gil, o grande ausente desde ante ano e que venceu a passada edição curiosamente diante de... Nuno Marques. Com esta vitória, Leonardo Tavares "vinga" da derrota infligida por Marques na final de 2004, ainda no tempo



em que era treinado por Jólio Maia. Na final feminina, Neuza fez o "tri" ao levar de vencida Ana Catarina Nogueira por 6/1, 5/6 e 6/1. A tensão setubalense tem dominado por completo os últimos quatro anos em Espinho, já que, em 2003 perdeu na final com Frederica Piedade e a partir daí nunca mais deixou escapar o título, culminando a vitória de hoje no "tri" da jogadora orientada por Paulo Lucas.

QUADRO DE HONRA

Singulares Masculinos: 1991 - José Dáher (Bra); 1992 - Emanuel Couto; 1994 - João Cunha e Silva; 1995 - Nuno Marques; 1996 - Bernardo Mota;

Gonçalves; 1996 - Bruno Fraguoso v. Bernardo Mota; 1997 - Bruno Fraguoso v. André Lopes; 1998 - Nuno Marques v. João Cunha e Silva; 1999 - Nuno Marques v. Heider Lopes; 2000 - Bernardo Mota v. Tiago V. Sousa; 2001 - Bernardo Mota v. André Lopes; 2002 - Bernardo Mota v. Guilherme Carri (Arg); 2003 - Leonardo Tavares v. Bernardo Mota; 2004 - Nuno Marques v. Leonardo Tavares; 2005 - Frederico Gil v. Nuno Marques.

Singulares Femininos: 1998 - Sofia Fazeres v. Ana C. Nogueira; 1999 - Ana C. Nogueira v. Ana Gaspar; 2000 - Frederica Piedade v. Ângela Cardoso; 2001 - Ana C. Nogueira v. Ângela Cardoso; 2002 - Ana C. Nogueira v. Frederica Piedade; 2003 - Frederica Piedade v. Neuza Silva; 2004 - Neuza Silva v. Magali de Latte; 2005 - Neuza Silva v. Ana C. Nogueira. ♦

corfebol

EUROPA CUP 2007

CC Oeiras dá cartas na Europa

O CC Oeiras representou o nosso país ao mais alto nível, ao vencer todos os jogos da fase de qualificação da Europa Cup 2007 (Taça dos Clubes Campeões Europeus), disputada em Amiens (França), garantindo assim o apuramento para a fase final da referida competição, que se disputará na Bélgica (Antuérpia) entre 11 e 13 de Janeiro.

A citada fase de qualificação, disputada no fim-de-semana de 7 e 8 de Outubro e denominada de Conferência Oeste, teve a seguinte classificação:

1.^º - CC Oeiras (Portugal) - Equipa apurada para a fase final; 2.^º - Mitcham KC (Grã-Bretanha) -

- Equipa apurada para a fase final; 3.^º - CK Vacances (Catalunha); 4.^º - KC Bonson (França); 5.^º - Grasshoppers KT (Luxemburgo).

Para a fase final irão formar-se dois grupos de quatro equipas, que irão ser definido tendo por base o histórico dos respetivos países de cada clube nos últimos quatro anos. Es os oito apurados: DOS 46 (Holanda); Riviera KC (Bélgica); Grun Weiss (Alemão); Orel STU (Rússia); CC Oeiras (Portugal); Mitcham KC (Grã-Bretanha); Szentendre (Hungria); České Budějovice (República Checa). ♦

FOTO GENTILMENTE CEDIDA POR HUGO OLIVEIRA (<http://hugohf.ho.com/>)



ESPAÑA CED

TROFÉU JOSÉ GUIMARÃES

Qualidade na Amadora

O fim-de-semana de 14 e 15 de Outubro assinalou mais uma jornada de esgrima de excelente nível na cidade da Amadora. Em causa esteve a terceira edição do Troféu José Guimarães, uma iniciativa da secção de esgrima da União e Progresso da Venda Nova juntando as principais salas de armas do país que contou com o apoio das Câmara Municipal e Junta de Freguesia locais, além de diversas entidades privadas e que visou homenagear postumamente o "pai" da esgrima na "Cidade de Abril".

No Pavilhão António Ferreira, durante o primeiro dia, as provas decorreram com grande entusiasmo e foi possível assistir a assaltos de grande qualidade técnica, sendo apurados os quatro finalistas.

de cada arma (florete e espada), entre os quais o recente vice-campeão mundial, Joaquim Vídeira, e a concertista esgrimista húngara Edina Knapek.

No segundo dia de competição, as bancadas apresentaram uma moldura humana repleta de um público entusiasta que vibrou com os assaltos proporcionados pelos finalistas. Como sempre acontece neste evento, antes dos combates decisivos, todas as crianças que participaram no concurso de desenho subordinado ao tema "Esgrima" tiveram direito a receber algumas lembranças da parte de alguns condecorados esgrimistas, como a referida húngara ou João Gomes, por exemplo, ou da judoca Telma Monteiro, "madrinha" da

prova. Outros dois momentos altos da tarde, que mereceram uma grande exalação por parte dos presentes, foi a exibição de esgrima em cadeira de rodas, desporto que vem ganhando um cada vez maior número de praticantes no nosso país. Em termos de resultados, a prova de Espada Masculina foi ganha por Heider Borges (APE), que venceu na final o atleta da casa, Hugo Miranda. No quadro feminino, Ana Cabral (GOST) derrotou a anfitriã Ana Gomes.

No Florete Masculino, a vitória sorriu a David Oliveira, vencedor do dedicado José Santos (UPVN). Entre as mulheres, Debora Nogueira (GCP) nunca foi capaz de se opor à citada Edina Knapek, fácil vencedora daquela arma.

Colectivamente, a UPVN dominou, amealdando os prémios para a Melhor Equipa em Espada Masculina, Florete Masculino e Florete Feminino, enquanto o Grupo Desportivo Santander Totta venceu na Espada Feminina. ♦



ESGRIMA DE ALTO NÍVEL EM SINTRA

Simplesmente fantástico

Realizou-se, no Pavilhão do Hockey de Sintra a 1.ª edição do Sintra Masters de Esgrina.

Este evento foi organizado pelo recente Clube de Esgrina de Sintra, em conjunto com a Câmara Municipal de Sintra. De realçar a excelente organização deste evento que contou com a presença de alguns dos melhores atletas do mundo, acompanhados por um ambiente fantástico presente nas bancadas. Para abrangerem as finais, participaram na entrega de prémios o futebolista do S. L. Benfica Rui Costa, assim como o actor Diogo Amaral (Filomena). Também a comunicação social esteve presente com 2 canais de televisão portugueses a fazer a cobertura do evento (RTP e TVI), assim como alguns jornais e revistas.

Além da competição de domingo, devemos realçar as demonstrações feitas junto da população desde sexta-feira. Houve a oportunidade de ver e experimentar esta modalidade em Massamá na Escola Stuart Carvalhos, em Almargem do Rio no pavilhão dos Bombeiros Voluntários e no Palácio da Vila, onde o Presidente da Câmara Municipal de Sintra, o Prof. Fernando Seira, fez um pequeno jogo com o atleta olímpico João Gomes.

No plano desportivo, os atletas da UPVN não poderiam ter tido melhor prestação, pois venciam as competições onde entraram. Na final de Espada Feminina, Ana Gomes venceu com facilidade a atleta espanhola Lara del Campo por 15-6.

No Florete Masculino, João Gomes venceu, na final, o atleta espanhol Javier Menendez por 15-8.

Uma palavra muito especial para o grande responsável na organização do evento o Dr. Vitor Coelho, por ter proporcionado a todos os amantes da esgrima esta oportunidade de juntar alguns dos grandes esgrimistas mundiais, e ao mesmo tempo ter feito deste evento uma das melhores propagandas da esgrima em Portugal. ♦

ESPADA masculina

CLASS.	ATLETA	PAÍS/CLUB
1	Géber Bozisko	Hungria
2	José Luis Albaço	Espanha
3	Filipe Pequito	Portugal (Paredes FC)
4	Joaquim Vídeira	Portugal (AAADM)

ESPADA feminina

CLASS.	ATLETA	PAÍS/CLUB
1	Ana Gomes	Portugal (UPVN)
2	Lara Del Campo	Espanha
3	Tímea Nagy	Hungria
4	Ana Cabral	Portugal (GOST)

FLORETE masculino

CLASS.	ATLETA	PAÍS/CLUB
1	João Gomes	Portugal (UPVN)
2	Javier Menendez	Espanha
3	Michael Ludwig	Austria
4	Anton Berjansk	Hungria

FLORETE feminino

CLASS.	ATLETA	PAÍS/CLUB
1	Edina Knapek	Hungria
2	Aida Mohamed	Hungria
3	Adeline Willerme	Francia
4	Debora Nogueira	Portugal (GCP)



**Spor
Esgrine**
A MARCA DOS CAMPEÕES
SPOR ESGRINE
EDIÇÕES E REPRESENTAÇÕES DESPORTIVAS, LDA.

SEDE:
Av. Coronel Cabral,
n.º 12 B - Venda Nova
2780-218 AMADORA
TEL / FAX 214 761 681
TLM 966 867 789

PORTUGAL OPEN

Maior prova internacional realizada em Portugal



A maior prova internacional realizada em Portugal de Dança Desportiva, decorreu no Pavilhão do Complexo Municipal do Casal Vistoso em Lisboa no dia 23 de Setembro. A partir das 14:00 e até às 23:30 mais de quatrocentos atletas estiveram a dançar ao ritmo das danças latino-americanas (Chacha-chá, Samba, Rumba, Paso Doble e Zével). Este evento foi promovido pela escola de dança da Sociedade Filarmónica Alunos de Apolo com a colaboração da Câmara Municipal de Lisboa, Instituto do Desporto de Portugal, Federação Internacional de Dança Desportiva, Federação Portuguesa de Dança Desportiva e hotel Novotel-Mafra.

Em prova estiveram pares de todo o país mas também de Espanha, Itália, Inglaterra, Viena, Romênia, Alemanha, França e Escócia.

Esta foi a sétima edição de uma prova que tem vindo a conquistar prestígio tanto ao nível nacional como internacional. Anteriormente designava-se "Lisboa Open" mudando este ano para "Portugal Open" para maior destaque internacional. A avaliar os atletas participantes estiveram doze juízes de prova. Olga Mueller e Christa Ferrin, Alemanha; Francisco Gutiérrez e Luis Delgado, Espanha; Tom Gray, Escócia; Alan Ford, Inglaterra; Jean-Luc, França; Fabio Bosco, Itália; Marina Rodrigues, José Carlos Rodrigues e Armando Batista,

Portugal. O Presidente de Júri foi Luis Vafio, Presidente da Federação de Espanha.

A prova da Federação Internacional, parte integrante do ranking mundial foi ganha por Iban Salgado e Adriana Torrebejilla de Espanha. A par da prova internacional foi também realizada a primeira eliminatória da Taça Ibérica. Esta prova foi criada este ano através de um acordo de maior colaboração entre as respectivas Federações de Portugal e Espanha. A segunda eliminação irá realizar-se em Espanha, na cidade de Salou, inserida no Festival Internacional de Dança desportiva que anualmente se realiza naquela cidade nos primeiros dias de Dezembro. Nesta primeira eliminação que se realizou no escalão de juventude e adultos, os vencedores foram pares portugueses João Martins e Susana Zamboja de Juventude e Diogo Berarante e Marisa Ferreira de Adultos. Os restantes resultados podem ser consultados no site da Federação Portuguesa de Dança Desportiva em www.fpdd.pt.

No dia seguinte a esta prova, a Federação Portuguesa de Dança desportiva promoveu um congresso nacional com professores e juizes de prova internacionais. O público-alvo foram todos os adeptos de dança desportiva, abordando várias matérias de interesse geral e específico. O número de participantes ultrapassou as expectativas. Foi a primeira vez que se realizou uma iniciativa desta natureza associada directamente a uma prova internacional.

A próxima edição do Portugal Open em Dança Desportiva ainda não tem data definida, estando no entanto a sua realização já assegurada. *

MÁIS INFORMAÇÕES:
Site da Soc. RL Alunos de Apolo
www.alunoestadeapolo.com

FINAL TAÇA PORTUGAL Loulé recebe evento em Dezembro

A Final da Taça de Portugal nas danças clássicas (valsa inglesa, tango, valsa vienesa, slowfox e quickstep) e nas danças latinas (cha-cha-chá, samba, rumba, paso doble e jive) irá realizar-se no dia 2 de Dezembro. O local escolhido foi o pavilhão municipal de Loulé, devido às suas condições muito apropriadas. Afiados a participar estarão os doze melhores pares de cada escala e categoria apurados ao longo da corrente época desportiva nas nove eliminatórias realizadas. Esta é uma das provas mais importantes do programa competitivo da Federação Portuguesa de Dança Desportiva, FPDD.

A Câmara Municipal de Loulé será o principal colaborador na realização desta iniciativa.

A avaliar os atletas estarão juízes de prova portugueses e estrangeiros.

No mesmo dia, a FPDD irá promover uma prova desportiva aberta a todos os atletas nacionais e estrangeiros. O objectivo é proporcionar a todos os atletas registrados na federação e não registrados o convívio saudável entre competidores, partilhando experiências diferentes. A prova decorrerá nas danças latinas nos escalões de Juniores, Juventude e Adultos. Esta é uma iniciativa inédita e visa oficiar novos atletas a registrarem-se e participarem nas várias provas que a Federação promove ao longo da época desportiva.

Pretende-se conseguir um grande encontro de adeptos de dança desportiva, realizado na cidade de Loulé. Esta será a última grande prova antes do fim da época desportiva que termina oficialmente a 31 de Dezembro.

Todos os que desejem participar nesta prova podem inscrever-se contactando a Associação e que pertencem ou directamente à Federação bastando para isso enviar mensagem por correio electrónico. *

tiro com arco



CAMPEONATO NACIONAL Prova de Torres Novas

Pela segunda vez este ano, a União Desportiva e Recreativa da Zona Alta, organizou em Torres Novas, numa pequena quinta gentilmente cedida pelo Sr. Miguel Jumi, e que tinha como pano de fundo a Quinta do Marquês onde se podia avistar o palácio, um edifício lindo de contemplar.

A cortar para o Campeonato Nacional da modalidade, tratou-se de uma prova animal distâncias desconhecidas, com 28 alvos, nos quais os atiradores atiravam no máximo três flechas e pontuando da seguinte forma. 1º Flecha animal morto 20 pontos; 2º 16 pontos; 3º 12 pontos. 1º flecha animal ferido 18 pontos; 2º 14 pontos e 3º 10 pontos.

Com um grau de dificuldade reduzido, os atiradores aproveitaram para obter pontuações altas, facto que agradou, tal como agradou o facto

de permitir uma prova rápida, dando a possibilidade de um rápido regresso a casa. Participaram nesta prova 43 atiradores oriundos de diversos pontos do país, com idades compreendidas entre os 7 e 70 anos, particularidades deste desporto, onde nunca se é demasiado velho para o praticar.

No final da prova foram entregues certificados de participação a todos os atiradores e clubes presentes. As primeiros três classificados de cada classe e categoria, foram entregues os respetivos prémios, que contava de diplomas devidamente lacrados e assinados pelo Sr. Presidente da Junta de Freguesia de Santa Maria e do Sr. Presidente da União D. R. da Zona Alta. *

MÁRIO JOAQUIM

Estilo Grou Branco

Embora não seja muito clara a data de criação do estilo Grou Branco, de acordo com os registos, acredita-se que este estilo foi criado por uma senhora de nome Fang Qi Niang, durante o inicio do período de Qiang Kanxi (1662-1723 d. C.). Foi então, durante este período, na província de Zhejiang, que Fang, Zhen Dong ensinou à sua filha (Fang Qi Niang) artes marciais. Por sua vez, Fang Qi Niang costumava dirigir-se a um no perto de sua casa, onde observava os grous a caçar, a saltar, a brincar na água, a gritar, a poupar, a dormir, etc. A partir destas observações, associou o seu conhecimento em artes marciais aos movimentos dos grous, criando o Estilo Grou Branco do Sul, estilo este que mais tarde ensinaria e que, consequentemente, acabou por se estender ao Sudeste da China.

Após anos de desenvolvimento e de transmissão, o Estilo Grou Branco ramificou-se em quatro estilos comuns: Punho do Grou Ancestral (Zhong He Quan); Punho do Grou que Come (Shi He Quan); Punho do Grou Voador (Fei He Quan) e Punho do Grou que Grita (Ming He Quan). O Grou Ancestral (Zhong He Quan), também conhecido por Grou que Dorme (Su He Quan) ou Grou que Treme (Zhan He Quan), é especialista na emissão do Jin (força marcial), a qual resulta da manifestação da força muscular apoiada pelo Qi. É denominado de Grou Ancestral devido ao facto de se acreditar que carrega os ensinamentos do antecessor do estilo original, Grou que Dorme porque imita a calma e a quietude do grou, uma vez que, cria a oportunidade e o timing certo, ataca repentinamente, dando

énfase à defesa como ataque; e Grou que Treme porque retrata a força do movimento rápido do abanar / sacudir do grou.

Por sua vez, o Grou que Come (Shi He Quan) é perito em atacar com o bico, apresentando movimentos ágeis e leves, sendo a velocidade crucial para executar uma técnica com sucesso.

Quanto ao Grou Voador (Fei He Quan), podemos observar que este imita os saltos e o voo do grou enquanto usa simultaneamente as asas para atacar o oponente. Os sons são usados com bastante frequência neste estilo. Por último temos o Grou que Grita que é versado em usar a palma para atacar. Este estilo usa as palmas como asas do grou, assim como os sons que os grous emitem à noite, de manhã cedo e quando entram em combate. Acredita-se que o choro dos grous pode ser ouvido a quilômetros de distância porque o seu Qi do Dan Tian é bastante forte. Desta forma, o estilo Grou que Grita dá ênfase ao acumular do Qi no Dan Tian.

Intensamente todos estes estilos discutem como afundar e como fortalecer o Qi no Baixo Dan Tian e ainda como aplicar o Qi no Jing. Externamente, todos eles dão ênfase à postura direta da cabeça, o pescoço firme, costas arqueadas, os ombros descontraídos, cintura e ancas relaxadas



POSTURA DA YAO OU "ARMANDO BRANCO"

e a coordenação dos movimentos do Qi. Então neste âmbito que o Estilo Grou Branco é classificado de estilo-suave-duro, pois apesar seja suave como o Taijiquan, o seu Jin apresenta-se forte como o do tigre. Desta forma, um aluno iniciado começa o seu treino pela parte dura e só posteriormente é que entra na parte suave do treino, ou seja, começa pelo lado externo (físico) e só depois é que entra no lado interno (físico) na cultivação do Qi. Isto deve-se ao facto de ser mais fácil para um iniciado ser-se duro do que suave, a teoria para cultivar o Qi é difícil de se entender no inicio, a manifestação do Jin duro é mais fácil do que o Jin suave e as sequências baseadas nos Jin suaves são muito mais difíceis de se executar. O objectivo será então primeiramente o treino muscular, para depois iniciar a parte suave do estilo, tornando a manifestação do Jin (suave e duro) eficaz e eficiente. •

MÁIS INFORMAÇÕES: www.pmaSPORTugal.com



POSTURA DA SHUAI JIAO "SAS PÓS DA MAIO MONTRELA"

1º CURSO CIDADE DE PORTIMÃO

Dezenas de atletas no Algarve



A Internacional Japan Karaté Associação – Portuário em parceria com a Associação Shotokan Karaté de Portimão, organizou o 1.º Curso Cidade de Portimão que se realizou na Escola Secundária Manuel Teixeira Gomes, nos dias 14-

e 15 de Outubro de 2006.

Este evento, que contou com a presença de cerca de sessenta atletas, foi ministrado pelo mestre inglês Gerry Breeze 7.º Dan da especialidade.

O mestre Gerry Breeze conta com uma carreira de Karaté de mais de quarenta anos de experiência. Destaque para as subidas de graduação para 5.º, Dan dos Instrutores chefe das associações afins referidas, mestres Rui Caipa e José Portilho. Será importante frisar que estes dois mestres são detentores das mais altas graduações do Karaté Shotokan no Algarve.

Para que este evento se realizasse, contámos com o apoio da Câmara Municipal de Portimão. •

CURSO INSTRUTORES EM GAIA

Aumenta número de instrutores

A FPFA, acaba de efectuar mais um curso de Instrutores em Gaia, onde mais 4 Mestres de Artes Marciais aderiram ao Pangration, vindo aumentar o número dos nossos técnicos, com a criação de clubes em Gaia e Braga, além de melhorarem o aspecto do Pangration no Porto, já que 2 deles não exercer as suas funções no Clube já existente no Porto. •

ESTÁGIO DE SHUAI JIAO EM MADRID

Objectivo: Campeonato do Mundo 2007

Atletas de Mirandela (AMAO) e Chaves (KCAT), participaram no estágio de Shuai Jiao (Kung-fu) com o Mestre António Langano (Presidente da European Shuai Jiao Union) em Madrid, no fim de semana de 16 e 17 de Setembro.



Este estágio integra-se no programa de preparação dos Atletas dos respectivos clubes, com vista à preparação dos mesmos para o Campeonato do mundo do próximo dia 2007. O Estágio decorreu nos dois dias, com muita alegria e entusiasmo, embora a cansaço fosse por vezes notório dado a intensidade de trabalho realizado.

Estiveram presentes atletas de Portugal, Espanha, Inglaterra e Itália. •

pangration agor



ÁGUAS ABERTAS

Os melhores do mundo nadaram no Sado

O britânico Alan Birchler e a checa Jana Pecharanová venceram a Taça do Mundo de Águas Abertas, prova Fina que se realizou pela primeira vez em Portugal, no Rio Sado.

Sébastien Duarte Mourão foi o atleta português melhor classificado, ao terminar no 16.º lugar, na prova em que o búlgaro Petar Stoychev e a alemã Britta Kamrau-Costeen foram consagrados como os vencedores do circuito mundial de 2006.

A prova nacional foi ganha por Ana Paula Grilo (UDCA) e Hugo Ribeiro (Vilacondense).

Alan Birchler terminou a Taça do Mundo realizada em Setúbal com o tempo de 2:02.04, seguido pelo sul-africano Shaun Dials (02:02.22), o checo Jakub Fejtl (02:02.23), o egípcio Mohamed El Zanaty (02:02.24) e o alemão Alexander Studzinski (02:02.25).

Duarte Mourão foi o melhor português, tendo terminado em 16.º (02:20.38). João Araújo ocupou o 18.º posto, Duarte Mendonça o 19.º (02:23.27), Miguel Arrabos o 20.º (02:23.31), Nuno Vicente o 21.º (02:27.09), Daniel Viegas o 22.º (02:27.59), Francisco Freitas, o mais jovem nadador da prova, com apenas 15 anos, o 23.º e último (02:28.02). Pedro Varela terminou a prova mas de 30 minutos depois do primeiro, motivo pelo qual não foi classificado. Os restantes nadadores portugueses desistiram.

O circuito mundial de 2006 terminou com a liderança do búlgaro Petar Stoychev, que somou 211 pontos ao longo de 18 etapas (de um total de 19) e arrecadou 25 mil dólares. Em segundo lugar ficou o egípcio Mohamed El Zanaty, com 163 pontos, seguido pelo francês Stéphane Gomez (151).

O gaulês, que tinha menos dez pontos que o egípcio à partida para a prova portuguesa e tentava subir ao segundo lugar do ranking, terminou no sexto posto, ficando no terceiro lugar do pódio. Na prova feminina, a checa Jana Pecharanová cumpriu os dez quilómetros em 02:14.06, enquanto a nascida Anna Vravova demonstrou 02:14.21 e a germana Britta Kamrau-Costeen ficou em terceiro, ao terminar com 02:16.54.

Marta Villar foi a única nadadora nacional a terminar a prova, tendo ficado em 14.º e último, com a marca de 02:35.30.

No ranking feminino de 2006, os dois primeiros lugares ficaram entregues a duas alemãs. Britta Kamrau-Costeen totalizou 229 pontos e Angelika Maurer 198. Em terceiro ficou a espanhola Esther Núñez Moreta (185), em quarto a argentina María Celeste Punet (69) e em quinto a alemã Stefanie Biller (60).

Na prova nacional, sector feminino, Ana Paula Grilo percorreu os 2,8 quilómetros do percurso em 40.04, seguindo-se Joana Letião (individual) com 42.19 e Daniela Pinto (Vitória de Guimarães) com 42.29.

A classificação do VI Circuito Nacional de Águas Abertas terminou com o primeiro lugar entregue a Marta Villar (Algés), o segundo a Amélia Fernandes (Vitória de Guimarães), o terceiro a Ana Paula Grilo (UDCA), o quarto a Soraya Ribeiro (Vilacondense) e o quinto a Joana Viana (Bairro dos Anjos). A prova masculina teve como vencedor Hugo Ribeiro, do Vilacondense, que fez a marca de 36.45. Em segundo classificou-se Pedro Araújo, da Famalicão (36.48) e em terceiro o algesino Diogo Pinto (37.49).

O ucraniano Arseniy Lavrentyev, do Algés, venceu o VI Circuito Nacional, seguido pelo colega de equipa Duarte Mourão. Em terceiro ficou Duarte Mendonça (Individual da Madeira), em quarto Nuno Vicente (Torres Novas) e em quinto João Araújo (Famalicão).

As provas decorreram a partir da Praia de Alber-

quel, na Baía de Setúbal, num percurso definido entre esta praia e a zona do Clube Naval. Muitas pessoas compareceram nos locais da prova, testemunhando o enorme esforço dos nadadores concorrentes. A competição foi organizada pela Federação Portuguesa de Natação e Câmara Municipal de Setúbal. Entre as entidades presentes, estiveram o Secretariado de Estado do Desporto, Lucentino Dias, o Presidente do Instituto do Desporto de Portugal, Luís Sardinha, e a Governadora Civil do Distrito de Setúbal, Maria Teresa Almeida. As entidades organizadoras estiveram representadas ao mais alto nível. Paulo Frischknecht, Presidente da FPN e Maria das Dores Merlo, Presidente da Câmara de Setúbal.

ALAN BIRCHER:

"Prova beneficiou-me"

O britânico Alan Birchler confessou que tinha como objectivo "classificar-me até ao terceiro lugar, para garantir a uma posição no ranking. Conseguir ficar em primeiro, numa prova que me favoreceu. Havia algumas ondas, o que beneficia os nadadores com maior porte físico, como eu, que conseguem cortar a ondulação. Os atletas mais leves sentem maiores dificuldades".

Em relação à temperatura da água, o nadador explicou que "come ingles que sou eu habituado a águas mais frias. Na prova realizada em Londres a temperatura estava mais baixa, por exemplo."

Em relação às desistências verificadas, Birchler referiu que "muito depende da parte força psicológica dos nadadores, mas em todas as provas há sempre nadadores que desistem."

JANA PECHARANOVA:

"A primeira vitória"

A atleta checa começou por referir que "esta foi a minha primeira vitória numa etapa do circuito mundial e nunca esperei ficar em primeiro lugar. Este foi o meu melhor ano, porque conquistei as medalhas de bronze nos 5 e 10 quilómetros dos Europeus de Budapeste, fiquei em 2.º na etapa de Pequim e agora subi ao lugar mais alto do pódio." Jana Pecharanová acrescentou que "a prova foi difícil, a água estava um pouco fria, mas estou muito contente com este triunfo".

PETAR STOYCHEV:

"Sou um nadador profissional"

Vencedor do circuito mundial há seis anos consecutivos, o búlgaro acabou a prova do Sado no 10.º lugar. Petar Stoychev explicou que "já vim vencido o ranking e vim a esta prova para receber o troféu, o prize money e para conhecer mais um país. Não tinha intenções de lutar por uma boa classificação, por isso fiz uma prova tranquila".

O líder da disciplina de Águas Abertas revelou que tem como principal objectivo "estar em Pequim 2008, o que seria a minha terceira participação olímpica, depois de ter nadado em Atenas 2004 e Sidney 2000, nas provas de piscina".

Stoychev garante que prefere as Águas Abertas porque "vão à volta do Mundo, conheço muitos países todos os anos, e os prémios monetários são aliciantes. Considero-me um nadador profissional e nas provas de piscina não há dinheiro envolvido."

DUARTE MOURÃO:

"Experiência muito positiva"

O nadador algesino foi o primeiro português a acabar a prova e afirmou que "consegui muito forte e fui com o grupo principal. A parte final já me custou um pouco, devido ao ritmo forte que manteve no inicio da prova, mas a vantagem que tinha conseguido permitiu-me alcançar o primeiro lugar entre os portugueses".

Duarte Mourão qualificou como "muito positiva"



a primeira experiência numa etapa do circuito mundial.

PAULO FRISCHKNECHT:

"Balancço positivo"

O presidente da Federação Portuguesa de Natação, Paulo Frischknecht, considerou que o balanço da primeira organização de uma etapa da Taça do Mundo de Águas Abertas "é muito positivo, foi uma prova recorde em termos de número de países e de nadadores e recebemos muitos elogios das delegações dos outros países e da própria Fina, que ficou muito satisfeita com a organização e os resultados". ♦

FINA elogia Taça do Mundo de Setúbal

Flávio A. Bonito, delegado da Fina na Taça do Mundo de Águas Abertas que se realizou em Setúbal no dia 15 de Outubro, considerou que a prova "foi um dos eventos mais bem organizados em que estive presente", no relatório que apresentou ao organismo internacional.

O responsável elogiou a prova – o equipamento de "transponder", a zona da partida e chegada, a disponibilização de salas para atletas e secretaria, o pódio para entrega de prémios, bem como a elevada assistência e a animação proporcionada aos espectadores.

Em relação à organização que antecedeu a competição, Flávio Bonito destacou o sistema de transportes para os treinos, a disponibilização de duas piscinas e da praia para treino, a documentação entregue aos atletas e a reunião técnica realizada no dia anterior à prova. ♦

Lavrentyev e Marta Villar vencem Circuito Nacional

Arseniy Lavrentyev e Marta Villar, ambos do Algés, ficaram em primeiro lugar na classificação do VI Circuito Nacional de Águas Abertas, que terminou em Setúbal.

Arseniy Lavrentyev totalizou 101 pontos, ficando em segundo lugar o colega de equipa Duarte Mourão, com 95, e em terceiro Duarte Mendonça, Individual da Madeira, com 78. Em quarto lugar terminou Nuno Vicente, do CN Torres Novas (74 pontos) e em quinto João Araújo, do Famalicão, que somou 70 pontos.

No sector feminino, Marta Villar conquistou o primeiro lugar com 98 pontos, seguida de Amélia Fernandes, do Vitória Sport Clube, com 85 pontos e Ana Paula Grilo, da UDCA, com 64. No terceiro posto ficou Soraya Ribeiro, do Vilacondense, com 62, e em quarto Joana Viana, do Bairro dos Anjos, com 58. ♦

Grandes competições em Dezembro

O mês de Dezembro vai ser rico em competições importantes de natação, tanto a nível nacional como internacional.

No plano interno, realizam-se os Campeonatos Absolutos de Portugal, na piscina curta, e os Campeonatos Nacionais de Clubes, das quatro divisões.

Felgueiras vai receber os Campeonatos Absolutos, competição que tem inicio a 8 de Dezembro

e se prolonga até dia 10.

O Campeonato Nacional de Clubes, a grande competição colectiva da natação, está repartido por duas provas. Nos dias 1 e 2 competem os clubes da 3.ª e 4.ª Divisões, na Piscina Municipal das Caldas da Rainha.

A 16 e 17 de Dezembro apresentam-se as equipas da 1.ª e 2.ª Divisões, competição que vai ter lugar em Santo António dos Cavaleiros.

Os campeões nacionais em título são o Sporting Clube de Portugal, em Femininos, e o Sport Aljés e Dafundo, em masculinos.

A nível internacional, Helsínquia é o palco dos Campeonatos da Europa de piscina curta, que se realizam de 7 a 10 de Dezembro. ♦



sub-aquáticas

I TROFÉU INTERNACIONAL DE MERGULHO DESPORTIVO EM PISCINA

Boa estreia portuguesa em provas internacionais

Conseguiendo chegar duas vezes ao pódio, a prestação dos portugueses foi muito positiva, sobretudo se tivermos em conta que não se realizam provas desta natureza em Portugal.



Decorreu no passado dia 28 de Outubro, no Complexo Desportivo Ebro em Zaragoza, o I Troféu Internacional de Esporte Desportivo em Piscina, organizado pela Federação Aragonesa de Actividades Subaquáticas (FARAS).

Os principais objectivos desta competição são os de incentivar a prática do mergulho após o período de verão e motivar a prática na piscina, sobretudo para aqueles que se encontram longe do mar. São ainda alcançados objectivos fundamentalistas, como segurar manter actualizados os conhecimentos e técnicas necessárias para a prática do mergulho desportivo seguro, competir consigo próprio através de percurso cronometrado e comparar a sua prestação com o de outros mergulhadores.

Para este efecto a organização dispôs de uma piscina olímpica com uma profundidade uniforme de dois metros e sessenta e optou por realizar três provas individuais, Prova M, Crono Imersão 100

metros e prova da Distância Tempo Consumo DTC, mas duas provas de equipa, Calumé 50 metros e Relevos (estafeta 2x100 metros).

As autonomias de Aragão, Baleares, Castilla e Leon, Catalunha, Espanha, País Basco e Valencia foram as participantes no I Campeonato de Espanha. A Federação Portuguesa de Actividades Subaquáticas (FIMAS) e a Federação Francesa, que haviam estado presentes no ano anterior como observadores, no I Campeonato de Espanha, foram convidadas a participar neste ano, o que se veio a concretizar.

AS PROVAS

Após a abertura oficial da competição, com a apresentação das equipas das sete federações espanholas e das federações francesa e portuguesa, pelas 10 horas teve inicio a Prova M. Esta prova consiste num percurso inicial de 12,5 metros em imersão, abandonando o escalfando no fundo da piscina e continuação em apneia até à marca de 25 metros, percurso de 75 metros em natação de superficie, imersão e percurso em apneia até ao escalfando, recolha do escalfando e conclusão do percurso até completar 300 metros já devidamente equipado.

Após todos os atletas terem completado esta prova, teve inicio a prova de Crono Imersão, que consiste em percorrer 100 metros em imersão no menor tempo possível.

Ainda na parte da manhã foi realizada a primeira prova de equipa de dois mergulhadores, o Calumé, na distância de 50 metros.

Esta prova consiste na partilha de ar de um dos reguladores de um dos

membros da equipa.

Na parte da tarde foram realizadas as provas de DTC onde o atleta tenta percorrer a máxima distância com o menor consumo de ar durante dez minutos. Por fim a estafeta de 2x100 onde, em imersão, cada elemento da equipa percorre 100 metros.

Participaram nesta prova 38 atletas masculinos e 9 femininos.

BOA PRESTAÇÃO PORTUGUESA

O Minho e o Algarve juntaram-se em Zaragoza representando Portugal e a sua prestação foi muito positiva, tendo em conta que não se realizam provas desta natureza em Portugal e que para uma das equipas (do Minho) a viagem foi muito "acidentada", só lhes permitindo chegar pelas trés horas da manhã do dia da competição.

Da Profissional Sub (Algarve) foram o Ricardo Lema e o Ricardo Almeida. Dos Cavaleiros do Mar (Minho) foram o Edgar Cachada e o Ricardo Santos. Na Prova M, os quatro atletas Portugueses foram desqualificados por faltas, o que aconteceu também a mais 14 outros atletas, tendo-se qualificado apenas 20 concorrentes. Esta situação foi amplamente comentada na reunião de delegados no dia seguinte da prova, com vista a uma modificação do regulamento.

Em Crono Imersão, as classificações portuguesas foram um 6.º lugar (Richard Lema), um 10.º (Ricardo Almeida), um 14.º (Edgar Cachada) e um desqualificado (Ricardo Santos).

Na prova de Calumé, a prestação portuguesa obteve um 3.º lugar (Richard Lema e Ricardo Almeida) e um 9.º lugar (Edgar Cachada e Ricardo Santos). Pela tarde, e na prova de DTC, os resultados nacionais foram 9.º (Richard Lema), 13.º (Ricardo Almeida), 20.º (Ricardo Santos) e 26.º (Edgar Cachada).

A finalização, na estafeta, os resultados foram um 3.º lugar (Richard Lema e Ricardo Almeida) e um 18.º lugar (Edgar Cachada e Ricardo Santos).

A organização do Marife Abad, da FIMAS, foi novamente excepcional, o que tem levado a que esta modalidade venha a passar a nível a nível e a prova se tenha tornado internacional este ano. ♦

jetski

OURO PARA PORTUGAL

Marco Espada é Campeão da Europa

Para Marco Espada 2006 foi um ano de grandes conquistas. O atleta participou pela primeira vez no Campeonato da Europa e levou Portugal mais alto, subiu ao primeiro lugar do pódio e conquistou o título de Campão da Europa de Jetski 2006, na classe Ski Juvenis.

Foi a vez do nosso junior se sagrar Campeão da Europa, dando assim continuidade aos sucessos internacionais de pilotos como Jorge Leitão, André Sousa, David Torres, Alessandro Balzer, Miguel

Valente, Álvaro Alonso, Inês Pereira e a Seleção Nacional de Offshore.

A Câmara Municipal de Mirandela, durante as competições do Grande Prémio de Portugal, homenageou Marco Espada com o prémio Melhor Piloto Português no Europeu, pela excelente representação da modalidade.

O jetski mundial tem em Portugal um país e uma federação onde a organização e os seus pilotos estão no topo do mundo. ♦



1.º CAMPEONATO NACIONAL DE MOTO SURF

Boas ondas para o Moto Surf e Freeride

Realizou-se na Ilha de Faro o 1.º Campeonato Nacional de Moto Surf, com a presença de 10 pilotos em Ski e 6 em Molas de Água.

Marco Espada foi o grande vencedor, seguido de Martim Rodrigues e António Curtinhal em Ski, tendo Nelson Gonçalves subido ao lugar mais alto do pódium nas Molas de Água, seguido por Miguel Valente e José Anjos.

Foram também encontrados os Campeões Nacionais na modalidade de Freeride, sendo o pódium ocupado por Carlos Matos, Dário Silvestre e António

Curtinhal em Ski, ficando as Molas de Água para Luís Silva, Manuel Anjos e Luís Fragoso.

No sábado também se realizou uma manga em falta do Troféu Super Jet, onde mais uma vez os pilotos de Tavira ocuparam as posições mais altas (Rui Valente e Hugo Silva) seguidos do piloto de Lisboa, Martin Rodrigues. Stefânia Balzer, sendo a única piloto feminina a participar no Troféu, conquistou um brilhante 4º lugar.

No domingo, apesar do mau tempo, realizou-se o Troféu Nacional de Offshore, onde alinharam 16

pilotos em Molas de Água e cinco em Ski.

As Molas de Água fizeram 64 milhas divididas em 5 voltas entre a praia de Faro e a praia do Gão, sendo o grande vencedor Augusto Fernandes, seguido de Paulo Leitão e Carlos Susana.

Em Ski, com um percurso de apenas 6 milhas,

o vencedor foi Pedro Coelho, seguido por Carlos Pachos e António Curtinhal, onde este perdeu por meio jet para Paços.

Estas provas foram realizadas pela Federação Portuguesa de Jetéti & Promotora Livre, com o apoio da Câmara Municipal de Faro e Yamaha Motor Portugal.

Os agraciamentos aos Bombeiros Municipais que estiveram também presentes com uma equipa de mergulhadores e polícia marítima de Faro. *

ski náutico

SESEÑA'S INTERNATIONAL SLALOM

João P. R. dos Santos, recorde nac. Júnior

SESEÑA, TOLEDO
07/08 OUTUBRO

Após as vitórias obtidas, no inicio de Setembro, nas provas da Quinta Grande e no Gerês e a consequente vitória na Taça de Portugal, o skador torneirense termina a época 2006 da melhor maneira ganhando a prova de Slalom Júnior.

Masculino, no Seseña's International Slalom.

Desta feita venceu a prova de Espanha com 2.00 belas/58 km/11.25 m, igualando o recorde nacional júnior, estabelecido em 2000, por Jaime Asunzinha. Tratou-se de uma prova realizada em três rondas, nas quais o João Pedro (SCGQ) esteve sempre muito bem, tendo realizado: 5.0058/11.2.00, 2.5058/12.00; 2.0058/11.25.

Esta marca permite, ao João Pedro, terminar o ano no primeiro lugar do ranking nacional absolutos de Slalom, posição que partilha com o Open, Jaime Asunzinha. Foi um fim-de-semana perfeito para os portugueses que se deslocaram à Espanha, recheado de excelentes resultados, todos bateram ou igualaram as suas melhores marcas.

Inês Ribeiro dos Santos, igualou o seu recorde pessoal ao efectuar 3.5055/16.00, mas para a slalom torneirense o melhor aconteceu durante os treinos de sexta feira em que, pela primeira vez, completou a passagem a despesas metros realizando a sua melhor marca de sempre - 1.0055/14.25.

Também os seniores portugueses, Pedro Roque (Sen1) e Michael Melo (Sen2), estiveram no seu melhor ao fazerem, respetivamente, 4.0055/13.00 e 2.0055/13.00.

Miguel Narciso, sub14, repetiu a excelente marca obtida o ano passado - 3.0055/12.00. Grande destaque para as 5.0055/16.00 efectuadas pelo António Maria Narciso, que ainda não completou 9 anos.

Desse skador e de Marta Simões, de 10 anos, que fez 5.º lugar, na semana anterior, no Critérium Internacional de Jovens, em França, com 4.00/55/18.25, esperava que asseguram que Portugal continuará representado no mais alto nível em próximos eventos internacionais destinados a jovens.

Quanto aos estrangeiros, numa prova em que estiveram representantes de 9 países, o destaque vai para Nicole Arthur, que estabeleceu um novo recorde inglês de sub12 - 1.00/55/10.75; com esta marca, a skadora escocesa chega à quarta posição do ranking europeu da modalidade. *

vela

CLASSE JOD 35

Avé Maria conquista 1.º lugar do ranking nacional na época 2006

Na época 2006 de regatas da classe Jeanneau One Design (JOD) 35 pés, que terminou a 22 de Outubro com a realização do Troféu Cidade de Lisboa, o veleiro Avé Maria arriou o primeiro lugar do ranking nacional da classe de monoplatas, uma das mais competitivas do circuito de vela em Portugal. A embarcação de Jacinto de Sousa, Joaquim Marques da Silva e Pedro Breihm, também vencedora do "General Grand Slam", circuito composto por quatro eventos, foi a que mais pontuou ao longo das cerca de trinta regatas que constituíram o calendário da classe em 2006, tendo logrado atingir um lugar no pódio na maioria das competições disputadas. No Troféu Cidade de Lisboa, última prova do Grand Slam e o calendário oficial da classe deste ano, que se realizou no Rio Tejo nesse fim de semana, o veleiro Avé Maria ficou em segundo lugar, à frente do seu mais directo concorrente na disputa do lugar cimeiro do ranking, o "Jataí" de Orlando Pedroza. O Team Avé Maria surgiu em 1998 como resultado da conjugação de esforços de um grupo de amigos que decidiu avançar na aquisição de um JOD35. A aposta na competição em monoplatas, modalidade

em que as regatas são disputadas em bancos iguais (JOD35), fazendo depender os resultados da perícia das tripulações, é o grande desafio do Team Avé Maria, que desde então constitui um dos mais assíduos concorrentes neste tipo de provas.

A tripulação do Avé Maria é actualmente constituída por Gonçalo Caetano, hubel Palma, Jacinto de Sousa, Joaquim Marques da Silva, José Guerra, Nuno Neves, Paulo Breihm, Pedro Alves e Carlos Antunes.

A classe integra actualmente onze embarcações JOD35, reunidas na Associação One Design Portugal (www.jod35.org). Em 2006, a classe disputou regatas em Lisboa, Cascais, Setúbal, Sines e Portimão, envolvendo mais de uma centena de velejadores federados.

O nível de competitividade dos JOD35 é também demonstrado pelo número de velejadores de Marchi Racing que têm crescentemente vindo a participar nas provas desta classe, casos de Manuel Marques, João Liberato, Rui Silva e Nuno Ferreira. De acordo com Jacinto de Sousa, "este resultado premia não só o valor da nossa tripulação, mas também a regularidade das classificações que ob-

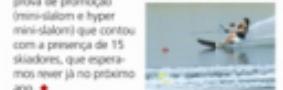
SCA, DELTA CAFÉS / PROVA ENCERRAMENTO Pedro Sampaio, rec. nac. Seniores II

CIBORIO - 07/08 OUTUBRO

Organizada pelo Clube do Alentejo, esta prova de 3 rondas de slalom, encerrou a época 2006. Aproveitando da melhor maneira as excepcionais condições do fim de semana, o skador da APEA, Pedro Sampaio Peixoto, estabeleceu um novo matemático nacional de Slalom, na categoria de Seniores II (46-55 anos), com 2.00/55/16.00/m²/12.00m.

Outros skidores em destaque, pelas marcas efectuadas, foram Tiago Oliveira (sub17); Pedro Peixoto, (sub12); Duarte Mota (sub17); Raquel Santos (sub21); Jaime Freitas (Open); Inês C. Alves (Open); Bernardo Gallego (Seniores II).

Para além da prova oficial a contar para a Taça de Portugal, o clube proporcionou a muitos novos praticantes a possibilidade de participarem numa prova de promoção (mini-slalom e hyper mini-slalom) que contou com a presença de 15 skidores, que esperámos rever já no próximo ano. *



Mais informações: PAULO BREIHM
Team Avé Maria / breihm@net.nevi.pt



ENCONTRO FÓRUM O MUNDO DA CORRIDA RUNPORTO.COM

A FESTA DEPOIS DA FESTA

Ovar e as suas gentes têm motivos de sobra para se sentirem orgulhosos. A edição 2006 da Meia-Maratona, numa organização do Clube AFIS / Ovar, atingiu um altíssimo nível qualitativo e a festa vivida nas ruas estendeu-se por toda dentro. Complementando o evento e prestando-lhe uma sentida homenagem, teve lugar na Albergaria 5. Cristóvão o Encontro Fórum O Mundo da Corrida Runporto.com, uma iniciativa inédita do "sítio" na internet com o mesmo nome.

Elegeram a corrida como principal objectivo da sua atenção e fazendo o O Mundo da Corrida um espaço privilegiado de divulgação, partilha de informação e debate, quiseram os utilizadores levar por diante o sonho de transformar o virtual em real, reunindo em torno de si, num animadissimo "fórum vivo", um leque valiosíssimo de individualidades, directa ou indirectamente ligadas ao Atletismo.

Os presentes tiveram a possibilidade de escutar intervenções apaixonadas sobre a dinâmica criada em torno da modalidade, particularmente vivida e sentida em Ovar, um dos Concelhos que, nas palavras do Presidente da Associação de Atletismo de Aveiro, João Ruela, "mais valores tem dado e continua a dar ao Atletismo nacional". Na presença do Vice-Presidente da Câmara Municipal de Ovar, Dr. José David Almeida, da Vereadora do Desporto, Dra. Conceição Vasconcelos e do Presidente da Junta de Freguesia de Ovar, Professor Joaquim Barbosa, João Ruela não engravidou a oportunidade de lembrar que "infra-estruturas não são apenas pistas de 400 metros", pedindo aos edis um esforço no sentido de se criarem condições para uma prática desportiva de qualidade.

Um colóquio sobre Desporto Escolar permitiu ouvir as posições de Jorge Favas (ex-Coordenador Técnico Nacional de Atletismo do Desporto Escolar), Maria de Belém Magalhães (IB 2/3 "A Ribeirinha", de Vila do Conde), António Reça (Escola Secundária Júlio Dinís) e João Carlos Correia (Direção Técnica da Associação Atletismo Distrito de Portalegre), quatro proeminentes professores que muito têm feito pela modalidade, divulgando-a, captando novos valores e formando muitas das cestas do nosso Atletismo. As posições daqueles que se debatiam com as duvidas geradas pelas recentes directivas ministeriais empolgaram uma assistência intervintiva e interessada e o colóquio constituiu um dos momentos altos da tarde. Outro momento grande da jornada foi a exposição do Professor Jorge Carvalho, Director Técnico Nacional do Desporto para a Deficiência, dando uma visão clara da complexidade em torno da problemática do Desporto Adaptado.

Houve ainda oportunidade para escutar Eduardo Santos, administrador do "sítio" O Mundo da Corrida, que traçou o curto mas significativo percurso daquele portal, enquanto Joaquim Margarido dinamizou um "fórum vivo" subordinado ao tema "18.ª Meia-Maratona Cidade de Ovar" e Jorge Teixeira abordou o "Apelamento das Provas de Estrada". Mas se todos os momentos vividos na tarde da passada quinta-feira foram de altíssimo nível, um houve que se destacou pelo seu significado e que visou distinguir as intervenções no fórum O Mundo da Corrida Runporto.com. Sávio Nosa, a título póstumo, foi o primeiro homenageado, a ele se juntando Paulo Silva, Ana Peixoto, Fernando Costa, Joaquim Margarido e Fernando Andrade.

A vertente cultural não foi inesquecida e dois momentos muito aplaudidos pelos presentes foram a apresentação dumha peça de bailado da Academia de Dança do Orfeão de Ovar, com coreografia e interpretação de Clara Campanhoso e a actuação do "Canto Décimo", Grupo Vocal da Escola Secundária José Macedo Fragueteiro, sob a direcção do Professor Guilhermino Monteiro.

Uma última referência para a verdadeira "parada de estrelas" que, em torno desse Encontro e em nome do Atletismo, se reuniu na cidade de Ovar. Também elas foram alvo dumha sentida homenagem por parte da Organização do evento e os seus nomes dispõem apresentações: António Leitão, Aurora Cunha, Mário Silva, Alberto Dias, Fernando Silva, Inês Monteiro, Pedro Martins, Vitorina Mourato, João Correia, Manuela Machado, António Pinto e a vencedora da edição 2006 da Meia-Maratona Cidade de Ovar, Ana Dias.

JOAQUIM MARGARIDO



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



MUDE DE VIDA.

Deixe de fumar
de um dia para o outro.



www.deixeidefumar.com | 21 355 19 00 / 22 948 31 70