

OLIMPO

DIRETOR JOSÉ MANUEL CONSTANTINO

TRIMESTRAL CIRCULAÇÃO GRATUITA

**MINSK
2019**

2nd EUROPEAN
GAMES



PORTUGAL NOS JOGOS EUROPEUS

MARCO ALVES
CHEFE DE MISSÃO
EM ENTREVISTA



COMITÉ OLÍMPICO
DE PORTUGAL

Utiliza as **vantagens** **do Cartão COP** e **apoia os atletas** da tua Federação/Modalidade.

**PEDE JÁ O TEU CARTÃO ATRAVÉS
DA TUA FEDERAÇÃO.**



repsol.pt
comiteolimpicoportugal.pt



OLIMPO

EDITORIAL

Um momento inspirador

5

NOTÍCIAS

6

OPINIÃO

Pedro Dias,
diretor coordenador
da Federação
Portuguesa
de Futebol

10

GRANDES EVENTOS

**Missão
de Portugal
aos Jogos Europeus
Minsk 2019**

12



ENTREVISTA



**Marco Alves, chefe de Missão
a Minsk 2019 e Tóquio 2020**

20

ELITE



Patrícia Esparteiro

25

EM FOCO

Um ano para Tóquio 2020

26

CONVERSA DE BALNEÁRIO

Hélio Lucas

30

OS MEUS JOGOS

Diana Gomes

32

NO PÓDIO

Diogo Luís

33

AGENDA COP

34

OLIMPO PROPRIEDADE E EDIÇÃO Comité Olímpico de Portugal

NIPC 501 498 958 · SEDE E REDAÇÃO Travessa da Memória, 36 · 1300-403 Lisboa · Tel.: 21 361 72 60 · Fax: 21 363 69 67
correio@comiteolimpicoportugal.pt · www.comiteolimpicoportugal.pt

DIRETOR José Manuel Constantino DIRETOR EXECUTIVO António Varela TEXTOS Ana Silva e Norberto Santos

FOTOS IOC, COP, Lusa e ShootHappens DESIGN E PRODUÇÃO GRÁFICA Estrelas de Papel / Atelier Gráficos à Lapa

IMPRESSÃO Rainho & Neves, Lda. – Rua do Souto, 8 | 4520-612 São João de Ver TIRAGEM 1 000 exemplares

PERIODICIDADE Trimestral NÚMERO DE REGISTO ERC 102 203 DEPÓSITO LEGAL 9083/95 DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ESTATUTO EDITORIAL DISPONÍVEL EM <http://comiteolimpicoportugal.pt/wp-content/uploads/2017/12/ESTATUTO-EDITORIAL-da-Revista-OLIMPO.pdf>

CARRERA



Novas *CARRERA*

*Treina com o máximo amortecimento
e a melhor qualidade*

Joma[®]

Exercise your freedom



Um momento inspirador

Os II JOGOS EUROPEUS, EM MINSK, estão aí e Portugal apurou um significativo número de atletas e de modalidades.

Estes resultados são muito meritórios, pelo que a um ano dos Jogos Olímpicos de Tóquio – um contexto competitivo embora distinto –, podem, apesar disso, ser lidos como um sinal positivo, designadamente para aqueles atletas que buscam também garantir a participação olímpica.

Da primeira edição dos Jogos Europeus, em Baku, ficaram excelentes resultados desportivos e um sentimento de equipa e de espírito de missão, capaz de mobilizar o País em torno da sua determinação e competitividade.

Esta é uma nova oportunidade que se coloca não apenas aos atletas. O País tem treinadores, técnicos, árbitros e dirigentes em vários desportos, com resultados de excelência, reconhecidos e prestigiados internacionalmente, que estamos convictos confirmarão esse estatuto em mais este momento.

A ambição é a mesma: alcançar bons resultados desportivos e servir bem Portugal, ligando o País àqueles que o representam.

O cuidado com que preparámos esta missão e a experiência acumulada da edição anterior são, à partida, nossos aliados para que possamos alcançar esses objetivos.

E esses objetivos não são apenas desportivos. Uma missão desportiva nacional deve cumprir igualmente objetivos sociais. E neste âmbito a irrepreensibilidade do modo como se representa Portugal prevalece sobre tudo o mais.

Os Jogos Europeus são um projeto organizado no âmbito dos Comités Olímpicos Europeus que está longe da consolidação.

Contrariamente ao que se passou em outros continentes, com projetos desportivos similares já firmados, a Europa tardou a encontrar um modo de celebrar o desporto ao mais elevado nível através de um evento multidesportivo.

Cabe aos Comités Olímpicos Nacionais a responsabilidade de garantir a sua continuidade e prestígio futuros.

É com este espírito e animados da melhor das disposições que vamos realizar esta nova missão desportiva, na certeza de que estamos a servir o desporto e a servir Portugal.

Os nossos votos são que estes II Jogos Europeus se constituam como uma experiência positiva e sirvam de momento inspirador para os desafios que temos pela frente. ●

Os nossos votos
são que estes
II Jogos Europeus se
constituam como
uma experiência
positiva e sirvam de
momento inspirador
para os desafios que
temos pela frente



ANGRA DO HEROÍSMO CAPITAL NACIONAL DAS CELEBRAÇÕES DO DIA OLÍMPICO

Angra do Heroísmo é palco do Dia Olímpico 2019, numa parceria entre o Município e o Comité Olímpico de Portugal, que contou com o apoio da Direção Regional do Desporto da Região Autónoma dos Açores. O culminar das celebrações acontece no dia 23 de junho, na Praça Velha. Entre as muitas atividades já realizadas incluiu-se a Corrida Olímpica, apadrinhada pela marchadora Olímpica Ana Cabecinha, a primeira a terminar no setor feminino. A experiência de fazer parte do Dia Olímpico e ajudar a disseminar os valores de Amizade, Respeito e Excelência, foi uma experiência bastante positiva: “Como madrinha da prova foi o maior privilégio estar aqui, poder correr com os que se juntaram à festa, ainda melhor. Foi uma manhã divertida!”

As comemorações do Dia Olímpico 2019 em Angra do Heroísmo tiveram igualmente ações de formação para professores e ainda uma ação creditada para treinadores, na qual interveio como formador o diretor desportivo do COP, Pedro Roque.

Em vários estabelecimentos de ensino de Angra do Heroísmo decorreu a ação “Ideais Olímpicos na Escola”, com a participação do atleta Olímpico, Joaquim Videira. O presidente do Comité Olímpico de Portugal, José Manuel Constantino, proferiu no Salão Nobre dos Paços do Concelho de Angra do Heroísmo a palestra intitulada “Ideais Olímpicos”.

A Celebração do Dia Olímpico não se destina apenas a celebrar aquele que é, sem dúvida, o maior, mais diversificado e mais participado acontecimento desportivo à escala planetária, onde os atletas buscam a superação física, emocional e desportiva, mas também o espírito, os ideais e os valores do Olimpismo, Excelência, Amizade e Respeito.

LANÇAMENTO DO PROJETO ATHLETES FRIENDLY EDUCATION

O Comité Olímpico de Portugal (COP) esteve presente, em Ljubljana (Eslovénia), na reunião de arranque do projeto Athletes Friendly Education, focado na promoção das carreiras duais dos atletas e no apoio a abordagens educativas inovadoras.

Este projeto, financiado pela União Europeia através do programa Erasmus+, tem como objetivo reconhecer boas práticas de instituições de ensino no apoio aos atletas, no desenvolvimento das suas carreiras duais, através de uma certificação para o reconhecimento público destas instituições “amigas dos atletas”. Para além do COP, são parceiros deste projeto o Comité Olímpico da Eslovénia, enquanto entidade coordenadora, o Comité Olímpico da Bélgica, a Academia Olímpica da Croácia, a Academia Olímpica da Alemanha, a Associação Europeia de Desporto Universitário, a Federação de Voleibol da Macedónia, a Faculdade de Ciências Organizacionais da Universidade de Maribor e a Faculdade de Estudos Marítimos da Universidade de Rijeka.

O COP foi representado nesta reunião por Ricardo Bendito, coordenador do Gabinete do Atleta da Comissão de Atletas Olímpicos.

MARCO ALVES DISTINGUIDO COM MEDALHA MUNICIPAL DE MÉRITO DESPORTIVO

Marco Alves, diretor do Departamento de Missões e Preparação Olímpica do Comité Olímpico de Portugal, foi distinguido com a Medalha Municipal de Mérito Desportivo atribuída pela Câmara Municipal das Caldas da Rainha, de onde é natural.

Nomeado Chefe de Missão aos Jogos Olímpicos Tóquio 2020, depois de já ter desempenhado igual função nos Jogos Olímpicos da Juventude Buenos Aires 2018 e nos Jogos do Mediterrâneo Tarragona 2018, Marco Alves também chefiará a Missão Portuguesa que participará nos Jogos Europeus Minsk 2019, entre 21 e 30 de junho. A distinção foi entregue a Marco Alves pelo Vereador do Desporto, Pedro Raposo, durante as comemorações do feriado municipal, que também homenageiam a Rainha D. Leonor.

CARTA DO ATLETA LANÇADA PELA CAO

A Comissão de Atletas Olímpicos (CAO) lançou a Carta do Atleta, um documento verdadeiramente pioneiro que reúne todas as matérias respeitantes ao trajeto desportivo dos atletas, no plano dos direitos e dos deveres, e

dispõe da informação mais relevante para uma melhor gestão de carreira. Eis os tópicos da Carta do Atleta: Carreira Desportiva; Contexto Laboral, Direitos de Imagem e Representação; Carreira Dual; Apoios Financeiros, Fiscalidade e Proteção Social; Antidopagem; Manipulação de Competições; Pós-carreira Desportiva; Propriedades Olímpicas e Publicidade nos Jogos Olímpicos; Informações Jurídicas; Desporto com Armas; A Violência, Racismo e Xenofobia no Desporto; e Declaração dos Atletas (Athletes' Declaration).



FÓRUM INTERNACIONAL DAS COMISSÕES DE ATLETAS EM LAUSANNE

Portugal esteve presente no primeiro Fórum Internacional das Comissões de Atletas Olímpicos através do Presidente da Comissão de Atletas Olímpicos, João Rodrigues. O evento, iniciativa da Comissão de Atletas Olímpicos do Comité Olímpico Internacional, juntou em Lausanne, Suíça, 206 delegações e mais de 300 atletas Olímpicos que debateram temas atuais do Movimento Olímpico, tais como questões relacionadas com o doping, igualdade de género, financiamento, solidariedade, inclusão, carreiras duais, transição pós-carreira, saúde mental, organização dos Jogos Olímpicos, sustentabilidade, corrupção, manipulação de resultados, plataformas online, artigo n.º 40 da Carta Olímpica, etc.

O Presidente do Comité Olímpico Internacional (COI), Thomas Bach, marcou presença em alguns momentos chave, tendo no final do Fórum, respondido a todas as questões levantadas pelos presentes.

SESSÕES DE LITERACIA FINANCEIRA E FISCALIDADE PARA ATLETAS

Dois workshops sobre Literacia Financeira e Fiscalidade, organizados por Comissão de Atletas Olímpicos (CAO) e Comité Olímpico de Portugal (COP), decorreram em Lisboa e Braga, tendo como formador Diogo Luís, consultor financeiro na Golden Wealth Management e comentador n/A Bola TV. Especialista no sector financeiro, Diogo Luís desempenhou funções em dois bancos de investimento – Banco BiG e Banco Best -, tendo sido jogador profissional de futebol em clubes como Benfica, Estoril, Leixões, Alverca e Beira Mar. Licenciado em economia na Faculdade de Economia da Universidade Nova de Lisboa, Diogo Luís deixou aos atletas muitas pistas sobre investimento em ativos financeiros com qualidade, como constituir um portefólio financeiro equilibrado e diversificado, e definir uma estratégia com decisões fundamentadas na hora de aplicar o capital.

Estas ações da CAO decorrem do projeto Shaping Role Models, que visa proporcionar aos atletas uma alfabetização adequada ao nível da Literacia Financeira, a fim de garantir uma fluida e adequada transição para o seu pós-carreira desportiva, bem como evitar a vulnerabilidade no que diz respeito à manipulação de resultados e ao doping.

SESSÃO ANUAL DA ACADEMIA OLÍMPICA DE PORTUGAL NO FUNCHAL



Valorizar socialmente o desporto do ponto de vista do desenvolvimento depende da forma como encaramos essa atividade e nela nos empenhamos. A opinião foi expressa pelo presidente do Comité Olímpico de Portugal (COP), José Manuel Constantino, durante a cerimónia de abertura da XXX Sessão Anual da Academia Olímpica de Portugal, no Funchal. Recordando o fundador dos Jogos Olímpicos modernos, o presidente do COP trouxe à memória a formulação original do Olimpismo por Pierre de Coubertin como filosofia de vida ao serviço da formação humana, assim se compreendendo o papel que tem assumido na luta pela paz, no apoio aos refugiados ou na defesa do ambiente, numa demonstração de que não se confina ao desporto e quer estar na sociedade, ajudando a resolver os seus problemas.

A cerimónia de abertura da sessão anual da AOP contou ainda com intervenções protocolares de Custódia Drumond, vice-reitora da Universidade da Madeira, Jorge Carvalho, secretário regional da Educação da Madeira, e de Tiago Nunes Viegas, presidente da Academia Olímpica de Portugal.

DENUNCIAR OU NÃO DENUNCIAR – EIS A QUESTÃO NA MANIPULAÇÃO

“Denunciar ou não denunciar – vantagens e perigos em reportar irregularidades no desporto” deu título à conferência que decorreu no Instituto Superior das Ciências do Trabalho e da Empresa (ISCTE), em Lisboa, à qual o Comité Olímpico de Portugal (COP) se associou e teve a manipulação de competições desportivas como tema dominante. Marcelo Moricone, do Centro de Estudos Internacionais (CEI), do Instituto Universitário de Lisboa (IUL), apresentou a comunicação “Código de Silêncio no Desporto em Portugal”, tendo fornecido um dado significativo: de acordo com a Europol, a corrupção no desporto está entre as maiores atividades do crime organizado, na União Europeia.

João Paulo Almeida, diretor-geral do COP, introduziu na discussão o doping e a manipulação de competições como “os dois pilares que corroem o desporto”, mas “são sancionados de forma diferente.” E deu o exemplo de Lance Armstrong, continuamente recriminado pelos seus casos de doping, e o de Nikola Karabatic, em tempos considerado o melhor andebolista do mundo, ligado a um caso de manipulação, mas que continuou a participar em competições internacionais de elite sem qualquer tipo de problema.

COP NAS COMEMORAÇÕES DO DIA INTERNACIONAL DO DESPORTO PARA O DESENVOLVIMENTO E A PAZ

O Comité Olímpico de Portugal (COP) participou nas comemorações do Dia Internacional do Desporto para o Desenvolvimento e a Paz organizadas pela Câmara Municipal do Seixal, Movimento dos Municípios pela Paz e Conselho Português para a Paz e Cooperação.

José Manuel Constantino, presidente do COP, fez uma intervenção intitulada “Desporto, Paz e Ética”, na qual sublinhou que “o desporto como linguagem universal tem em seu proveito alguma capacidade diplomática que quando bem utilizada tem permitido ajudar a pacificar as relações entre estados, países e nações em conflito. O exemplo mais recente tem sido a aproximação das relações entre as Coreias, fazendo acreditar que o desporto tem ainda à sua conta alguma capacidade política de aproximar partes em conflito.”

FISCALIDADE NA ARBITRAGEM EM CONFERÊNCIA

“Fiscalidade na arbitragem” foi tema para uma conferência desenvolvida pela Comissão de Arbitragem e Ajuizamento Desportivo do Comité Olímpico de Portugal. Silvério Mateus, especialista em fiscalidade, fez a caracterização geral do tema, chamando a atenção desde logo para o facto da lei fiscal não

contemplar o conceito de “atividade desportiva”, embora exista um enquadramento tributário específico extensível a todos os agentes desportivos.

Pedro Carvalho, da Secretaria de Estado da Juventude e Desporto, sublinhou o facto de o COP apresentar “propostas de alteração do enquadramento fiscal, que são todas ponderadas e algumas têm sido acolhidas. Estará o gabinete do secretário de Estado pronto para receber todos os contributos”, garantiu. Diogo Geraldês (Confederação das Associações de Juizes e Árbitros de Portugal) introduziu na discussão o tema da arbitragem desempenhada por jovens. Existem “13 625 árbitros e mais de 60 por cento são jovens. Sendo estudantes, com bolsas, qualquer incremento de rendimento leva à perda de benefícios fiscais”, o que pode conduzir ao abandono da atividade.

Paulo Lourenço (Federação Portuguesa de Futebol) lançou uma questão: “Um árbitro que tem uma bolsa de formação tem ou não de estar coletado?” E defendeu: “Não.”



COP PRESENTE NO FÓRUM EUROPEU DO DESPORTO

O Comité Olímpico de Portugal (COP) participou no Fórum Europeu do Desporto, promovido pela Comissão Europeia em Bucareste, Roménia, durante dois dias, para debater as questões do doping, do papel desempenhado pelas federações desportivas na promoção do desporto europeu e a capacidade da Europa em atrair a organização de grandes competições.

A representação esteve a cargo do presidente do COP, José Manuel Constantino, e do diretor-geral, João Paulo Almeida, que interveio para questionar as lacunas na aplicação da lei em matéria de integridade, nomeadamente a ratificação pela União Europeia da Convenção do Conselho da Europa sobre a Manipulação de Competições Desportivas. Sandra Monteiro, Chief of Global Business Strategies at National Hockey League Players’ Association, participou numa das sessões paralelas que questionou se as organizações que governam o desporto têm em conta a posição dos atletas na tomada de decisões.

SUGESTÕES DO COP SOBRE ESTATUTO DO DIRIGENTE DESPORTIVO

O Comité Olímpico de Portugal (COP) teve a iniciativa de enviar ao Governo e às Federações Desportivas uma reflexão sobre o estatuto do dirigente desportivo, acompanhada de uma série de sugestões, por entender ser necessário realizar “um debate público sobre um dos pilares fundamentais do Universo Desportivo, que é justamente o Dirigente Desportivo, seja este benévolo ou profissional.”

Na ótica do COP, “urge procurar o devido equilíbrio entre quem se encontra em regime de benevolato e quem se dedica à atividade a título profissional, e bem assim atender à multiplicidade de contextos no exercício da própria atividade de dirigente desportivo.” O COP sublinha no documento que “o enquadramento legislativo tem de acautelar que não é possível aplicar as mesmas regras tanto aos dirigentes das mais altas organizações desportivas como aos presidentes de clubes locais, cujas funções vão desde dirigir o clube à viatura que transporta os atletas para os recintos desportivos”, concluindo que “manter o atual estado da situação, no qual os escassos direitos dos dirigentes benévolos, positivados na lei, são obliterados cristaliza ainda mais o sistema vigente.”

PUBLICADAS RECOMENDAÇÕES DO COI SOBRE IGUALDADE DE GÉNERO

O Comité Olímpico Internacional (COI) sintetizou num documento todas as atividades que o Movimento Olímpico tem realizado com vista à adoção de princípios de igualdade de género em todas as diferentes dimensões desportivas. Na abertura do documento, o presidente do COI, Thomas Bach, diz-se “plenamente convencido que o desporto é uma das plataformas mais poderosas para a promoção da igualdade de género e empoderamento das mulheres.”

O documento é o resultado do projeto desenvolvido pelo Grupo de Trabalho sobre Igualdade de Género presidido por Marisol Casado, e apresenta recomendações quanto à participação nos Jogos Olímpicos, formato de competições, equipamentos, proteção dos atletas no que diz respeito a questões de assédio e representação de ambos os géneros nos meios de comunicação.



COP RECEBE MANAGER DO PROJETO EUROPEU INTEGRISPORT ERASMUS+

O diretor-geral do Comité Olímpico de Portugal (COP), João Paulo Almeida, teve um encontro com Norbert Rubicsek, manager do projeto IntegriSport Erasmus+, da União Europeia, e Diretor da Foundation for Sport Integrity. Norbert Rubicsek efetuou uma ronda pelas entidades parceiras do projeto e por alguns atores-chave, no âmbito da manipulação de resultados, tendo em vista recolher informação mais aprofundada. No caso do COP, tomou conhecimento sobre os seguintes tópicos junto de João Paulo Almeida: Programa de integridade do COP identificado como uma boa prática; Implementação da Convenção do Conselho da Europa sobre Manipulação de Competições Desportivas, nomeadamente a Plataforma Nacional; Quadro regulador do mercado de apostas desportivas e de integridade no desporto em Portugal; Colaboração do COP com outros parceiros nacionais, nomeadamente órgãos de investigação e polícia criminal; Envolvimento do COP em projetos e redes de cooperação internacional.

EMBAIXATRIZ INGRID MARTINS RELEMBRA TÓQUIO 1964

A embaixatriz Ingrid Bloser Martins, viúva do embaixador Armando Martins Janeira, que representou Portugal no Japão num período que incluiu a realização dos Jogos Olímpicos de Tóquio 1964, esteve na sede do Comité Olímpico de Portugal (COP), onde deu testemunho sobre os momentos vividos naquele tempo. Na sessão, onde estiveram o presidente do COP, José Manuel Constantino, o diretor-geral, João Paulo Almeida, e os restantes colaboradores, compareceram igualmente o presidente da Associação de Amizade Portugal-Japão, João Ribeiro, e o secretário-geral, Luís Santos.





PEDRO DIAS
Diretor coordenador
da Federação Portuguesa
de Futebol

Foi necessário cerca de uma década até a FIFA decidir integrar o Futebol de praia no seu plano de atividades. Decorria o ano de 2005 quando foi organizado o primeiro campeonato do mundo sob a tutela da FIFA, no Rio de Janeiro. Portugal sagrou-se vice-campeão mundial numa final onde teve a França como adversária

Futebol de praia tem vasta participação global

As raízes do Futebol de praia estão associadas ao continente americano, nomeadamente o Brasil e os Estados Unidos da América, onde existem registos de competições formais no início da década de noventa do século passado.

O sol, o mar, a areia, a espetacularidade, o fair play e o ambiente festivo são marcas identitárias do Futebol de praia, aliadas a regras simples que imprimem uma forte dinâmica ao jogo, proporcionando condições para que a habilidade individual de cada jogador prevaleça. Estas características potenciaram desde muito cedo o interesse de marcas comerciais, cuja participação valorizou a modalidade e proporcionou condições para o seu crescimento.

Em Portugal, a primeira competição internacional organizada foi o Mundialito, em 1997. Este evento originou a criação de uma seleção para representar Portugal. Não existia nesta altura uma base relevante de praticantes, foi necessário recorrer a praticantes de Futebol com notoriedade e experiência para constituir a primeira seleção de Portugal de Futebol de praia. O arranque da modalidade contraria as boas práticas da gestão desportiva no que concerne ao desenvolvimento do desporto. A pirâmide estava invertida, mas o sucesso desportivo da seleção nacional foi um excelente tópico para promover a modalidade.

Foi necessário cerca de uma década até a FIFA decidir integrar o Futebol de praia no seu plano de atividades. Decorria o ano de 2005 quando foi organizado o primeiro campeonato do mundo sob a tutela da FIFA, no Rio de Janeiro. Portugal sagrou-se vice-campeão mundial numa final onde teve a França como adversária.

Em Portugal, entre os finais da década de noventa e os finais de 2011, foram organizadas algumas competições de Futebol de praia, umas de âmbito regional e outras de carácter nacional. Estas competições tinham uma gestão privada, não estando a sua promoção e organização sob a responsabilidade da Federação Portuguesa de Futebol (FPF).

A chegada de Fernando Gomes à liderança da FPF, em 17 de dezembro de 2011, permitiu integrar o Futebol de praia no seio da Federação, tendo o primeiro sinal sido transmitido com a integração plena da seleção nacional de Futebol de praia no seio da estrutura da FPF, na divisão desportiva.

No ano de 2012, a direção da FPF aprovou um plano de desenvolvimento para o Futebol de praia, que integrava uma linha de apoio à criação e apetrechamento de infraestruturas para a prática da modalidade, um programa de formação específica destinado a árbitros e treinadores, a criação de competições nacionais e a candidatura à organização da fase final do campeonato mundial de futebol de praia em 2015.

Estas iniciativas permitiram criar uma base de praticantes, proporcionar uma oferta de prática minimamente estruturada e estabelecer um plano a médio termo, que foi enriquecido com a integração do Futebol de praia no programa da 1ª edição dos Jogos Europeus realizados em 2015, na cidade de Baku, no Azerbaijão.

O ano de 2015 foi memorável. A FPF organizou duas provas nacionais, o campeonato de Elite e o Nacional, a seleção nacional conquistou a medalha de bronze na primeira edição dos Jogos Europeus em Baku, sagrou-se campeã do mundo em Espinho e conquistou o título de campeã da Europa na Finlândia. Nesse mesmo ano de 2015, Madjer foi eleito o melhor jogador do Mundo, Bernardo Martins foi o jogador revelação e Mário Narciso o melhor treinador do mundo.

A perspetiva de participação da seleção nacional de Futebol de praia na 1ª edição dos Jogos Europeus Baku 2015 foi colocada ao nível das medalhas, considerando o nível desportivo de Portugal e os resultados desportivos alcançados em 2014 e 2015.

A perspetiva de participação da seleção nacional de Futebol de praia na 2ª edição dos Jogos Europeus Minsk 2019 estará ao mesmo nível da participação em Baku 2015, as medalhas. Portugal está no top 3 do ranking mundial e lidera o ranking Europeu, terá pela frente uma competição



exigente, muito seletiva, que contará com a participação de oito das melhores seleções europeias de Futebol de praia.

Portugal defrontará na fase de grupos a anfitriã Bielorrússia, a Suíça e a Roménia. No grupo B competem a Rússia, a Itália, a Espanha e a Ucrânia. Para alcançar o objetivo desportivo nesta competição, Portugal terá de terminar a fase de grupos na primeira ou segunda posição, para poder disputar as medalhas.

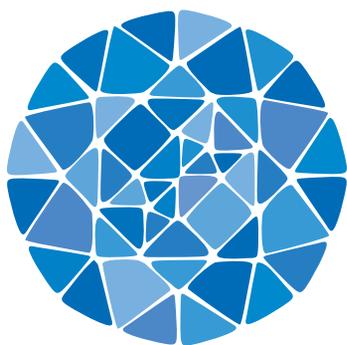
O ano de 2019 será de elevada exigência, além dos Jogos Europeus, em Minsk, Portugal disputará a qualificação para a fase final do campeonato da Europa (Figueira da Foz 2019) e do campeonato do mundo (Paraguai 2019).

O Futebol de praia tem presentemente uma vasta participação global: 114 países disputam a qualificação para o mundial FIFA 2019 e 36 países disputam a qualificação europeia para o mundial. ●

O ano de 2019 será de elevada exigência, além dos Jogos Europeus, em Minsk, Portugal disputará a qualificação para a fase final do campeonato da Europa (Figueira da Foz 2019) e do campeonato do mundo (Paraguai 2019)



**2nd EUROPEAN
GAMES**



ESTÃO AÍ OS JOGOS EUROPEUS MINSK 2019

De 21 a 30 de junho, Minsk recebe a segunda edição dos Jogos Europeus. Depois do sucesso da primeira presença em Baku 2015, Portugal apresenta-se com 99 atletas de 13 modalidades e vai em busca de bons resultados.

A CAPITAL DA BIELORRÚSSIA VAI SER PALCO DOS SONHOS de mais de 4000 atletas de 50 países de toda a Europa que lutam por uma das medalhas em disputa na maior competição multi-desportiva do ano.

Nas próximas páginas acompanhe o mini-guia para estar a par da participação portuguesa. Conheça os atletas e oficiais que compõem a Missão de Portugal, os locais de competição, o calendário da participação portuguesa e as expectativas que embarcam em junho para uma viagem de mais de 3800km.



Portugal quase que faz o pleno nas modalidades desportivas. Teremos representantes no atletismo, badminton, canoagem, ciclismo (estrada e pista), futebol de praia, ginástica (acrobática, aeróbica, artística e trampolins), judo, karaté, lutas amadoras, ténis de mesa, tiro, tiro com arco e tiro com armas de caça. Sem representantes portugueses ficam apenas as competições de basquetebol 3x3, ginástica rítmica e sambo.

O atletismo e tiro com arco são as modalidades que fazem a sua estreia em Missões aos Jogos Europeus, enquanto que as restantes repetem a presença depois de Baku 2015.

Na apresentação da Missão, Marco Alves, chefe da Missão e diretor do departamento de Missões e Preparação Olímpica do COP, sublinhou a importância de fazer parte deste grupo de atletas: “Cada um transporta em si o orgulho de representar Portugal”. E reforçou uma ideia construída nos últimos anos: “Estamos mais preparados para os desafios destes Jogos.”

O chefe da Missão a Minsk lançou depois um desafio à audiência que gosta e acompanha o desporto: “Que os portugueses se envolvam com esta Missão e entendam como os atletas se preparam. E, se entenderem, vão orgulhar-se.”

O presidente da Comissão de Atletas Olímpicos, João Rodrigues, com sete participações em Jogos Olímpicos no currículo, sublinhou a importância do trabalho já realizado pelos atletas: “O vosso percurso enche-nos de orgulho.” E também fez um desafio: “Gostava de os convidar a darem o vosso melhor, é a única coisa que vos peço.”



Esta é a composição da Missão de Portugal aos Jogos Europeus Minsk 2019



ATLETISMO

Patrícia Silva – Corrida de perseguição mista
“[Corrida de perseguição mista] É diferente, é uma coisa que nunca fiz. Estou entusiasmada por experimentar e acho que vai correr bem, vamos dar o nosso melhor. Temos um conjunto de atletas e vai permitir mostrar ao Atletismo português que nós valemos a pena”

ATLETISMO

Andreia Crespo – 4x400m / Corrida de perseguição mista
Carlos Nascimento – 100m
Cátia Azevedo – 4x400m
Cláudia Ferreira – Lançamento do dardo
Diogo Pinhão – Corrida de perseguição mista
Evelise Veiga – Salto em comprimento
Jéssica Barreira – Salto em comprimento / Lançamento do dardo
Joana Carlos – Corrida de perseguição mista
João Coelho – 4x400m
José Carlos Pinto – Corrida de perseguição mista
Lorene Bazolo – 100m
Mauro Pereira – Corrida de perseguição mista
Olímpia Barbosa – 100m barreiras
Patrícia Silva – Corrida de perseguição mista
Paulo Conceição – Salto em altura
Pedro Bernardo – 100m / Corrida de perseguição mista
Rivinilda Mentai – 4x400m
Samuel Remédios – 110m barreiras
Tiago Pereira – Salto em altura
Ricardo dos Santos – 4x400m

BADMINTON

Bernardo Atilano – Individual
Sónia Gonçalves – Individual



BADMINTON

Sónia Gonçalves – Singulares

“Todo o investimento feito na minha carreira desportiva tem dado frutos, embora nem sempre consigamos os resultados que desejamos e sonhamos”



CANOAGEM

Joana Vasconcelos – K1 5000m, K2 200m, K2 500m e K4 500m

“As expectativas têm de ser sempre boas. Temos vindo a fazer um bom trabalho e espero que tudo nos corra bem”

CANOAGEM

Bruno Afonso – C2 1000m

David Varela – K4 500m

Emanuel Silva – K4 500m

Fernando Pimenta – K1 1000m e K1 5000m

Francisca Carvalho – K1 200m e K4 500m

Francisca Laia – K4 500m

Hélder Silva – C1 200m

Hugo Rocha – K1 200m

Joana Vasconcelos – K1 5000m, K2 200m, K2 500m e K4 500m

João Ribeiro – K4 500m

Marco Apura – C2 1000m

Messias Baptista – K4 500m

Sara Sotero – K1 200m e K1 500m

Teresa Portela – K2 200m, K2 500m e K4 500m

CICLISMO

João Matias – Estrada. Pista: perseguição individual e madisson

Maria Martins – Estrada. Pista: scratch, corrida por pontos e omnium

Rui Oliveira – Pista: scratch, omnium e madisson

Nelson Oliveira – Estrada e contrarrelógio

César Martingil – Estrada

Daniel Mestre – Estrada

Daniela Reis – Estrada

Rafael Silva – Estrada

Miguel do Rego – Pista: corrida por pontos





FUTEBOL DE PRAIA

Bruno Torres

“No plano teórico podemos considerar-nos superiores, devido ao nosso histórico, mas a exigência será máxima”

FUTEBOL DE PRAIA

André Lourenço
Bernardo Santos
Bruno Torres
Elinton Andrade
João Gonçalves
João Saraiva
Jordan Santos
Leonardo Santos
Nuno Belchior
Rúben Brilhante
Rui Coimbra
Tiago Petrony



GINÁSTICA ARTÍSTICA

Ana Filipa Martins – All-around

“É a minha estreia e quero sempre dar o meu melhor e conseguir os melhores resultados”

GINÁSTICA

Acrobática

Bárbara Sequeira – Trio feminino – equilíbrio, dinâmico e combinado

Francisca Maia – Trio feminino – equilíbrio, dinâmico e combinado

Francisca Sampaio Maia – Trio feminino – equilíbrio, dinâmico e combinado

Aeróbica

João Salvado – Par misto

Sara Silva – Par misto

Artística

Ana Filipa Martins – All-around

Trampolins

Beatriz Martins – Individual e sincronizado

Diogo Abreu – Individual e sincronizado

Diogo Ganchinho – Individual e sincronizado

Silvia Saiote – Individual e sincronizado



JUDO

Telma Monteiro – -57kg

“Qualquer competição a que vou, o meu objetivo é estar no pódio”



LUTAS AMADORAS

Pedro Caldas – Luta greco-romana -67Kg

“O objetivo é sempre ganhar. O que podem esperar de mim é o máximo. Vou entrar para o tapete e dar o máximo, sempre, como faço em todas as competições”

JUDO

- Anri Egutidze – -81kg
- Bárbara Timo – -70kg
- Carlos Luz – -81kg
- Catarina Costa – -48kg
- Gonçalo Mansinho – -60kg
- Joana Ramos – -52kg
- João Crisóstomo – -66kg
- Jorge Fernandes – -73kg
- Jorge Fonseca – -100kg
- Maria Siderot – -48kg
- Mariana Esteves – -52kg
- Nuno Saraiva – -73kg
- Patrícia Sampaio – -78kg
- Rochele Nunes – +78kg
- Sergiu Oleinic – -66kg
- Telma Monteiro – -57kg
- Tiago Rodrigues – -90kg
- Yahima Ramirez – -78kg

KARATÉ

Patricia Esparteiro – Kata

LUTAS AMADORAS

Pedro Caldas – Luta greco-romana -67kg

TÉNIS DE MESA

- Fu Yu – Singulares
- Jieni Shao – Singulares
- João Monteiro – Equipas
- Marcos Freitas – Singulares e Equipas
- Tiago Apolónia – Singulares e Equipas



Grandes Eventos



KARATÉ

Patricia Esparteiro – Kata

“Somos apenas oito atletas e fiquei super contente [por estar presente]. Mas tenho a garra e o ADN português que nos caracteriza de ir e tentar conquistar o mundo”



TÊNIS DE MESA

Marcos Freitas – Singulares e Equipas

“É uma das provas mais importantes do ano para nós, porque dá qualificação direta para os Jogos Olímpicos, por isso vamos tentar estar na máxima força e dar tudo”

TIRO

Joana Castelão – Pistola 10m, Pistola 25m, Pistola 10m equipas mistas e Pistola 25m equipas mistas

João Costa – Pistola 10m, Pistola 10m equipas mistas e Pistola 25m equipas mistas

TIRO COM ARCO

Rui Baptista – Compound individual

TIRO COM ARMAS DE CAÇA

Ana Rita Rodrigues – Trap individual e trap equipas mistas

Inês Barros – Trap individual

João Paulo Azevedo – Trap individual e trap equipas mistas

*Informação atualizada a 27 de maio de 2019



	21 junho	22 junho	23 junho	24 junho	25 junho	26 junho	27 junho	28 junho	29 junho	30 junho
Cerimónia de Abertura	X									
Cerimónia de Encerramento										X
Atletismo			Q		Q	Q/M		M		
Badminton				Q	Q	Q	Q	C	C/M	M
Basquetebol 3x3	Q	Q	Q	Q/M						
Boxe	C	C	C	C	C	C		C	M	M
Canoagem					Q	Q/M	M			
Ciclismo de estrada		Q	Q		Q					
Ciclismo de pista							Q/M	Q/M	Q/M	Q/M
Futebol de Praia					C	C	C	C	C/M	
Ginástica acrobática		M	M							
Ginástica aeróbica				M	M					
Ginástica artística							Q		M	M
Ginástica de trampolins				Q/M	Q/M					
Ginástica rítmica		M	M							
Judo		Q/M	Q/M	Q/M	Q/M					
Karaté									Q/M	Q/M
Lutas Amadoras					Q	Q/M	Q/M	Q/M	Q/M	Q/M
Sambo		Q/M	Q/M							
Ténis de Mesa		Q	Q	Q	Q/M	Q/M	Q	Q	M	
Tiro		Q/M								
Tiro com Arco	Q	Q/M	Q/M	Q	Q	Q/M	Q/M			
Tiro com Armas de Caça		Q	Q/M	Q/M		Q	Q/M	Q/M		

LEGENDA

Q - Eventos de qualificação

M - Eventos de medalha

Q/M - Eventos de qualificação e de medalha

Agora que já conhece os atletas que compõem a Missão de Portugal aos Jogos Europeus Minsk 2019 saiba como pode acompanhar ao minuto a participação portuguesa na competição:

Site institucional do Comité Olímpico de Portugal

www.comiteolimpicoportugal.pt

Notícias diárias

Calendário de participação portuguesa

Redes sociais do Comité Olímpico de Portugal

<https://www.facebook.com/comiteolimpicoportugal/>

<https://twitter.com/COPPORTUGAL>

<https://www.instagram.com/comiteolimpicoportugal/>

Resultados em direto dos portugueses

Sport Tv

Transmissão em direto de Cerimónias e competições (consultar programação própria para detalhes)

Transmissão de compactos diários sobre a competição

Website oficial Minsk 2019

<https://minsk2019.by/en>

Notícias, fotografias e informação veiculada pela organização

App oficial

Download Android (QR code em anexo)

Download iOS (QR code em anexo)

Notícias, fotografias e informação veiculada pela organização



MARCO ALVES

“TEMOS DE ESTAR DISPONÍVEIS 24 HORAS POR DIA DURANTE OS JOGOS”

A pouco mais de um ano dos Jogos Olímpicos de Tóquio, Marco Alves, de 36 anos, chefe da Missão de Portugal, aborda o que tem sido feito com as federações, com os treinadores e com os atletas neste ciclo olímpico, onde os Jogos Europeus em Minsk este mês são uma referência obrigatória

É o chefe de missão mais novo aos Jogos Olímpicos. Considera que é um prémio à juventude?

É uma pergunta que deve ser dirigida à Comissão Executiva, pois foi este órgão do Comité Olímpico de Portugal (COP) que decidiu sobre a nomeação para os Jogos Europeus em Minsk e para os Jogos Olímpicos de Tóquio. Aquilo que tanto eu como a Catarina Monteiro, adjunta do chefe de missão, entendemos é que se trata do reconhecimento do nosso trabalho ao longo dos últimos anos. Interpreto isso naturalmente como um sinal de confiança por parte da Comissão Executiva do Comité Olímpico de Portugal.

Foi chefe de missão aos Jogos Mundiais, Jogos do Mediterrâneo, Jogos Olímpicos da Juventude, mas agora em Minsk e em Tóquio vai ser um mundo completamente diferente?

Naturalmente que sim. E não pelas atenções mediáticas, mas principalmente pelo que os Jogos significam para todos os nossos atletas que vão estar envolvidos na preparação dos Jogos Europeus, em Minsk, e dos Jogos Olímpicos, em Tóquio. Os Jogos Europeus de Minsk são um ponto de aferição muito importante para algumas modalidades que estão envolvidas na qualificação para Tóquio, nomeadamente o Atletismo, o Badminton, o Boxe, o Ciclismo, o Karaté, o Tiro, o Tiro com Arco, o Tiro com Armas de Caça e o Ténis de Mesa, com a particularidade de no Judo, à semelhança do que aconteceu em Baku, na primeira edição, se disputar o Campeonato da Europa.

Já falou com outros Chefes de Missão de Portugal aos Jogos Olímpicos?

Acompanhei os Jogos de Londres e do Rio de Janeiro, com as equipas a serem chefiadas por Mário Santos e José Garcia, respetivamente. Dessa experiência, muitos dos processos de planeamento e de operação foram já testados em contexto de Jogos. A gestão da equipa está bastante interiorizada e trabalhada e todo este processo contou naturalmente com a experiência das Chefias de Missão do Mário Santos e do José Garcia.





“PREFIRO DIZER QUE FAÇO PARTE DA CHEFIA DE MISSÃO DO QUE FALAR NO CARGO DE CHEFE DE MISSÃO”

A sua maior preocupação a pouco mais de um ano dos Jogos Olímpicos é o dia só ter 24 horas?

Essa preocupação acontece desde o dia em que terminaram os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro. Naturalmente que primeiro há os Jogos Europeus em Minsk, mas recorro que temos pela frente mais quatro missões no nosso calendário até final do ano. Tóquio está sempre presente no nosso dia-a-dia, mas, naturalmente, e nesta fase, estamos mais focados na preparação para Minsk.

Como se tem preparado para, como chefe de missão, se sentir bem num país com uma cultura bem diferente da nossa, tal como o clima, alimentação e fuso horário?

Na verdade, esta oportunidade de termos 13 missões durante este ciclo olímpico dá-nos a possibilidade de aperfeiçoar as nossas rotinas. Muitas vezes, as mais difíceis de treinar são aquelas que estão associadas ao sono, porque temos de estar disponíveis durante 24 horas por dia durante o período dos Jogos. E acabam sempre por acontecer situações durante aquele período que normalmente está associado ao descanso. Essa poderá ser a principal barreira. No que diz respeito à alimentação, Tóquio será diferente e estamos a trabalhar nesse sentido. Na nossa equipa temos uma nutricionista para nos ajudar nesse processo. O próprio país que recebe os Jogos tem esse cuidado de oferecer uma ementa internacional, em termos de alimentação. Geralmente, em contexto de Aldeia Olímpica esta não é uma questão que nos levante grandes dificuldades.

Como está a ser articulado o seu trabalho com o da Catarina Monteiro?

Já abordei várias vezes a importância do trabalho em equipa e é precisamente isso que entendemos como crucial para o trabalho da Chefia de Missão. A forma como nós o assumimos passa pela avaliação e a decisão sobre todos os aspetos da preparação em conjunto e pela confiança que a nossa experiência e o nosso conhecimento deste contexto nos ajude a resolver as várias solicitações e as diversas situações da forma mais conveniente. Prefiro dizer que faço parte da Chefia de Missão do que falar no cargo de Chefe de Missão.

Ser chefe de missão aos Jogos de Tóquio é a tarefa de maior responsabilidade desde que está no Comité Olímpico de Portugal?

Sem dúvida. Poder contribuir da melhor forma que sei para garantir que tudo possa correr pelo melhor é uma responsabilidade muito grande e é a maior desde que entrei para o Comité, em 2009.

Atribui algum valor às críticas que dizem que o chefe de missão aos Jogos Olímpicos não deveria ser funcionário do Comité Olímpico de Portugal?

Creio que se trata de valorizar o trabalho que tem vindo a ser desenvolvido ao longo dos últimos anos e nesse sentido estamos a ir ao encontro do que acontece em outros países. E, por outro lado, a Catarina Monteiro tem estado sempre presente desde os Jogos de 2004 e eu desde 2012. Isso ajuda-nos a entender e a resolver variadas situações. Além disso, ao longo destes últimos anos temos vindo a estabelecer contactos internacionais que nos são muito úteis para ultrapassar da melhor forma determinados problemas. Neste sentido o facto de estar na estrutura e acompanhar várias missões é uma vantagem, mas respeito qualquer outra opção.

É comum essa situação verificar-se em outros países?

O caso mais próximo acontece na nossa vizinha Espanha, com Cayetano Cornet, colaborador do Comité Olímpico Espanhol, que tem sido o principal responsável para vários eventos. Temos ainda o caso de França, que flutua entre vários colaboradores; da Holanda, Croácia, Estónia e Grécia, onde a chefia de missão é encontrada dentro de casa.

Tenciona manter a mesma linha de atuação de outros chefes da missão portuguesa?

Em termos daquilo que tem sido a experiência em anteriores eventos temos feito algumas alterações, nomeadamente na escolha de elementos que fazem parte da missão, mas muitos dos processos são testados de missão em missão. As situações são avaliadas e em função da nossa experiência permitem-nos proceder a algumas alterações.

Qual vai ser o cunho pessoal de Marco Alves nesta chefia de missão?

Essa avaliação terá que ser realizada depois dos Jogos. Mas aquilo que podem esperar de nós é uma proximidade com os atletas, treinadores e federações, para que no período antes dos Jogos possamos corresponder às suas necessidades e nessa linha recebê-los na Aldeia Olímpica, garantir as melhores condições de enquadramento, descanso, alimentação e transporte que o contexto dos Jogos lhes pode proporcionar.

Vai exigir maior rigor às federações?

A estrutura do Comité Olímpico de Portugal adaptou-se a muitas dessas situações que foram identificadas no passado. O facto de termos dois departamentos a trabalhar de forma permanente, como o médico e o desportivo, veio

ajudar-nos a colmatar algumas situações que correram menos bem no passado.

Como está a ser feito o trabalho com as federações?

As alterações que foram introduzidas para este ciclo olímpico permitiram às federações proceder a um outro tipo de planeamento. Geralmente, havia reuniões todos os anos sobre os planos de atividades, avaliação de resultados, mas o que pretendemos é dar uma estabilidade às federações ao longo do ciclo e, então, toda a documentação que é produzida em termos de preparação olímpica tem em vista todo o ciclo olímpico. Isto dá-nos confiança em termos do planeamento, do financiamento e da monitorização dos objetivos para os Jogos Olímpicos. A nossa ideia é conferir e assegurar estabilidade aos atletas, treinadores e federações. Em relação aos Jogos Europeus, em Minsk, existe a consciência de que temos realidades diferentes e, como já tinha sido referido, há um marco importante na qualificação para Tóquio, para algumas modalidades.

O clima e a diferença de fuso horário podem criar problemas adicionais?

Sim. E é, desse ponto de vista, que o Comité tem feito uma série de iniciativas para preparar essas situações. Tivemos uma ação no Comité designada por “Rumo a Tóquio”, em que foram abordadas essas questões, como a diferença horária, clima, humidade e temperatura. Estabelecemos um acordo com o Instituto Português do Mar e Atmosfera no sentido de ajudar as nossas federações, no período de preparação para os Jogos. A par desta iniciativa, a Direção de Medicina Desportiva e a Direção Desportiva do COP têm realizado vários contatos com todos os envolvidos no processo de preparação. Essas situações estão a ser avaliadas e preparadas para que Tóquio não seja uma surpresa.

Quando vai ser escolhido o porta-estandarte para os Jogos e qual vai ser o critério?

Naturalmente que vai haver um critério com base no passado desportivo do atleta, o seu perfil, e depois também temos que contextualizar aqui o próprio calendário dos Jogos Olímpicos. Nem todos os atletas estarão presentes na cerimónia de abertura e é preciso termos a consciência que muitas vezes gostaríamos que fosse determinado atleta, mas por circunstância do calendário ele não pode estar em Tóquio na cerimónia de abertura. E temos de ter consciência que no dia seguinte há competições e muitos atletas não se deslocam ao estádio, para melhor preparar a sua prova. Temos de ser transparentes e claros nesta avaliação.

Muitas das decisões desta Comissão Executiva são conhecidas com muito tempo de antecedência. Isso também vai acontecer com o anúncio do porta-estandarte?

A data ainda não se encontra definida, mas posso avançar que a linha de atuação da Comissão Executiva será a mesma no que diz respeito a este assunto. No entanto não nos podemos esquecer que os períodos de qualificação terminam já muito perto dos Jogos e temos que ter este calendário em consideração.



“Ao longo destes últimos anos temos vindo a estabelecer contactos internacionais que nos são muito úteis para ultrapassar da melhor forma determinados problemas. Neste sentido o facto de estar na estrutura e acompanhar várias missões é uma vantagem, mas respeito qualquer outra opção”

Como chefe de missão, reconhece que a gestão do ego dos atletas acaba por ser determinante no desempenho do seu trabalho, tanto para os Jogos Europeus como para os Jogos Olímpicos?

Não diria a gestão do ego, mas sim a gestão das semelhanças e das diferenças entre atletas. No entanto o facto de tanto eu como a Catarina Monteiro já termos feito parte de várias missões, permite-nos conhecer melhor os atletas. Estas situações são sempre levadas em consideração, quando decidimos questões logísticas, como a gestão das viagens, a distribuição dos quartos, e temos um conjunto de critérios bem organizados na nossa cabeça para tomar essas decisões. Muitos destes atletas já vêm de Londres, ➤



“É importante que as pessoas reconheçam os nossos atletas, particularmente aqueles que são os menos conhecidos. Queremos explicar como se organiza o processo de qualificação, como é realizado o processo de seleção, dar conta dos seus resultados no percurso até à competição”

de Baku, Rio de Janeiro, de Tarragona. Toda esta relação e integração ajuda na nossa proximidade para garantir a estabilidade de uma missão.

A opinião pública não poupa críticas se os resultados não forem satisfatórios, tal como por vezes acontece

com a comunicação social. Está preparado para encarar essa situação?

É importante que as pessoas reconheçam os nossos atletas, particularmente aqueles que são os menos conhecidos. Queremos explicar como se organiza o processo de qualificação, como é realizado o processo de seleção, dar conta dos seus resultados no percurso até à competição. Diria que temos de analisar esta situação de um ponto de vista mais humano e que as pessoas entendam o que está envolvido num trabalho de quatro, oito anos, quando se trata de obter resultados, onde naturalmente uns são melhores do que outros.

Vamos chegar a Minsk e a Tóquio com a certeza que foram dadas as melhores condições para os nossos atletas terem sucesso?

Aquilo que nós acreditamos é que as alterações que introduzimos na preparação olímpica foi no sentido de ajudar as federações, os treinadores e os atletas. Estamos em crer que fizemos um conjunto de alterações importantes para que as condições fossem, na verdade, melhores.

É fácil aceitar a introdução de novas modalidades nos Jogos Olímpicos?

Tradicionalmente, o desporto é conservador e o movimento olímpico internacional evidenciava essa tendência. O facto de, num novo contexto, se querer atingir maiores audiências, gente mais jovem, dá para entender a escolha de novas modalidades. E isso cria-nos novos desafios.

Considera que o modelo dos Jogos Europeus vai vingar de acordo com a atual regulamentação?

A melhor resposta será dada pelas federações europeias. No entanto, direi que a maior vantagem que identifico é a disputas de lugares de qualificação para os Jogos Olímpicos em algumas modalidades. E, neste aspeto, os Comitês Olímpicos Europeus têm trabalhado muito no sentido de garantir essa qualificação, aumentando o interesse competitivo dos Jogos Europeus, conferindo dessa forma uma maior sustentabilidade para as próximas edições.

Acredita que na sua chefia de missão Portugal vai conquistar medalhas nos Jogos de Tóquio?

Naturalmente que sim. Ninguém o quer mais que os atletas que estão em preparação. Aquilo que nos compete é corresponder com as melhores condições para que os seus melhores resultados sejam alcançados em Minsk ou Tóquio, cumprindo os seus objetivos. De acordo com os resultados que têm sido conseguidos ao longo de 2017, 2018 e deste ano, o objetivo é potenciar as condições para que isso possa ser refletido nos Jogos Olímpicos.

O que está definido em termos de contrato entre o Comité e o Governo com vista à presença em Tóquio?

Numa perspetiva de avaliação ao mérito desportivo dos atletas ficou contratualizado o objetivo da conquista de duas medalhas, 12 posições de finalista (8 primeiros) e de 26 semifinalistas (16 primeiros). Este estudo foi feito em 2017, mas como sabemos há sempre oscilações. ●

PRÁTICA KARATÉ E OS RESULTADOS ALCANÇADOS NA DISCIPLINA DE KATA, NO CAMPEONATO DA EUROPA DE 2019, atestam a evolução de Patrícia Esparteiro: 7.º lugar na competição individual e subida ao pódio para receber a medalha de bronze, juntamente com Ana Cruz e Mariana Belo, da prova de equipas.

“É fruto do trabalho que temos vindo a desenvolver, principalmente este resultado da equipa”, explica Patrícia Esparteiro à OLIMPO. “Foram cerca de dois anos que estão agora a ter os seus frutos. A nível individual também tenho trabalhado bastante para alcançar bons resultados.”

superdifíceis. Não consegui dar 100% nem ao Karaté, nem à faculdade, mas mantive-me na alta competição. Acabei o curso e fiz tudo direitinho. Não deixei nenhuma cadeira para trás, estou orgulhosa do que fiz.”

Mais à frente, a atleta portuguesa tem uma meta para atingir, mas sem pressas: os Jogos Olímpicos de Tóquio 2020. “São um objetivo e um sonho, adorava estar presente. Sei que é muito complicado, mas neste momento estou concentrada no torneio de qualificação, em maio de 2020, que poderá ser onde Portugal pode tentar a qualificação para os Jogos Olímpicos.” ●

PATRÍCIA ESPARTEIRO

“Fazia ballet, tinha seis anos e preferi o Karaté”

Vai representar Portugal nos Jogos Europeus, cumprindo um objetivo traçado ainda em 2018. Mais à frente quer lutar por uma vaga nos Jogos Olímpicos

A escolha do Karaté foi uma decisão assumida por Patrícia Esparteiro desde muito cedo, depois de ter feito outras atividades. “Fazia ballet, tinha seis anos, e a certa altura disse que preferia treinar Karaté, porque precisava de me defender. Não é que tenha tido algum problema, porque não tive, mas o ballet não me dizia nada.”

Patrícia Esparteiro rejeita todo e qualquer tipo de estigma em relação à sua escolha. “As pessoas, se calhar, pensam que o Karaté não é feminino, que andamos à ‘porrada’ umas com as outras, mas, de todo, não é verdade. Somos bastante femininas, eu maquilho-me sempre para as competições. Faço kata, um género de coreografia, que é um combate imaginário”, explica.

Passaram 17 anos desde a sua opção pela modalidade e Patrícia é agora uma referência da modalidade, em Portugal, com participação assegurada nos Jogos Europeus Minsk 2019. “Era o meu grande objetivo desta época”, confessa. Tracei-o em setembro e concluí-lo foi um orgulho imenso, porque sabia que a qualificação era bastante apertada. Somos apenas oito atletas, fiquei supercontente.”

Conjugar a vida profissional com uma carreira no Karaté exige alguns esforços, porque a atleta portuguesa tem necessidade de fazer treinos bdiários, entre competições regulares. Mas esse é um problema que já conhece desde os tempos de estudante de enfermagem. “Sou franca, os anos de faculdade foram os anos mais difíceis, principalmente os dois anos de estágio. Foram





TOKYO 2020



ATLETAS GARANTEM MARCA DE QUALIFICAÇÃO PARA OS JOGOS

Atletismo, Natação e Vela foram as primeiras modalidades a fazer-se ao caminho rumo ao Oriente

SÃO JÁ NOVE OS ATLETAS PORTUGUESES com marca de qualificação registada no percurso para os Jogos Olímpicos Tóquio 2020, de três modalidades distintas: Atletismo, Natação e Vela.

Os primeiros a alcançar esse objetivo foram Jorge Lima e José Costa, a dupla de velejadores da classe 49er, que em agosto de 2018 foi 9.^a classificada no Campeonato do Mundo, em Aarhus, Dinamarca. Esse resultado permitiu reservar lugar para Portugal, em Tóquio 2020, mas não diretamente aos velejadores, uma vez que a vaga é atribuída ao país.

O Campeonato Nacional de Natação de 2019, realizado em Coimbra, durante a primeira semana de abril, revelou-se muito produtivo para a obtenção de mínimos olímpicos. Em

dois dias consecutivos, quatro nadadores realizaram o objetivo. Primeiro foram Diana Durães, nos 1500m livres, e Ana Catarina Monteiro, nos 200m mariposa. Seguiram-se-lhes Gabriel Lopes e Alexis Santos, ambos nos 200m estilos.

Ainda em abril, na Maratona de Londres, foi a vez de Carla Salomé Rocha ter atingido marca de qualificação, para poder vir a preencher uma das três vagas em aberto. Na Taça da Europa de marcha atlética, em Alytus, na Lituânia, foi João Vieira a perfilar-se para mais uma participação nos Jogos Olímpicos, ao conquistar uma medalha de bronze nos 50km, com um tempo elegível para Tóquio 2020. Mais recentemente, no Meeting da Maia, Evelise Veiga saltou 14,32m e passou a ser mais uma atleta na lista para Tóquio 2020. ●

ATLETISMO

Prova	Atleta(s)	Marca	Data	Quota	Vagas
Maratona	Carla Salomé Rocha	2:24:47, Maratona de Londres	28/04/19	Nominal	3
50km Marcha	João Vieira	3:46:38, Taça da Europa, Alytus	19/05/19	Nominal	3
Triplo Salto	Evelise Veiga	14,32m, Meeting da Maia	01/06/19	Nominal	3

NATAÇÃO

Prova	Atleta(s)	Marca	Data	Quota	Vagas
1500m Livres F	Diana Durães	16:31.16, CN 2019, Coimbra	05/04/19	Nominal	2
200m Mariposa F	Ana Catarina Monteiro	2:08.40, CN 2019, Coimbra	05/04/19	Nominal	2
200m Estilos M	Gabriel Lopes	1:58.59, CN 2019, Coimbra	06/04/19	Nominal	2
200m Estilos M	Alexis Santos	1:58.19, CN 2019, Coimbra	06/04/19	Nominal	2

VELA

Prova	Atleta(s)	Resultado	Data	Quota	Vagas
49er	José Costa/Jorge Lima	9.º CM Aarhus 2018 (6.º a 1 por país)	11/08/18	País	1



SEMINÁRIO “RUMO A TÓQUIO” PERSPETIVA MISSÃO DE PORTUGAL

O COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL (COP) reuniu na sua sede, em Lisboa, no seminário “Rumo a Tóquio 2020”, Federações Desportivas, treinadores, dirigentes e investigadores com o objetivo de avaliar e perspetivar a preparação para os próximos Jogos Olímpicos, a 480 dias do seu início.

A sessão começou com o painel “Tóquio 2020: caracterização do contexto e preparação desportiva”, com intervenções de Marco Alves, chefe de missão a Tóquio 2020; Pedro Roque, diretor desportivo do COP, e de Nuno Miguel Moreira, chefe da Divisão de Previsão Meteorológica, Vigilância e Serviços Especiais do Instituto Português do Mar e da Atmosfera, que se centrou no “Clima de Tóquio versus as previsões meteorológicas antes e durante os Jogos Olímpicos”.

Em seguida, os trabalhos prosseguiram com a Direção de Medicina Desportiva do COP, que abordou a “Adaptação a Tóquio 2020: viagem, jet-lag, temperatura, humidade, alimentação, hidratação, sono”.

As intervenções estiveram a cargo de José Gomes Pereira (diretor); Jaime Milheiro (diretor-adjunto); Ana Bispo Ramires (responsável da área de Psicologia); e Cláudia Minderico (responsável pela área de Nutrição).

O seminário terminou com o painel “Recursos tecnológicos ao dispor da preparação desportiva rumo a Tóquio 2020”. João Paulo Vilas-Boas apresentou as soluções disponibilizadas pela Faculdade de Desporto, da Universidade do Porto, e pelo seu Laboratório de Biomecânica. Amândio Santos falou do trabalho desenvolvido na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra; e também da parceria com a Associação para o Desenvolvimento da Aerodinâmica Industrial – Laboratório Associado em Energia, Transportes e Aeronáutica. Manuel Gameiro, da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra, também interveio, apresentando laboratórios e equipamentos de medição.

Pedro Mil-Homens e Duarte Araújo introduziram o trabalho desenvolvido pela Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade de Lisboa, e explicitaram as tarefas dos vários laboratórios da instituição.

João Beckert apresentou as soluções que o Centro de Alto Rendimento do Jamor pode proporcionar.

A encerrar, o presidente do COP, José Manuel Constantino, sublinhou “o elevado grau de responsabilidade” que os intervenientes colocaram nos trabalhos desenvolvidos durante o seminário.



ESTRUTURA DA MISSÃO FOI APROVADA

A COMISSÃO EXECUTIVA DO COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL aprovou a composição da estrutura da Missão de Portugal aos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020.

A estrutura é composta do seguinte modo:

Chefe de Missão – Marco Alves

Adjunta do Chefe de Missão – Catarina Monteiro

Diretor Clínico – José Gomes Pereira

Adido de Imprensa – António Varela

Adidos Olímpicos – João Rodrigues e Keiichi Hioki

Diretor Desportivo e Porta-voz para a Comunicação Social – Pedro Roque

Protocolo e Convidados – Maria José Farinha.

CALENDÁRIO ESTÁ DEFINIDO

DIA D É A 8 DE AGOSTO COM A DISPUTA DE 30 FINAIS

Também há um “Super Sábado”, a 1 de agosto, e um “Golden Sunday”, no dia seguinte: será um fim-de-semana para decidir 47 pódios

Os JOGOS OLÍMPICOS DE TÓQUIO 2020 decorrem oficialmente entre 24 de julho e 9 de agosto, mas a ação começa dois dias antes da cerimónia de abertura, com jogos de Futebol feminino e de Softbol.

As competições de Remo e Tiro com arco começam no dia da Cerimónia de Abertura (24 de julho), iniciando-se a decisão das medalhas no dia 25 de julho, com o Tiro feminino, espingarda 10m. Nessa data, haverá 11 medalhas de ouro em disputa, nas modalidades de Tiro com arco, Ciclismo, Esgrima, Judo, Taekwondo e Halterofilismo.

Algumas das modalidades em estreia no programa dos Jogos entrarão em ação logo de entrada, em Aomi e Ariake, pontos de acesso para eventos urbanos. O Basquetebol 3x3 começa no segundo dia dos Jogos, assim como os eventos de Skate na rua, enquanto o BMX freestyle acontece nos dias 1 e 2 de agosto. O Skate, na disciplina de Parque, terá lugar nos dias 5 e 6 de agosto, e a

Escalada acontecerá entre 4 e 7 de agosto.

O dia 1 de agosto é considerado o “Super Sábado”, data em que serão decididas 21 medalhas de ouro. Do Judo ao Triatlo e ao Tiro, há muitos pódios para definir.

No dia seguinte teremos o chamado “Golden Sunday”, com 26 eventos de medalha agendados, incluindo, no Atletismo, a maratona feminina, a final masculina de 100 m de atletismo; Ginástica e a final masculina do Ténis.

As provas de Atletismo começam a 31 de julho no novo Estádio Olímpico, e todas as sessões terão finais. O Karaté, outra modalidade que faz a sua estreia nos Jogos Olímpicos em Tóquio 2020, decorre de 6 a 8 de agosto.

Sábado, 8 de agosto, será outra data a marcar no calendário, por ter o número recorde de 30 finais, na Ginástica rítmica, Golfe feminino, Basquetebol masculino, Futebol masculino, Beisebol, Voleibol masculino e a competição de equipa de Natação artística.

A Cerimónia de Encerramento acontece no domingo, 9 de agosto. A maratona masculina realiza-se de manhã e o evento final das competições de Tóquio 2020 será a final de Polo Aquático masculino.



TÓQUIO 2020 ENTRA EM ÓRBITA

FOI APRESENTADA A MISSÃO “G-SATÉLITE VAI PARA O ESPAÇO”, que contém um pequeno satélite colocado na órbita da Terra, com duas das figuras animadas mais populares do Japão, Mobile Suite Gundam e Char’s Zaku, a bordo.

Esta iniciativa faz parte do Tokyo One Team Project, lançado em agosto de 2017, no qual os principais criadores, inovadores e artistas do Japão são convidados a expressar as suas próprias interpretações da visão dos Jogos de Tóquio 2020.

O Tokyo 2020 G-SATELLITE será transportado para a Estação Espacial Internacional por foguete e lançado a partir daí. Gundam e Zaku serão alojados num cubículo ao lado de um boletim eletrónico que aparecerá quando o satélite estiver em órbita.

Durante os Jogos, o G-SATÉLITE transmitirá imagens do planeta, exibirá mensagens no boletim eletrónico e filmará as figuras animadas.

MODALIDADES	DISCIPLINAS	JULHO										AGOSTO									
		22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
		Qua.	Qui.	Sex.	Sáb.	Dom.	Seg.	Ter.	Qua.	Qui.	Sex.	Sáb.	Dom.	Seg.	Ter.	Qua.	Qui.	Sex.	Sáb.	Dom.	
Cerimónias	abertura/encerramento			●																●	
Andebol					●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	★	★	
Atletismo	Pista e Maratona										★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	
	Marcha										★							★	★		
Badminton					●	●	●	●	●	●	★	★	★	★							
Basquetebol	3x3				●	●	●	●	★												
	Pavilhão					●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	★	★	
Basebol/Softbol	Basebol								●	●	●	●	●	●	●	●	●		★		
	Softbol	●	●		●	●	●	★													
Boxe (1)					●	●	●	●	●	●	●	●	●		★	★	★	★	★	★	
Canoagem	Slalom					●	★	★	●	★	★										
	Sprint													●	★	●	★	●	★		
Ciclismo	BMX Freestyle											●	★								
	Corrida BMX									●	★										
	BTT						★	★													
	Prova estrada				★	★			★												
Equestre	Pista													★	★	★	★	★	★	★	
	Ensino				●	●		★	★												
	Concurso Completo Equitação										●	●	●	★							
	Obstáculos														●	★	●	★			
Escalada														●	●	★	★				
Esgrima				★	★	★	★	★	★	★	★	★	★								
Futebol		●	●		●	●		●	●	●	●	●	●	●	●		★	★	★		
Golfe									●	●	●	●	★			●	●	●	★		
Ginástica	Artística				●	●	★	★	★	★			★	★	★						
	Rítmica																		●	★	★
	Trampolins										★	★									
Halterofilismo				★	★	★	★	★			★	★	★	★	★						
Hóquei em campo				●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		★	★			
Judo				★	★	★	★	★	★	★	★	★									
Karaté	Kata, Kumite																	★	★	★	
Lutas Amadoras	Livre, Greco-Romana												●	★	★	★	★	★	★	★	
Natação	Natação pura				●	★	★	★	★	★	★	★	★								
	Saltos					★	★	★	★		●	●	★	●	★	●	★	●	★		
	Artística													●	●	★		●	★		
	Polo aquático				●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	★	★	
	Águas abertas															★	★				
Pentatlo Moderno																	●	★	★		
Râguebi						●	●	★	●	●	★										
Remo			●	●	●	●	★	★	★	★											
Skate	Park															★	★				
	Street					★	★														
Surf (2)					●	●	●	★	◆	◆	◆	◆									
Taekwondo				★	★	★	★														
Ténis				●	●	●	●	●	●	★	★	★									
Ténis de Mesa				●	●	★	●	●	★	★		●	●	●	●	★	★				
Tiro				★	★		★		●	★	★	●	★								
Tiro com Arco			●	★	★	★	●	●	●	★	★										
Tiro com Armas de Caça					●	★		●	★		★										
Triatlo						★	★				★										
Vela					●	●	●	●	●	●	★	★	★	★	★						
Voleibol	Praia				●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	★	★			
	Pavilhão				●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	★	★	★	

● Qualificação ★ Atribuição de medalha
(1) Provisório (2) Decorrerá entre 26/7 e 2/8, dependendo das condições das ondas



HÉLIO LUCAS

“SÓ QUERIA SER TREINADOR”

Hélio Lucas nasceu para ser treinador. Os olhos brilham quando fala do treino e do seu percurso de vida dedicado ao desporto e à Canoagem. Pede aos seus atletas o mesmo que exige de si próprio: trabalho, dedicação, foco e esforço para atingir bons resultados. Apesar de ser treinador de uma modalidade de água, gosta de ter os pés assentes no chão e mantém a humildade que o caracteriza

Como é que o Hélio chega a treinador de Canoagem? Qual é o seu percurso até essa altura?

Antes de entrar mesmo para a faculdade, aos meus 18 anos, queria fazer [o curso de] desporto, mas gostava tanto da Canoagem que me recordo que reprovei nos testes físicos só para ser um ano treinador e para ajudar um clube! E sempre, desde os 17 ou 18 anos, estive ligado ao treino. Gostei do treino, gostei, só queria ser treinador. Ainda sem grande formação, mas procurava simpósios, conferências, tudo para tentar aprender mais um bocadinho. Com 22 ou 23 anos, isto já lá vão uns vinte e tal anos, trabalhei com alguns treinadores que estavam na equipa nacional, em estágios de juniores e cadetes. Fui colhendo alguma experiência, fui trabalhando num clube, com alguns atletas que já estavam na equipa nacional e depois apareceu o Fernando [Pimenta]. Peguei no Fernando desde pequenino e tenho-o acompanhado até agora, como sénior.

Tem conseguido trabalhar com muitos campeões na Canoagem. Qual é o segredo para se ser um treinador de campeões?

Tenho lidado com gente fantástica, que gosta de trabalhar e que dá tudo. E quando as coisas assim acontecem, nós tentamos ser rigorosos e disciplinados no trabalho. Eu não fazer isto não por trabalho, mas também por paixão. Envolve-me a 100% na preparação dos atletas, nestes 9 ou 10 meses em que estamos juntos, eu tento pôr o trabalho em primeiro lugar.

Mas há sempre margem de progressão nos atletas...

Temos de tentar ver onde é que podemos melhorar ainda mais os resultados dos atletas. Há sempre alguma coisa que podemos fazer para que os resultados possam surgir ainda melhores. Às vezes o atleta ganha e eu não gosto que eles fiquem a pensar “bem, agora já é fácil.” Não! É preciso pôr novas metas e novos desafios. Citando, por exemplo, o Fernando [Pimenta] e os resultados que ele teve... Portugal é um país que não nos habituou a ter uma quantidade de campeões como em Espanha. E as atenções às vezes... ele é campeão do Mundo, voltam-se todas para ele e precisamos ter os pés assentes e saber que temos de continuar com a

mesma humildade, com o mesmo foco, com a mesma capacidade de trabalho para que esses resultados continuem a vir ao de cima. Isso é que faz um campeão, é o trabalho do dia-a-dia, o descanso, todas as componentes que têm influência no desporto. É isso que tento fazer, trabalhar as coisas, para que naquele dia tudo saia bem.

Já referiu que procurou sempre formação enquanto treinador. Acha que a formação de treinadores em Portugal é suficiente para podermos exigir depois os resultados aos atletas?

Penso que temos bastante formação, há uma série de planos de formação a nível nacional, em várias áreas. O que eu noto é que o tempo que nós temos para fazer essa formação é muito diminuto. Por exemplo, apesar de ter o curso de Educação Física, eu noto que foi fora que aprendi muito mais, cada vez mais tento ter experiências com outros treinadores a nível internacional e a troca de experiências é a minha maior base de formação. Conforme o tempo passa, às vezes pensamos que já temos muita experiência, mas não. Às vezes quanto mais sabemos, mais percebemos que ainda temos muito para aprender e que temos de aprender mais de uma coisa ou de outra. Mas penso que já temos muita formação. O problema é que nós, os treinadores que estamos envolvidos no alto rendimento, e que temos estágios semana após semana, é muito complicado frequentarmos as formações. Eu gostava de ir a muitas formações, vejo tantas que penso “olha, esta é espetacular”, mas não dá para ir. Ou são feitas em períodos de pausa ou não dá. Este ano fui a dois congressos na altura em que estava de “férias”, ou seja, meti férias para fazer formação.

O que falta no desporto nacional para podermos ascender a um patamar superior e nos mantermos lá, enquanto potência desportiva?

É importante ouvirmos as pessoas que estão no terreno, porque às vezes são pequenas as alterações que se podem fazer para que as coisas corram melhor. Por exemplo, o Centro Náutico [de Montemor-o-Velho]: investiu-se aqui muito dinheiro, mas há coisas básicas que não podem



“Apesar de ter o curso de Educação Física, eu noto que foi fora que aprendi muito mais, cada vez mais tento ter experiências com outros treinadores a nível internacional e a troca de experiências é a minha maior base de formação”

acontecer – um balneário que não tem condições, um ginásio que não tem condições para treinar... Inviabiliza que quase metade do ano estejamos aqui – os atletas ficam engripados, com constipações, com isto, com aquilo...

E em termos de apoios centrais?

Em termos de apoios não nos podemos queixar. Cada vez mais o Estado tem apoiado a alta competição, com o Projeto Olímpico. Às vezes é preciso apostar não no patamar mais alto, mas nos intermédios, para que os atletas consigam lá chegar. Noto que os atletas trabalham oito, nove meses e já querem os mesmos resultados de atletas de outro nível. Não sabem que é preciso trabalhar mais tempo e esperar um bocadinho. Às vezes, o problema é que existem apoios no Projeto Olímpico, mas no nível intermédio, aqueles que podiam ter apoio para lá chegar, não têm apoio quase nenhum. Acho que é aí que podemos estar a perder alguns talentos.

2019 é um ano importante em termos desportivos para a Canoagem portuguesa, uma vez que se disputa a qualificação olímpica para Tóquio 2020. O que espera enquanto treinador desta época?

O primeiro objetivo é apurar. Porque só podemos pensar no passo seguinte se apurarmos. Por isso este ano optei por não ter, nem fazer, grandes planeamentos porque o apuramento já é apertado. Sabemos que os atletas têm de estar no seu melhor. 99% não chega, têm de estar a 100%, porque toda a gente quer ter lugar e estar em Tóquio. E nós, mais que ninguém, vamos lutar com tudo para poder lá estar. Importa primeiro que tudo apurar. Temos de trabalhar para este ano e não já para os Jogos e depois temos um ano pela frente para encarar os desafios e essas adaptações que são necessárias para que as coisas nos corram bem em Tóquio. ●



DIANA GOMES

Foi arrebatador. Chegou a minha chamada. Fiquei em fila, com todas as minha adversárias. Fui na pista 1, ao lado de uma atleta que tinha o dobro da minha idade. Eu tinha feito os meus 15 anos no mês anterior, e ela faria 33

EM 2000, DURANTE O MEU 5.º ANO ESCOLAR, fiz um trabalho sobre os Jogos Olímpicos de Sydney. Tinha 10 anos e foi o meu primeiro contacto com a história dos Jogos Olímpicos. Lembro-me de ficar a ver horas e horas de televisão, de descobrir algo novo e fascinante. Para mim era algo que se podia ver apenas na televisão, distante, apenas atrás daquele vidro com imagens.

Apesar de em muito miúda ter tido medo da água, o pavor transformou-se em amor, e de que maneira! Gostava da água, gostava dos amigos, gostava do professor, gostava das corridas e do sabor que tinha ganhar àquele ou a outro.

Quando dei conta, em 2003, estava a competir em Paris, nos *Jogos Olímpicos da Juventude*. Nos 200 metros bruços, fiquei em 3.º lugar.

No ano 2004, os resultados foram melhorando a toda a velocidade... e em março,



AS PESSOAS ESTAVAM ALI PARA ME VER

enquanto me tentava apurar para os Europeus de juniores, algo inesperado aconteceu.

Recordo como se de um sonho se tratasse. A sensação durante aquele minuto e dez segundos, as pernadas fluíram, a viragem encaixou...e cheguei à parede. Ouvi muitos gritos, uma enorme euforia. Vi o meu tempo e sabia que tinha obtido os mínimos para os Europeus de juniores. Feliz, olhei para a bancada e vi o meu pai numa euforia demasiado grande para aquele resultado. A minha mãe emocionada... Enquanto passava de corda em corda, fui ouvindo o locutor ao microfone:

– “Diana Gomes, com o tempo de 1:10,82, acabou de bater o recorde nacional absoluto...”

– *Como assim?, fiz recorde absoluto!!!*

– “...dando assim acesso aos europeus de juniores, sendo também mínimos para os Campeonatos do Mundo...” – *Campeonatos do Mundo? Mas como, eu ainda só fui a uma prova internacional...*

– “... e é também mínimo de acesso aos JOGOS OLÍMPICOS!!!”

Nos dois dias seguintes, flutuei numa nuvem só minha. Afinal, eu tinha apenas 14 anos. Em menos de nada estava em Atenas. A Aldeia Olímpica. Os cheiros. Os atletas de todas as modalidades. Os treinadores e dirigentes de todos os sectores. Os guias locais que nos acompanhavam. Toda uma cidade que respirava desporto. Os edificios que estavam ao lado do nosso, onde residiam outras nacionalidades, de tantas outras modalidades. A piscina olímpica!

Antes da prova, ainda treinámos alguns dias na piscina olímpica. Era imponente. As bancadas incríveis!

Chegou o dia da prova. Estava confiante, ou pelo menos sentia o que eu conhecia como confiança. E o momento de competir nos Jogos Olímpicos chegou mais rápido ainda. Pareceu-me não ter tido tempo para me preparar. Foi arrebatador. Chegou a minha chamada. Fiquei em fila, com todas as minha adversárias. Fui na pista 1, ao lado de uma atleta que tinha o dobro da minha idade. Eu tinha feito os meus 15 anos no mês anterior, e ela faria 33.

Caminhei pelo cais da piscina até à minha pista. Fui tirando o equipamento. Olhei à volta e vi talvez o dobro das pessoas que ali estavam.

Senti o que era estar nos Jogos Olímpicos!

Senti que as pessoas estavam ali para me ver. Para ver os melhores do mundo a nadar. Nem a cerimónia de abertura dos Jogos Olímpicos no dia anterior me fez sentir um calafrio tão grande como ali senti.

Silêncio.

A subida para o bloco. As pernas deixaram de ser minhas. Ouvi o sinal da partida. E finalmente voltei a ser eu! Estava na água. Entrei no meu elemento.

Consegui entre braçadas ouvir o meu treinador, com o seu assobio tão característico. Aqueles 100 metros bruços voaram. Num abrir e fechar de olhos, e sem me aperceber, realizei o sonho de me tornar olímpica. ●

DIOGO LUÍS

“TEM DE EXISTIR BOA VONTADE DOS PROFESSORES”

Fez uma carreira dual, dividida entre o futebol profissional e a Universidade, mas sublinha que nem sempre foi fácil

DIOGO LUÍS É A FACE MAIS VISÍVEL das ações de literacia financeira desenvolvidas pela Comissão de Atletas Olímpicos (CAO), mas o seu nome está igualmente ligado ao futebol profissional. Em paralelo, o especialista em finanças da atualidade desenvolveu um percurso que o levou a sentar-se nos bancos da Universidade, ao mesmo tempo que jogava em clubes como o Benfica.

A sua chegada à equipa profissional do clube da Luz foi fruto de uma opção assumida pelo treinador José Mourinho. “Se calhar entrei logo pelo céu, depois desci à terra”, conta Diogo Luís à OLIMPO. “Era um treinador diferente, especial, com métodos diferentes, capacidade de motivação, de responsabilização. Não escolhia jogadores, eram todos iguais, independentemente de serem miúdos ou mais experientes. Eu era um miúdo que estava a realizar um sonho de criança e tinha alguém que confiava em mim. Andei nas nuvens.”

Do futebol, Diogo Luís não guarda apenas boas recordações: “Uma das coisas que eu mudava era não me deixar influenciar por algumas pessoas... pelo empresário, que não tomou as melhores decisões, pensando mais nele do que em mim.” Depois do Benfica, jogou no Alverca, Beira-Mar, Naval, Estoril e Leixões. “Conheci uma realidade diferente, em clubes muito simpáticos. Tenho boas recordações de Aveiro, uma cidade que adora o futebol. Quando cheguei lá jogávamos no Mário Duarte e tínhamos sempre seis/sete mil pessoas a assistir aos nossos jogos. O que eu recordo com nostalgia é sobretudo os jogos com o estádio cheio, porque depois acabei por passar por clubes como o Estoril onde havia 100, 200 ou 300 pessoas. Também aconteceu no Alverca e na Naval.”

A preocupação com o pós-carreira desportiva levou Diogo Luís a tomar uma decisão muito importante: estudar. “Fiz o meu curso superior em paralelo com o futebol. Comecei com 18 anos e tinha a vantagem de estar na Faculdade de Economia da Universidade Nova de Lisboa. Ia escolhendo as cadeiras que podia fazer através de exame final. Ia às aulas práticas quando estava em Lisboa e fazia o meu estudo em casa. Quando os professores não me deixavam fazer o exame final colocava essa cadeira de parte e passava à seguinte.”



E nem sempre a história foi feliz. “Tive alguns professores que são políticos com alguma reputação que não me deixaram fazer as cadeiras. Quando se fala de carreiras duais, tem de haver regulamentos, mas também tem de existir boa vontade dos professores. Não foram momentos fáceis.”

Entrar no mercado de trabalho foi outro passo marcado por algumas interrogações, como diz Diogo Luís: “Qual é o caminho a seguir? Para onde vou? Não é fácil, mesmo tendo um curso. A imagem de jogador de futebol acabava por afastar as empresas contratantes. Outra dificuldade era perceber o mercado de trabalho. Hoje em dia temos de recolher o máximo de competências que conseguirmos, porque os caminhos vão aparecer. Percebi que tinha de ganhar experiência para poder progredir. Paulatinamente, fui subindo os meus degraus.”

Diogo Luís explica que dar o passo seguinte é complicado, quando se é desportista profissional e os rendimentos são acima da média. “As pessoas não se preparam porque estão habituadas a ver o dinheiro entrar na conta. Só quando isso não acontece é que as pessoas entram em pânico.”

Decidir colocar o ponto final não é fácil, trata-se de uma rutura com implicações de consequências muitas vezes imprevisíveis. “Se calhar é como fazer o luto de alguém. Deixamos de ter a adrenalina da competição. Podemos continuar a treinar, mas já não com um objetivo. Acaba-se por entrar em zona desconhecida capaz de gerar uma depressão. E pode levar a más decisões em termos de gestão financeira. Há uma zona perigosa que tem de ser trabalhada.”

É por isso que a CAO avançou para as sessões de literacia financeira, nas quais os atletas tomam nota dos conhecimentos de Diogo Luís. “Eu falei durante duas horas e não vi ninguém a bocejar. A minha mensagem serve para alertar para as más consequências se não tiverem criado condições para a poupança. Para criarem condições de estabilidade financeira. Dou muitos exemplos. E falo muito em responsabilidade e fundamentação. ‘Vocês são responsáveis pelo vosso dinheiro’. E tentem sempre fundamentar as vossas decisões.” ●

JULHO

1 a 14 TÊNIS
Torneio de Wimbledon, Inglaterra

2 a 7 ANDEBOL DE PRAIA
Campeonato da Europa, Stare Jablonki, Polónia

2 a 9 VELA
Campeonato do Mundo de Laser e Laser Radial, Japão

5 ATLETISMO
Liga Diamante, Lausanne, Suíça

5 a 7 EQUESTRE
Global Champions Tour, Paris, França

6 e 7 TRIATLO
World Series, Hamburgo, Alemanha

6 a 28 CICLISMO
Volta a França

12 ATLETISMO
Liga Diamante, Mónaco

12 a 14 JUDO
Grand Prix de Budapeste, Hungria

12 a 14 REMO
Taça do Mundo, Roterdão, Holanda

12 a 28 NATAÇÃO
Campeonato do Mundo, Gwangju, Coreia do Sul

15 a 23 ESGRIMA
Campeonato do Mundo, Budapeste, Hungria

18 a 21 GOLFE
British Open, Antrim, Irlanda do Norte

19 a 30 UNIVERSÍADAS
Nápoles, Itália

20 a 21 ATLETISMO
Jogos do Aniversário, Liga Diamante, Londres, Inglaterra

20 e 21 TRIATLO
World Series, Edmonton, Canadá

21 a 27 FESTIVAL OLÍMPICO DA JUVENTUDE EUROPEIA
Baku, Azerbaijão

23 a 28 CICLISMO
Campeonato do Mundo de BMX, Bélgica

26 a 28 JUDO
Grand Prix de Zagreb, Croácia

26 a 28 TRIATLO
Campeonato da Europa, Kazan, Rússia

AGOSTO

1 a 4 X GAMES
Minneapolis, EUA

6 a 11 PENTATLO MODERNO
Campeonato da Europa, Bath, Reino Unido

11 a 22 ESCALADA
Campeonato do Mundo, Hachioji, Japão

15 FUTEBOL
Supertaça Europeia, Istambul, Turquia

15 a 22 VELA
Campeonato do Mundo de 470, Enoshima, Japão

16 a 25 HÓQUEI EM CAMPO
Campeonato da Europa, Antuérpia, Bélgica

18 ATLETISMO
Grand Prix Birmingham, Liga Diamante, Inglaterra

19 a 25 BADMINTON
Campeonato do Mundo, Basileia, Suíça

19 a 25 EQUESTRE
Campeonato da Europa de Dressage, Roterdão, Holanda

21 a 25 CANOAGEM
Campeonato do Mundo de velocidade, Szeged, Hungria

23 a 3 (setembro) JOGOS AFRICANOS
Rabat, Marrocos

24 ATLETISMO
Liga Diamante, Paris, França

24 a 15 (setembro) CICLISMO
Volta a Espanha

25 a 31 JOGOS DO MEDITERRÂNEO DE PRAIA
Patras, Grécia

25 a 1 (setembro) JUDO
Campeonato do Mundo, Tóquio, Japão

25 a 1 (setembro) REMO
Campeonato do Mundo, Linz-Ottensheim, Áustria

26 a 3 (setembro) TIRO
Taça do Mundo, Rio de Janeiro, Brasil

26 a 9 (setembro) TÊNIS
US Open, Nova Iorque, EUA

28 a 1 (setembro) CICLISMO
Campeonato do Mundo BTT, Mont-Saint-Anne, Canadá

29 ATLETISMO
Liga Diamante, Zurique, Suíça

29 a 1 (setembro) TRIATLO
World Series, Lausanne, Suíça

30 a 1 (setembro) BASKET 3X3
Campeonato da Europa, Debrecen, Hungria

30 a 1 (setembro) GINÁSTICA RÍTMICA
Taça do Mundo, Kazan, Rússia

31 a 15 (setembro) BASQUETEBOL
Campeonato do Mundo, China

SETEMBRO

2 a 9 PENTATLO MODERNO
Campeonato do Mundo, Budapeste, Hungria

3 a 8 TÊNIS DE MESA
Campeonato da Europa, Nantes, França

6 ATLETISMO
Liga Diamante, Bruxelas, Bélgica

6 a 8 GINÁSTICA RÍTMICA
Taça do Mundo, Portimão, Portugal

6 a 8 GINÁSTICA ARTÍSTICA
Taça do Mundo, Szombathely, Hungria

6 a 8 CANOAGEM
Taça do Mundo de slalom, Praga, República Checa

6 a 10 SQUASH
Campeonato da Europa, Bucareste, Roménia

7 a 15 SURF
Jogos Mundiais, Japão

7 a 15 ESQUI AQUÁTICO
Campeonato do Mundo, Vichy, França

7 a 21 BOXE
Campeonato do Mundo, Sochi, Rússia

9 a 15 GOLFE
Solheim Cup, Gleneagles, Escócia

9 a 19 XADREZ
Taça do Mundo, Khanty-Mansiysk, Rússia

14 a 22 LUTA
Campeonato do Mundo, Astana, Cazaquistão

14 a 29 VOLEIBOL
Campeonato do Mundo feminino, Japão

16 a 22 GINÁSTICA RÍTMICA
Campeonato do Mundo, Baku, Azerbaijão

16 a 25 HALTEROFILISMO
Campeonato do Mundo, Pattaya, Tailândia

19 a 22 GINÁSTICA ARTÍSTICA
Taça do Mundo, Guimarães, Portugal

20 a 2 (novembro) RÂGUEBI
Campeonato do Mundo, Japão

22 a 28 VELA
Campeonato do Mundo de RS:X, Torbole, Itália

22 a 29 CICLISMO
Campeonato do Mundo de estrada, Yorkshire, Reino Unido

24 a 29 CANOAGEM
Campeonato do Mundo de slalom, La Seu d'Urgell, Espanha

28 a 6 (outubro) ATLETISMO
Campeonato do Mundo, Doha, Qatar





VESTUÁRIO OFICIAL DA EQUIPA OLÍMPICA DE PORTUGAL

X

DECENIO

MEDITERRANO

