

OLÍMPICO

DIRETOR JOSÉ MANUEL CONSTANTINO

TRIMESTRAL · DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

JOGOS DO
MEDITERRÂNEO
MAIOR MISSÃO
DE SEMPRE EM
TARRAGONA

DIOGO
GANCHINHO
DE OURO

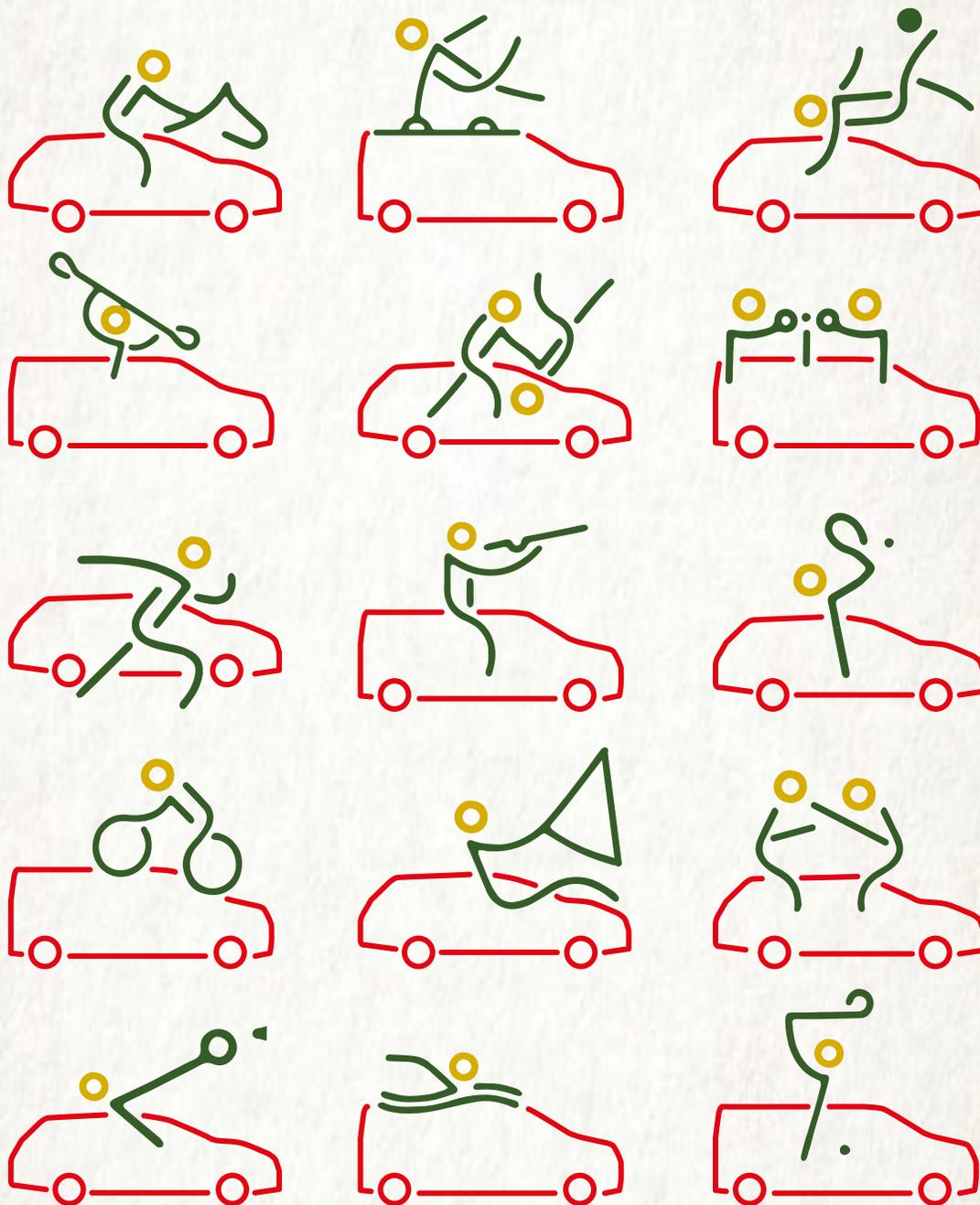
TELMA MONTEIRO

EM ENTREVISTA

“O CAMINHO PARA GANHAR
FAZ-ME MELHOR PESSOA”



COMITÉ OLÍMPICO
DE PORTUGAL



CONQUISTAMOS OS MELHORES DESCONTOS PARA TODAS AS MODALIDADES OLÍMPICAS.

Para atuais ou antigos atletas e treinadores do programa olímpico, membros das federações e do comité olímpico, a Toyota tem condições exclusivas. As viaturas híbridas têm até 19% de desconto e as viaturas de transporte de atletas 30% de desconto. A correr, a saltar ou a nadar, visite um Concessionário e conheça as vantagens que temos para si.

As condições de desconto não acumulam com quaisquer outras campanhas nem com outros protocolos/descontos em vigor. Condições válidas até 31/12/18.



TOYOTA

VIATURA OFICIAL

OLIMPO

EDITORIAL

Cabe ao poder político a iniciativa

5

NOTÍCIAS

6

OPINIÃO

**Carla Gil Ribeiro,
vogal da Comissão Executiva do COP**

10

GRANDES EVENTOS



**Portugal estreia-se nos Jogos
do Mediterrâneo em Tarragona**

12

ENTREVISTA



Telma Monteiro

18

EM FOCO

**Diogo Ganchinho,
campeão europeu de trampolim
individual**

22

**Missão Portuguesa
aos Jogos Olímpicos da Juventude
Buenos Aires 2018**

24

ELITE

João Souto

26

NO PÓDIO

Paulo Duarte

27

CLUBE OLÍMPICO

Física de Torres Vedras

28

CONVERSA DE BALNEÁRIO

Ulisses Pereira

30

OS MEUS JOGOS

Conceição Ferreira

32

FORA DE CAMPO



Raquel Varela

33

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 DEPARTAMENTO DE COMUNICAÇÃO Cecília Carmo, António Varela e Pedro Moreira

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

IMPRESSÃO Raínho & 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/docs/estatuto-editorial-da-revista-olimpico/>



PARCEIRO OFICIAL
PROGRAMA DE RESPONSABILIDADE SOCIAL | EDUCAÇÃO

Mais longe na formação, mais alto nas ambições, mais fortes para a vida.

Apostamos na formação académica dos nossos atletas.

Os Jogos Santa Casa orgulham-se de ser o Parceiro Oficial do Programa de Responsabilidade Social do Comité Olímpico de Portugal para a Educação. Através de um programa anual de concessão de bolsas de estudo aos atletas olímpicos nacionais, acreditamos que a sua formação académica e empenho escolar, aliados ao mérito e talento desportivos, serão fatores determinantes para o sucesso das suas carreiras profissionais futuras e para a realização dos seus sonhos!

Jogos Santa Casa e Comité Olímpico de Portugal: uma aposta no futuro.



JOSÉ MANUEL CONSTANTINO
Presidente do Comité Olímpico de Portugal

Cabe ao poder político a iniciativa!

ASSISTIMOS NOS ÚLTIMOS TEMPOS a uma inusitada onda de violência associada ao desporto. E embora a maior incidência de comportamentos violentos estejam ligados ao futebol o problema não é dele exclusivo e mancha todo o desporto.

A dimensão que este problema atingiu remete para um segundo plano a discussão sobre os seus motivos e fundamentos.

O que passou a estar em causa não é apenas a regulação de comportamentos nos espaços e recintos desportivos. É a segurança pública. E aqui chegados o papel e a responsabilidade do Estado são ineludíveis.

O Governo e os órgãos da administração pública desportiva têm preferido não se imiscuir em matérias que entendem ser dos domínios da autorregulação das modalidades pelos organismos associativos e federativos, designadamente aqueles a quem o Estado defere poderes públicos de regulamentação.

Só que a autonomia e a autorregulamentação têm limites quando em causa estão a salvaguarda da ordem pública e a criminalidade.

No caso da violência no desporto o problema já não é – se é que alguma vez o foi – um epifenómeno.

O problema da violência nas suas diferentes formas, incluindo a associada ao desporto, é um problema da sociedade no seu todo.

O Governo deve refletir sobre se a solução orgânica encontrada de atribuir

competências à administração pública desportiva para apreciação de matérias referentes à violência associada ao desporto é a mais adequada.

Entendemos que não, e defendemos a existência de uma autoridade administrativa independente dotada de meios e competências indispensáveis e adequadas para levar a cabo ações inspetivas, de análise de conformidade regulamentar e agilização na aplicação de

A autonomia e a autorregulamentação têm limites quando em causa estão a salvaguarda da ordem pública e a criminalidade

sanções eficazes em tempo devido, suprimindo as vulnerabilidades da administração pública desportiva neste âmbito.

A criminalização de algumas condutas ou a habilitação legal para o estabelecimento pelas entidades federativas de medidas sancionatórias eficazes do ponto de vista da prevenção geral não pode deixar de ser uma responsabilidade indeclinável do Estado. Designadamente naqueles casos em que a eficácia do combate à violência no desporto reclama pela compressão de direitos individuais. E nesse campo não há volta a dar-lhe: só por lei pode ser feita. Cabe ao poder político a iniciativa. ●



FILIPA CAVALLERI EM CONFERÊNCIA MUNDIAL NO BOTSWANA

Filipa Cavalleri, atleta olímpica e membro da Comissão Mulheres e Desporto do Comité Olímpico de Portugal, foi a representante do COP na sétima edição do IWG World Conference on Women & Sport (Grupo Internacional de Trabalho sobre Mulheres e Desporto), em Gaborone, Botswana. O objetivo dos trabalhos foi tentar encontrar diferentes estratégias e conhecer diversas formas de atuação, entre pessoas que pretendem chamar a atenção para um mundo desportivo mais igualitário. Em 1994 realizou-se a primeira Conferência Mundial sobre Mulheres e Desporto, em Brighton, no Reino Unido. Atualmente, o grupo de coordenação independente é liderado por especialistas internacionais que tentam potenciar a missão do IWG: Capacitar as mulheres, promovendo o desporto.



ANUÁRIO DO TREINO DESPORTIVO VEIO PARA FICAR

O Anuário do Treino Desportivo 2018 – apresentado no final de maio - reúne 16 artigos que abordam temas que vão da psicologia à abordagem tática ao processo de treino desporto, ao planeamento da carreira desportiva, à nutrição e à formação de treinadores, entre outros, com assinatura de João Barata, Ana Ramires, Ana Costa Barreto, Ana Hormigo, Luís Monteiro, Cláudia Minderico, Cláudio Farias, Cristina Gomes, António José Silva, Vasco Sousa, José Sacadura, Raquel Marinho, José Machado, Paulo Franco, Bruno Dias, Isabel Lavinha, Daniel Marinho, Isabel Mesquita, José Afonso, José Pérez, Gomes Pereira, Luís Horta, Ricardo Minhalma, João Beckert, Paulo Cunha, Pedro Pinto, Paulo Oliveira e Vasconcelos Raposo. A obra teve a coordenação do editor João Barata, em parceria com Paulo Cunha, diretor desportivo do COP até janeiro deste ano, e Pedro Roque, que lhe sucedeu no cargo, e pode ser adquirida online, ao preço de 20 euros, através do site da editora Omniserviços/Visão e Contextos, em www.omniservicos.pt

DIA OLÍMPICO 2018 EM BRAGA

O Dia Olímpico celebra no dia 23 de junho o nascimento do Olimpismo moderno e em todo o Mundo são organizadas atividades desportivas e culturais, com o objetivo de promover a prática desportiva, os estilos de vida saudável, a educação e o bem-estar. Em Portugal, as celebrações tiveram início a 23 de março, na cidade açoriana de Ponta Delgada. O ponto alto destas celebrações aconteceu nos dias 11 e 12 de junho, em Braga, Cidade Europeia do Desporto 2018. Para além da organização conjunta com o Município de Braga, o Comité Olímpico de Portugal apoiou um conjunto alargado de iniciativas, envolvendo mais de cinco mil participantes de escolas, clubes e Juntas de Freguesia de diferentes regiões do país, que vão desde Ponta Delgada, Bombarral, Leiria, Lisboa, Torres Novas, Setúbal, Rio Maior, Fátima, Covilhã, Cinfães, Paços de Ferreira e Baião. Mais do que um evento desportivo, o Dia Olímpico é um momento único para se conhecerem os Valores Olímpicos – Excelência, Amizade e Respeito, conjugando-os com os três pilares do Dia Olímpico – **Mexe-te, Aprende e Descobre.**

COP REPRESENTADO EM COMISSÕES INTERNACIONAIS DOS COE E DO COI

O Comité Olímpico de Portugal (COP) passou a estar representado em diversas Comissões Internacionais do Comité Olímpico Internacional (COI) e dos Comités Olímpicos Europeus (COE) a partir da reunião do Comité Executivo dos COE realizada em Belgrado, Sérvia. De destacar a nomeação do secretário-geral do COP, José Manuel Araújo, para presidente da Comissão do FOJE (Festival Olímpico da Juventude Europeia). Também o atleta olímpico de Triatlo, João Silva, representa Portugal na Comissão para a União Europeia. No que diz respeito à representação feminina, verificou-se um aumento para 28,3%, com 30 dos 106 lugares atribuídos a mulheres. A presidente da Comissão Mulheres e Desporto do COP, Elisabete Jacinto, foi também nomeada para a Comissão Igualdade de género no Desporto. No que diz respeito às nomeações portuguesas para o Comité Olímpico Internacional, de assinalar também duas representações: o diretor-geral do COP, João Paulo Almeida, faz parte do Grupo de Peritos para as questões de integridade, e o diretor de Marketing, Pedro Sequeira Ribeiro, passa a fazer parte da Comissão de Sustentabilidade do COI.

COP ASSINALOU DIA INTERNACIONAL DO DESPORTO PARA O DESENVOLVIMENTO E A PAZ

O Comité Olímpico de Portugal assinalou o Dia Internacional do Desporto para o Desenvolvimento e a Paz com a realização de um debate em que participaram Elisabete Jacinto, atleta e presidente da Comissão de Mulheres e Desporto do COP, Pedro Adão e Silva, professor universitário e comentador, e José Goulão, jornalista e comentador especializado em assuntos do Médio Oriente.

A moderação esteve a cargo de Maria Flor Pedroso, jornalista da RTP/Antena 1.

O presidente do COP, José Manuel Constantino, abriu a sessão lembrando que as Nações Unidas fizeram coincidir a celebração da data com o aniversário dos primeiros Jogos Olímpicos da Era Moderna, realizados em Atenas, Grécia, em 1896.



JOSÉ MANUEL CONSTANTINO PEDIU AO GOVERNO REFLEXÃO SOBRE VIOLÊNCIA NO DESPORTO

O presidente do Comité Olímpico de Portugal (COP), José Manuel Constantino, participou, na Assembleia da República, na conferência “Violência no Desporto”, e pediu ao Governo para refletir “sobre se a solução orgânica encontrada de atribuir competências à administração pública desportiva para apreciação de matérias referentes à violência associada ao desporto é a mais adequada”, tendo sugerido a “existência de uma autoridade administrativa independente, dotada de meios e competências indispensáveis e adequadas para levar a cabo ações inspetivas, de análise de conformidade regulamentar e agilização na aplicação de sanções eficazes em tempo devido suprindo as vulnerabilidades da Administração Pública Desportiva neste âmbito.”

O presidente do COP participou no painel “A violência no desporto vista pelas organizações do fenómeno desportivo”, moderado por António Magalhães, diretor do jornal Record, e no qual estiveram também Fernando Gomes, presidente da Federação Portuguesa de Futebol, Pedro Proença, presidente da Liga Portuguesa de Futebol Profissional, José Manuel Lourenço, presidente do Comité Paralímpico de Portugal, Carlos Paula Cardoso, presidente da Confederação do Desporto de Portugal, Joaquim Evangelista, presidente do Sindicato dos Jogadores Profissionais de Futebol, e Luciano Gonçalves, presidente da Associação Portuguesa de Árbitros de Futebol.

MARCO ALVES E CATARINA MONTEIRO NO OPEN DAY EM TÓQUIO

O Comité Olímpico de Portugal (COP) participou no Open Day em Tóquio, com vista aos Jogos Olímpicos de 2020, representado por Marco Alves (Diretor do Departamento de Missões e Preparação Olímpica) e por Catarina Monteiro (NOC Games Manager).

Durante as visitas realizadas houve oportunidade para visitar os locais de competição do Badminton, um dos estádios do Futebol, do Râguebi, do Pentatlo Moderno, do Ténis de Mesa, do Atletismo (em construção), do Judo, do Boxe, da Canoagem e do Remo, do Ténis, da Natação (em construção), das Lutas Amadoras, da Esgrima e do Taekwondo para além da Aldeia Olímpica, na cidade de Tóquio. Os dois responsáveis do COP visitaram ainda os locais de competição e as Aldeias Satélites localizadas em Enoshima (Vela) e Izu (Ciclismo de Pista e BTT).



COP NO FÓRUM DE DESPORTO DA UNIÃO EUROPEIA

O Comité Olímpico de Portugal (COP), através do Presidente, José Manuel Constantino, e do Diretor-geral, João Paulo Almeida, esteve presente no Fórum do Desporto da União Europeia.

A edição de 2018 do Fórum decorreu entre os dias 22 a 23 de março, em Sófia, por ocasião da presidência da Bulgária no Conselho da União Europeia. Organizado anualmente, o Fórum do Desporto da União Europeia é “o lugar para estar” no desporto europeu e a principal plataforma de diálogo entre a Comissão Europeia e os agentes do desporto. Nele se debatem os principais assuntos que ao desporto europeu dizem respeito. O lema desta iniciativa foi “Desporto na Europa, investir para as gerações futuras”.

COP E FEDERAÇÕES ASSINAM PROTOCOLOS EM MOÇAMBIQUE

O Comité Olímpico de Portugal (COP) e as Federações Nacionais de Canoagem, Atletismo, Natação e Judo assinaram diversos protocolos de colaboração com as congéneres de Moçambique, na cidade de Maputo. O encontro foi promovido pelo Comité Olímpico de Moçambique (COM), no sentido de ajudar a promover o desporto no país. A delegação portuguesa que se deslocou à cidade moçambicana foi chefiada pelo Presidente do COP, José Manuel Constantino, e contou também com a presença do Diretor-geral João Paulo Almeida. Por parte das Federações Desportivas fizeram-se representar os Presidentes Vítor Félix (canoagem) e Jorge Vieira (atletismo), bem como os vice-presidentes Rui Sardinha (Natação) e Joaquim Pina (Judo).



INTEGRIDADE NO DESPORTO DEBATIDA NO SIGA EXPERT SUMMIT

A integridade no desporto esteve em debate na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, durante a realização do SIGA Expert Summit. Participaram especialistas das mais diversas áreas e instituições que lutam contra a corrupção no Desporto e a viciação dos resultados desportivos. Membros do Parlamento Europeu, da Assembleia da República, de várias universidades europeias, da Polícia Judiciária de Portugal, do Clube Nacional de Imprensa Desportiva (CNID) e do Comité Olímpico de Portugal (COP), na pessoa do Diretor-geral João Paulo Almeida, contribuíram para o debate de ideias e apresentaram caminhos para tentar ajudar a implementar boas práticas no que diz respeito à integridade no desporto. A Campeã Olímpica da Maratona, Rosa Mota, foi uma das convidadas desta iniciativa, organizada pela SIGA (Sport Integrity Global Alliance), em colaboração com o CNID e o COP.

SESSÕES DE ESCLARECIMENTO SOBRE O PPO EM LISBOA E NO PORTO

A Comissão de Atletas Olímpicos promoveu em Lisboa e no Porto sessões de esclarecimento sobre o Programa de Preparação Olímpica Tóquio 2020 e durante as quais foram respondidas muitas questões sobre o melhor caminho a trilhar nos próximos dois anos, desfrutando dos apoios oficiais existentes. Na sessão participou igualmente o diretor desportivo do COP, Pedro Roque, que explicou em pormenor o Projeto e fez um balanço do trabalho em curso para melhorar a participação portuguesa nos Jogos Olímpicos.



SUSANA FEITOR PARTICIPA EM CURSO DO COI PARA FORMADORES

A atleta olímpica Susana Feitor participou entre os dias 5 e 7 de maio, na Suíça, no IOC ACP Educator Accelerator Course, um curso dirigido aos formadores internacionais do Athlete Career Programme, desenvolvido numa parceria do Comité Olímpico Internacional com o grupo Adecco. Susana Feitor integra um restrito grupo de formadores internacionais (apenas 3 da Europa) num total de 15 presentes neste curso. A par da representante de Portugal estiveram em Lausanne participantes da Dinamarca, França, Singapura, Canada, México, Guatemala, Colômbia, Porto Rico e Fiji, Croácia, Argentina, África do Sul, Ucrânia e Malásia. Foram igualmente apresentados dois novos módulos para o programa, complementando os três já existentes - Formação, Emprego e Habilitação para a Vida: Carreiras Duais, através do qual se pretende fornecer as ferramentas para que os atletas possam conciliar com sucesso a carreira desportiva com os estudos ou uma atividade profissional; e Empreendedorismo, com o qual se pretende dar as ferramentas para que os atletas possam desenvolver o seu próprio negócio.

COP E AOP NA 14.ª SESSÃO DA ACADEMIA OLÍMPICA INTERNACIONAL

A cidade grega de Olímpia recebeu a 14.ª Sessão Internacional para Presidentes, Diretores das Academias Olímpicas Nacionais e Oficiais dos Comités Olímpicos Nacionais, realizada nas instalações da Academia Olímpica Internacional, nas imediações do estádio dos Jogos Olímpicos da Antiguidade. O tema da Sessão de 2018 foi "O atleta como modelo". Em representação de Portugal participaram o Atleta Olímpico Joaquim Videira, do Departamento de Estudos e Projetos do COP, e Tiago Viegas e Afonso Candeias, presidente e vogal do Conselho Diretivo da Academia Olímpica de Portugal, respetivamente. O Programa de Educação Olímpica do Comité Olímpico de Portugal, que conta já com a inscrição de 140 estabelecimentos de ensino e 143 professores registados, foi objeto de apresentação por Joaquim Videira.

PRÉMIOS CIÊNCIAS DO DESPORTO

COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL
FUNDAÇÃO MILLENNIUM BCP



PRÉMIOS CIÊNCIAS DO DESPORTO DECORREM ATÉ 30 DE SETEMBRO

Os Prémios Ciências do Desporto 2018, numa parceria entre o Comité Olímpico de Portugal (COP) e a Fundação Millennium BCP, foram apresentados, em Lisboa, “com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento da investigação” em Portugal. As áreas temáticas a concurso nos Prémios Ciências do Desporto, em 2018, são:

“Fisiologia e Biomecânica do Desporto”
“Economia, Direito e Gestão do Desporto”
“História e Sociologia do Desporto”

As candidaturas podem ser apresentadas até ao dia 30 de setembro de 2018. Os vencedores em cada uma das três áreas serão premiados com 5 000 euros e os segundos e terceiros classificados, distinguidos com menções honrosas, receberão cada um 1 000 euros. Este ano os prémios contam também com o apoio da Revista Visão, que se associou como parceiro Media.

COP É PARCEIRO EM PROJETO DO ERASMUS +

O Comité Olímpico de Portugal (COP) é parceiro no projeto “Education through sport – Shaping role models for the future”, coordenado pelo Comité Olímpico da Eslovénia, no âmbito das “Small Collaborative Partnerships”, do programa Erasmus +. O projeto, que pretende desenvolver um programa de educação destinado a atletas, tem como principal área o fomento da literacia financeira considerando os indicadores disponíveis sobre falência de atletas após o fim da sua carreira, trabalhando complementarmente com as áreas de educação olímpica, prevenção para a manipulação de competições e as carreiras duais, tendo em vista promover condutas exemplares e boas práticas a seguir pelos atletas. A primeira fase de reuniões decorreu na sede do COP.

THERESA ZABELL DE VISITA À SEDE DO COP

A velejadora espanhola e Campeã Olímpica Theresa Zabell esteve na sede do Comité Olímpico de Portugal (COP), onde foi recebida pelo presidente José Manuel Constantino.

Esta visita contou ainda com a presença do atleta português Nuno Barreto (medalha de bronze em Atlanta 1996) e de Gastón Cedrone (Diretor de Marketing da Fundação Ecomar), tendo decorrido na sequência da cooperação do COP com as atividades desenvolvidas em Portugal pela Fundação. A Fundação Ecomar é uma entidade sem fins lucrativos que tem como objetivo educar e despertar a consciência, particularmente entre as crianças, pelo cuidado, respeito e conservação do nosso planeta através da prática de desportos náuticos.





CARLA GIL RIBEIRO
Vogal da Comissão Executiva
do COP

Eurobarómetro Desporto e Atividade Física 2018: oportunidades para o desporto

A publicação em Março 2018 do *Special Eurobarometer 472: Sport and physical activity* revelou que aumentaram os índices de inatividade física em Portugal. Comparativamente com 2013, são mais 4 % os que indicam “nunca” realizar exercício físico ou praticar desporto, sendo o total de 68%. Aumentou, também, em 4%, a resposta “nunca” para a prática de outras formas de atividade física, que atingiu os 64%. Nos que reportavam fazer exercício regular, houve uma diminuição de 7%, passando para um total de apenas 26%.

Estes resultados são de alguma forma desanimadores face ao investimento que tem sido realizado por diversos setores na promoção da prática de atividade física e desportiva e, uma leitura imediata, é que o mesmo não estaria a ser eficaz.

Independentemente de reconhecer que continuamos muito aquém do que é necessário fazer para reduzir estes índices, sobretudo através de políticas transversais verdadeiramente integradas, pessoalmente, tenho a convicção de que, apesar destes números, tem existido uma evolução positiva, e o próprio eurobarómetro nos dá esses sinais.

Aumentou em 5% o número de pessoas que concordam com a afirmação “a área onde reside oferece muitas possibilidades para ser fisicamente ativo” e reduziram em 8% as que discordam totalmente. Diminuiu em 5% a concordância com a afirmação “a sua autoridade local não faz o suficiente pelos seus cidadãos em relação às atividades físicas” e aumentou 10% a tendência para discordar. Estes dados significam que o esforço feito, em particular pelas autarquias locais, em prol da promoção da atividade física e desportiva, está a ser percecionado.

Numa outra questão, de especial interesse para o movimento associativo desportivo, a perceção de que os “clubes e outros prestadores locais oferecem muitas oportunidades para ser fisicamente ativo” subiu 7% na tendência para concordar e diminuiu 8% nos que totalmente discordam. Uma nota relevante é que neste indicador a média europeia de concordância total é de 29% enquanto em Portugal é de apenas 13%, o que indicia uma elevada margem de crescimento para a captação de praticantes pelos clubes locais. Estes dados estão ainda em linha com o facto de também existir, junto daqueles que reportaram ser ativos, apenas 12% que referem fazê-lo em clubes, sendo este, de todos os locais de prática, o que tem maior diferença percentual para a média europeia (25%) – mais do dobro.

Neste contexto, apesar dos pesados números de inatividade poderem ser desanimadores, também devem ser vistos como uma oportunidade, em particular para o desporto.

Reforço esta ideia com o facto da Organização Mundial de Saúde ter recentemente aprovado, em abril, o Plano de Acção Global para a Atividade Física 2018-2030, e realizar uma menção expressa ao facto estar a existir e, passo a citar, “um subaproveitamento do setor do desporto para o combate desta epidemia global do sedentarismo, contribuindo adicionalmente com benefícios sociais, culturais e económicos para as comunidades e nações. O desporto pode ser um catalisador e uma inspiração para a participação na atividade física. Fortalecer o acesso à participação desportiva em todas as idades é um elemento importante para aumentar os níveis de atividades físicas da população”.

Assim, é importante que o sistema desportivo também assuma o seu papel neste contexto e invista em formatos que incentivem a prática desportiva para a vida. E ao fazê-lo, para além de reforçar a sua importância social, irá seguramente contribuir para a sua sustentabilidade, sendo também uma enorme oportunidade para o seu próprio desenvolvimento.

Como em várias coisas da vida, podemos ver o copo meio cheio ou meio vazio. Os resultados obtidos no Eurobarómetro indicam-nos, sem margem para dúvida, que continua a ser prioritário investir na promoção da atividade física e desportiva. Mas também nos dá sinais que temos melhores condições para o fazer do que no passado, o que a par de uma maior valorização do Desporto como um parceiro fundamental nesta campanha, nos faz ter toda a confiança de que no futuro os *números* irão mudar. ●

Os resultados obtidos no Eurobarómetro indicam-nos, sem margem para dúvida, que continua a ser prioritário investir na promoção da atividade física e desportiva



Portugal compete em Tarragona com a maior representação nacional de sempre numa competição multidesportiva. As expectativas de obter bons resultados são legítimas



MISSÃO HISTÓRICA ESTREIA-SE NOS JOGOS DO MEDITERRÂNEO

A delegação que vai participar nos Jogos do Mediterrâneo está de partida para Tarragona, Espanha, onde, entre 22 de junho e 1 de julho, Portugal compete pela primeira vez na história da competição

A 18.ª EDIÇÃO DOS JOGOS DO MEDITERRÂNEO envolverá, ao longo de dez dias, cerca de 4 000 atletas, em representação de 26 comités olímpicos nacionais, tendo a organização a expectativa de conseguir mobilizar o interesse de 1 000 jornalistas. É aguardada uma audiência global de mais de 150 000 espectadores, nos 16 locais de competição distribuídos pela região catalã.

A Missão Portuguesa será composta por cerca de 230 atletas e estende-se pela esmagadora maioria das modalidades e disciplinas. Apenas não haverá representação de atletas nacionais no Boxe, no Futebol e no Halterofilismo.

Marco Alves, diretor do Departamento de Missões e Preparação Olímpica do Comité Olímpico de Portugal (COP), será o chefe da Missão Portuguesa, num clima de confiança. “Na verdade, o envolvimento que as Federações estão a ter com esta nossa participação augura-nos coisas positivas. Dos nomes identificados pelas Federa-



Marco Alves, chefe da Missão

ções e de um conjunto de critérios que nós apontámos no início destes jogos, temos alguns atletas que normalmente nos acompanham neste tipo de eventos. Estamos a falar de atletas que já participaram em Jogos Olímpicos e Jogos Europeus. Por isso, a perspetiva de trazer bons resultados, porque também é disso que se trata, sendo uma competição desportiva, é também naturalmente positiva.”

A competição está inscrita pela primeira vez no calendário desportivo nacional e apresenta algumas condicionantes para os atletas portugueses,

conforme explica o chefe da Missão: “Pelo facto de já estarem a decorrer os períodos de qualificação, e na circunstância de os Jogos do Mediterrâneo não serem em nenhuma modalidade competição de qualificação para os Jogos de Tóquio, não é o principal foco da época destes atletas que vão participar, mas poderá haver sempre bons resultados desportivos.”

A organização dos Jogos do Mediterrâneo não impôs critérios de qualificação, mas o COP enquadró o acesso à competição dentro de determinados limites. “De forma a garantir a qualidade da nossa participação, construímos um conjunto de critérios que gostaríamos de ver respeitados por cada uma das federações”, explica Marco Alves. “Naturalmente, valorizámos a integração nos projetos que são desenvolvidos pelo Comité, quer seja o Projeto Olímpico, quer seja o Projeto de Esperanças Olímpicas. Também valorizámos outras modalidades que não têm as suas

disciplinas inscritas no programa desportivo dos Jogos Olímpicos. Valorizámos também a participação em campeonatos da Europa e campeonatos do Mundo. Criou-se ainda uma oportunidade para as modalidades coletivas, que não têm tanta tradição no processo de qualificação para os Jogos Olímpicos. Em muitos dos casos, as equipas presentes em Tarragona são também as equipas que disputam a qualificação para os Jogos e criou-se aqui uma oportunidade para que possam medir forças, colocando-se ao mesmo nível destes países.”

Os resultados desportivos a alcançar por uma Missão tão numerosa serão sempre matéria sensível, mas do lado do COP existe a convicção de que há condições para se conseguirem bons desempenhos. “Os atletas que irão a Tarragona terão naturalmente condições para disputar os lugares cimeiros das suas competições. O seu compromisso com a representação nacional torna-os sem dúvida, e na maioria das modalidades em que vamos participar, sérios candidatos a fazer bons resultados. Agora, os bons resultados não são iguais para todos, porque há modalidades com perspetivas diferentes de participação, devido à sua competitividade no panorama internacional.”

Para o COP, a participação de Portugal nos Jogos do Mediterrâneo representa também um desafio à sua capacidade de organização. “Na globalidade da Missão, estaremos a falar de cerca de 360 a 370 pessoas, o que aumenta a exigência de preparação da nossa parte”, sublinha Marco Alves. “Muitos dos processos dão o mesmo trabalho, quer estejamos a falar de uma participação exígua ou de uma participação maior, mas, naturalmente, o número de pessoas que teremos de considerar na preparação logística desta missão influencia o volume de trabalho. Temos tido a capacidade de nos adaptarmos a este número maior e temos identificados os fatores críticos de sucesso. Naturalmente que estão e estarão sempre relacionados com os transportes, a alimentação, com os treinos e o acompanhamento médico. Essas questões estão a ser consideradas na exata medida que achemos necessária para uma participação com esta dimensão”, conclui o chefe da Missão Portuguesa. ●

26 PARTICIPANTES

EUROPA
Albânia
Andorra
Bósnia e Herzegovina
Chipre
Croácia
Eslovénia
Espanha
França
Grécia
Itália
Kosovo
Macedónia
Malta
Mónaco
Montenegro
Portugal
San Marino
Sérvia
Turquia

ÁFRICA
Argélia
Egito
Líbia
Marrocos
Tunísia

ÁSIA
Líbano
Síria

MODALIDADES e DISCIPLINAS

Anebol
Atletismo
Badminton
Basquetebol 3x3
Boxe
Canoagem
Ciclismo
Esgrima
Equestre
Esqui Aquático
Futebol
Ginástica Artística
Ginástica Rítmica
Golfe
Halterofilismo
Judo
Karate
Lutas Amadoras
Natação Pura
Petanca
Pólo Aquático
Remo
Taekwondo
Tênis
Tênis de Mesa
Tiro
Tiro com Arco
Tiro com Armas de Caça
Triatlo
Vela
Voleibol
Voleibol de praia



CANOAGEM FERNANDO PIMENTA QUER IR PASSO A PASSO ATÉ À FINAL

O campeão da Europa de K1 1000 abriu a temporada com três medalhas na Taça do Mundo, em Szeged, Hungria, e promete continuar a lutar pelos melhores resultados em cada prova

FERNANDO PIMENTA integra a equipa de Canoagem que vai estar presente nos Jogos de Mediterrâneo para competir na pista de Castelldefels, nos arredores de Tarragona. Juntamente com o atual campeão da Europa de K1 1000 e campeão do Mundo de K1 5000 estarão em Espanha também Teresa Portela, Joana Vasconcelos, João Ribeiro e Messias Baptista.

O pioneirismo que caracteriza a primeira Missão Portuguesa presente na competição é um fator adicional de motivação para os atletas portugueses, segundo Fernando Pimenta: “Acho que todos aguardamos com grande expectativa os Jogos do Mediterrâneo. Já há muito tempo que ouvíamos os nossos vizinhos espanhóis falarem da competição e agora vamos nós participar pela primeira vez.”

A dimensão da representação nacional em Espanha será significativa e Fernando Pimenta pretende elevar a qualidade dos resultados. “Vamos ter uma grande comitiva em Tarragona e eu ambiciono os melhores resultados, para mim e para todos os atletas que vão participar, porque estaremos em representação das cores nacionais”, diz o canoísta de Ponte de Lima.

Em 2017, Fernando Pimenta conquistou oito medalhas em provas internacionais: duas no Mundial, duas no Europeu e mais quatro em taças do Mundo, numa sequência ímpar. Para Tarragona, mostra alguma prudência: “Quero ir passo a passo. O primeiro objetivo será atingir a final.” No programa competitivo do vencedor da Medalha ▶

MODALIDADE	DISCIPLINA	GÉNERO	LOCALIDADE	INSTALAÇÃO	JUNHO								JULHO
CERIMÓNIA DE ABERTURA			Tarragona	GIMNASTIC STADIUM	22								
Andebol		M	Tarragona	Palácio Desportos Campclar	23	24	25	26	27	28	29	30	1
Andebol		F	El Vendrell	Pavilhão CE Vendrell	23	24	25	26	27	28	29		
Andebol		F	Tarragona	Palácio Desportos Campclar							29	30	
Atletismo		F/M	Tarragona	Estádio Atletismo Campclar					27	28	29	30	
Badminton		F/M	El Morell	Pavilhão El Morell	23	24	25	26					
Básquete 3x3		F/M	Tarragona	Auditório Camp de Mart					27	28	29		
Boxe		M	Torredembarra	Pavilhão Torredembarra			25	26	27	28	29	30	
Canoagem		F/M	Castelldefels	Canal Olímpico da Catalunha	23	24							
Ciclismo	Prova de estrada	F/M	Vila-Seca	Circuito urbano Vila-Seca					27				
	Contra-relógio	F/M	Vila-Seca	Circuito urbano Vila-Seca								30	
Equestre		Misto	Barcelona	Royal Polo Club					27		29		
Esgrima		F/M	La Selva del Camp	Pavilhão La Selva			24	25					
Esqui Aquático		F/M	Tarragona	Porto Marina Tarraco	23	24							
Futebol		M	Várias	Vários estádios	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Ginástica	Artística	F/M	Réus	Pavilhão Olímpico Réus	23	24	25	26					
	Rítmica	F	Réus	Pavilhão Olímpico Réus							29	30	
Golfe		F/M	Tarragona	Costa Daurada Golf Club				25	26	27	28		
Halterofilismo		F/M	Constanti	Pavilhão Constanti	23	24	25	26	27				
Judo		F/M	Cambrils	Pavilhão Cambrils					27	28	29		
Karaté		F/M	Cambrils	Pavilhão Cambrils	23	24							
Luta	Livre	F/M	Vila-Seca	Pavilhão Vila-Seca				25	26	27			
	Greco-Romana	M	Vila-Seca	Pavilhão Vila-Seca			24	25					
Natação Pura		F/M	Tarragona	Centro Aquático Campclar	23	24	25						
Petanca	Lyonnaise	F/M	Tarragona	Velódromo Campclar						28	29	30	
	Petanca	F/M	Tarragona	Velódromo Campclar						28	29	30	
	Raffa	F/M	Tarragona	Velódromo Campclar						28	29	30	
Polo Aquático		F/M	Tarragona	Centro Aquático Campclar					27	28	29	30	1
Remo		F	Castelldefels	Canal Olímpico da Catalunha						28	29	30	
Taekwondo		F/M	Salou	Pavilhão Salou						28	29	30	
Ténis		F/M	Tarragona	Tarragona Tennis Club					26	27	28	29	30
Ténis de Mesa		F/M	Valls	Pavilhão Valls Joana Ballart					26	27	28	29	30
Tiro		F/M	Tarragona	Campo Tiro Jordi Tarragó	23	24							
Tiro com Arco		F/M	Tarragona	Estádio Atletismo Campclar	22	23	24						
Tiro com Armas de Caça		F/M	Tarragona	Campo Tiro Jordi Tarragó	23	24							
Triatlo		F/M	Altafulla	Circuito Urbano Altafulla	23								
Vela		F/M	Salou	Salou Yacht Club	23	24	25	26	27	28	29		
Voleibol	Pavilhão	M	Tarragona	Arena Plaza Tarraco	22		24	26	28			30	1
	Pavilhão	F	Tarragona	Arena Plaza Tarraco					27		29	30	1
	Pavilhão	F	Tarragona	Pavilhão Serrallo	22	23	24	25	26				
	Praia	F/M	Tarragona	Praia Arrabassada						28	29	30	
CERIMÓNIA DE ENCERRAMENTO			Tarragona	GIMNASTIC STADIUM									

► de Excelência Desportiva do Comité Olímpico de Portugal, em 2017, nos Jogos do Mediterrâneo, não consta à partida a distância olímpica dos 1000 metros. “Vou participar em K1 500, que não é a minha prova favorita, mas a expectativa é sempre fazer o melhor e disputar a final.”

Já este ano, na prova de abertura da Taça do Mundo, em Szeged, Hungria, Fernando Pimenta apresentou credenciais de campeão, com vitórias em K1 1000 e K1 5000, e um segundo lugar em K1 500. “Sem dúvida que foi um excelente começo de época, numa Taça do Mundo de grande nível, uma vez que estavam lá os principais atletas – em relação ao último Mundial só não estiveram presentes dois dos finalistas.”

O campeão português tem, em 2018, o calendário competitivo repleto de desafios, sempre com objetivos definidos e tendo Tóquio 2020 como meta última. “Vamos ter o Campeonato da Europa, a seguir os Jogos do Mediterrâneo e depois o Campeonato do Mundo, em Portugal, e o objetivo é que os resultados apareçam. O foco será sempre a prova de K1 1000, que é a distância dos Jogos Olímpicos. Nas outras distâncias competirei sobretudo para dar o meu melhor e mostrar que estou bem preparado.”

Até ao Campeonato do Mundo, este ano realizado em Montemor-o-Velho, de 22 a 26 de agosto, Fernando Pimenta fará a sua preparação em Portugal. ●

TIRO COM ARMAS DE CAÇA FINAIS EM PERSPETIVA COM O PÓDIO NA MIRA

A equipa nacional de Tiro com Armas de Caça participa nos Jogos do Mediterrâneo, na prova de fosso olímpico, com quatro atiradores: Mariana Serra, Ana Rita Rodrigues, José Bruno Faria e João Paulo Azevedo.

Para as duas atiradoras portuguesas esta é mais uma oportunidade de competir a nível internacional, quando faltam dois anos para Tóquio 2020. Mariana Serra tem apenas uma experiência numa grande competição, no Campeonato da Europa de 2016, em que foi 63.^a classificada. Dois anos depois, o objetivo é claro: “Vou tentar fazer as minhas médias e, se for possível, melhorá-las”, diz a atiradora da Trofa, de 23 anos.

Ana Rita Rodrigues encara os Jogos do Mediterrâneo como mais uma etapa de preparação, num ano em que começa o apuramento olímpico. “Nesse sentido vai ser bom. Temos boas perspetivas, tanto a nível masculino como feminino. Estamos a trabalhar bem. Se toda a gente der o seu máximo penso que vamos ter um bom resultado.” E a atiradora de Vieira do Minho tem uma meta definida: “Um bom resultado, na minha perspetiva, é pelo menos ir a uma final. Penso que é um bom objetivo e vai ser conseguido.”



Ana Rita Rodrigues e Mariana Serra

No currículo, Ana Rita, de 27 anos, tem uma credencial de respeito: “Já fui campeã da Europa de juniores e espero nesta fase começar a conquistar títulos novamente.”

O selecionador nacional, Custódio Ezequiel, pretende que o Tiro com Armas de Caça possa, em Tarragona, manter um nível elevado. “Vamos sempre com o objetivo de um lugar no pódio. Temos atiradores de bom nível e já mostrámos que é possível.” E a baliza para um resultado aceitável está definida: “Acho que, se entrarem na final, é uma boa prova, é uma boa classificação.”

Para as atiradoras portuguesas, Tarragona 2018 apresenta mais uma novidade. “Vamos participar pela primeira vez numa prova a 125 pratos - porque as senhoras antes atiravam só a 75 pratos - tal como os homens, e com uma final a 50 pratos”, explica Custódio Ezequiel. “É uma experiência nova e, curiosamente, o que constatámos é que as médias, nas damas, têm sido melhores do que quando eram 75 pratos.”

ATLETISMO IRINA RODRIGUES PARA DAR LUTA ÀS MELHORES



Irina Rodrigues é a referência atual do lançamento do disco feminino em Portugal. O currículo impõe respeito, com uma medalha de ouro no Festival Olímpico da Juventude Europeia e medalhas de bronze no Europeu de juniores e de Sub-23. Aos 27 anos, o futuro está cheio de desafios e o próximo está em Tarragona, onde, integrada na equipa nacional de atletismo, competirá nos Jogos do Mediterrâneo.

“Vai depender muito das minha adversárias”, sublinha a lançadora Portuguesa. “Vi que nas últimas edições quem ganhou foi a bicampeã olímpica. Estão lá atletas que estão sempre em campeonatos da Europa nas 16 primeiras e fazem marcas muito semelhantes às minhas. Lá está, é uma questão de perceber pelo ranking quem é que vai competir comigo. Quero estar lá para poder dar-lhes luta”, promete.

Entre as metas de Irina Rodrigues continua por atingir o recorde nacional do disco, ainda na posse de Teresa Machado. “É um dos meus grandes sonhos poder ser a recordista de Portugal. Não é fácil, porque ela lançou 65,40m, mas, lá está, estamos aqui a lutar por isso.”

ANDEBOL SELEÇÃO FEMININA QUER GANHAR MAIS EXPERIÊNCIA



As jogadoras e a equipa técnica assumem que vão estar em Tarragona para vencer o maior número de jogos, mas têm noção de que a diferença entre a seleção sénior feminina de andebol e as adversárias nos jogos do Mediterrâneo (Espanha, Eslovénia, Grécia e Itália) é ainda grande.

A equipa nacional é muito jovem. Mesmo assim, “vamos a Tarragona para tentar vencer todos os jogos, nunca desistir e dar o nosso melhor em cada encontro. Para nós, é uma honra representar o país neste evento multidesportivo e será muito bom partilharmos experiências com todos os atletas portugueses das outras modalidades”, confessa Bebiana Sabino, capitã da seleção nacional.

Para esta competição, onde Portugal vai estar representado em várias modalidades coletivas, o selecionador nacional Ulisses Pereira quer “continuar a crescer enquanto seleção. Estas jogadoras estiveram em campeonatos da Europa e do Mundo nos escalões jovens, mas não competiram ainda nos grandes palcos internacionais em seniores. A nossa ida a Tarragona é também para garantirmos mais experiência para que, dentro de um ou dois anos, possamos ser ainda melhores e possamos garantir o apuramento para as grandes competições no escalão principal”.



Hugo Dores e Filipa Antunes

PETANCA

REGULAR AS EXPETATIVAS
PELO CAMPEONATO DA EUROPA

A Missão Portuguesa aos Jogos do Mediterrâneo integra igualmente as equipas nacionais de Petanca, constituídas por quatro jogadores – Filipa Antunes, Sílvia Ramos, Hugo Dores e Ricardo Sousa –, que vão competir nas provas de precisão e de duplas.

António Pereira Rosa, vice-presidente da Federação Portuguesa de Petanca, será o chefe de equipa, em Tarragona, e possui uma visão cuidadosa sobre a competição. “As nossas expetativas temos de as regular por aquilo que temos feito a um nível do Campeonato da Europa, onde Portugal consegue sempre uma pontuação intermédia, nos oito primeiros lugares.”

No entender do dirigente federativo, existem diferenças notórias entre a equipa feminina e a equipa masculina. “Ainda existe uma distinção ao nível do jogo. A equipa masculina é substancialmente mais forte, já com mais traquejo nestas andanças. A equipa feminina começou a participar há pouco tempo e Portugal ainda não tem um grande desenvolvimento, embora já tenhamos jogadores com grande valor.”

Filipa Antunes, de Muge, será uma das representantes portuguesas na competição de Petanca e só promete “fazer o melhor”, perante a forte concorrência. “Sinceramente, acho que estamos muito aquém de uma França, de uma Espanha, de outros países que integram grandes provas”, sublinha Filipa. “Expetativas não tenho muitas, porque temos de encarar a realidade. Vou fazer o meu melhor, tal como todos os que estarão presentes.”

Um dos participantes portugueses na prova masculina é o algarvio Hugo Dores, na expetativa de encontrar um desafio semelhante aos que enfrentou antes. “É a primeira vez que vamos participar. Deve ser como no Campeonato da Europa, em que perdemos para entrar nos primeiros 32. Não é fácil, vamos ver como corre.”

Hugo Dores iniciou-se cedo na Petanca, aos 12 anos, por influência dos irmãos, e já tem uma credencial de respeito para apresentar. “Já fui vice-campeão da Europa. Vamos lá a ver, estou a treinar para isso. Depende do sorteio. Estamos a jogar mais ou menos, mas o sorteio às vezes não ajuda. Temos apanhado a França, a Espanha. Se tivermos sorte, podemos entrar nos oito primeiros”, perspetiva Hugo.

POLO AQUÁTICO

“TUBARÕES” NO CAMINHO
DAS SELEÇÕES NACIONAIS

Os Jogos do Mediterrâneo são também uma boa oportunidade de competição ao mais alto nível para as seleções nacionais de Polo Aquático. A equipa masculina tem no seu grupo, em Tarragona 2018, Sérvia, Montenegro e França, já a equipa feminina vai enfrentar Espanha e Grécia. As diferenças para os adversários são acentuadas.

Miguel Pires, diretor-técnico nacional e selecionador feminino, traça um quadro revelador, quando fala da concorrência. “Temos três países no feminino – Grécia, Espanha e Itália – que são inalcançáveis. França e Turquia já são duas seleções com que nos temos debatido e o resultado é sempre uma incógnita, depende do momento.”

As jogadoras portuguesas conhecem a distância que as separa das adversárias que enfrentarão a partir do dia 28 de junho. “Queremos fazer bons resultados, ou pelo menos manter-nos a par, conseguindo equilibrar nos primeiros períodos”, diz Elisabete Matos, que joga no Fluvial Portuense. Depois da fase de grupos abrir-se-á então uma oportunidade. “No cruzamento, se cruzarmos com a Turquia, é ganhar à Turquia. Seria ótimo”, refere Elisabete.

Inês Nunes, do Benfica, tem uma opinião muito semelhante. “A Espanha e a Grécia são equipas muito fortes, um bocadinho acima do nosso campeonato”. Segundo Inês, o objetivo é só um: “Sair de lá com uma vitória. Para mim é o nosso grande objetivo e seria um grande resultado.”



Elisabete Matos

Fernando Leite, treinador nacional, conhece as possibilidades da equipa masculina. “O nosso objetivo será ganhar o jogo com a Turquia ou pelo menos aproximarmo-nos em termos desportivos. Apesar de não estar no nosso grupo, a leitura que faço é que teremos um cruzamento de jogos.”

Para Pedro Sousa, jogador do Fluvial Portuense, “é um orgulho enorme ir pela primeira vez aos Jogos do Mediterrâneo. O nosso grupo tem a campeã olímpica, a Sérvia, o vice-campeão europeu, Montenegro, e não é a realidade em que estamos habituados a jogar.”

Carlos Gomes, também do Fluvial Portuense salienta que “é preciso apostar, fazer mais estágios, aprender lá fora, ter mais participações como esta para que possamos estar, não digo no top-5, mas num top-10, Neste momento estamos no top-18, 16”, conclui.

NATAÇÃO PURA

TRADIÇÃO AINDA É O QUE ERA ENTRE OS FRISCHKNECHT

A equipa nacional de Natação Pura integra o pai Miguel Frischknecht, treinador, e a filha Rita Frischknecht. Os dois trabalham diariamente no Sport Algés e Dafundo, nas últimas semanas com os Jogos do Mediterrâneo no horizonte.

“O objetivo da Rita é tentar bater o recorde nacional absoluto e ao mesmo tempo qualificar-se para a final”, diz Miguel Frischknecht à OLIMPO, estabelecendo uma meta-base para quem detém a melhor marca nacional dos 200 metros costas.

Para Rita Frischknecht, de 20 anos, os Jogos do Mediterrâneo são uma experiência completamente nova. “É uma prova que tem alguma dimensão, provavelmente a maior em que vou participar. Acho que apenas estive numa prova deste género, os Jogos Universitários. Fiquei muito contente por ter sido selecionada. Os critérios eram de aproximação aos mínimos para o Europeu e fui selecionada para os 200 ‘crawl’. À partida não era a minha prova principal, e os meus objetivos são os recordes pessoais.”



Raquel Pereira, Miguel Frischknecht e Rita Frischknecht

Para pai e filha, a questão é já um clássico a que estão habituados: como é que gerem a relação em casa e no treino? “O treinador é o pai, mas aqui sou apenas treinador”, sublinha Miguel Frischknecht. “Temos conseguido gerir bem essa situação, não tem influência nenhuma. O papel de pai é que acaba sempre por sair prejudicado, porque eu sou mais treinador, passo mais tempo na piscina com ela do que em casa.” Para a filha, o entendimento da relação com o pai não é diferente: “Ele é o meu treinador há bastantes anos e fui aprendendo a separar as coisas, dentro e fora da piscina. Acho que conseguimos fazer isso bastante bem e ele trata-me como a qualquer outra atleta.”

Juntamente com os Frischknecht viaja para Tarragona outra nadadora do Algés, a brucista Raquel Pereira, de 18 anos. “Ela vai tentar apresentar-se num bom nível, dentro daquilo que tem feito este ano, em que fez a melhor marca nos 200m bruços. Vai tentar repeti-la e fazer a melhor classificação possível”, refere o treinador Miguel Frischknecht.

Raquel Pereira tem mínimos de participação no Campeonato da Europa, que se disputarão a seguir a Tarragona 2018. “A prova vai ser antes da prova principal, os Europeu de piscina longa. O objetivo é estar ao meu melhor nível, tendo em conta as condições da piscina, ser ao ar livre, num ambiente diferente, mais próximo dos Jogos Olímpicos. É para tentar aproveitar a experiência”, conclui.



ESQUI AQUÁTICO

MARTA SIMÕES APONTA A LUGAR NO TOP 10

Aos 22 anos Marta Simões soma no currículo desportivo dois títulos europeus de slalom, uma medalha de prata e outras duas de bronze.

Nos últimos mundiais de Esqui Aquático a atleta portuguesa foi 4.^a classificada, numa prova onde o pódio foi totalmente preenchido por esquiadoras norte-americanas.

A representante portuguesa nos Jogos do Mediterrâneo quer ficar entre as 10 primeiras, uma vez que subiu recentemente ao mais alto escalão do Esqui Aquático e ainda não competiu diretamente com todas as adversárias que vai encontrar em Tarragona.

Para Marta Simões, “pensar no Top 10 é mais realista do que pensar em medalhas. Vou dar o melhor que sei e quero contribuir para desenvolver ainda mais o Esqui Aquático em Portugal. Mas acho que vai ser muito desafiante. Até agora, nas provas internacionais em que participei só havia a minha modalidade. Em Tarragona vou estar com representantes de outras modalidades e isso vai ser muito positivo”.

A esquiadora portuguesa admite que poucos conhecem a modalidade que pratica desde os dois anos. Para Marta Simões, o Esqui Aquático faz parte da sua vida. Começou a praticar com o pai, Francisco Simões, que é ainda o seu treinador, mas será o avô, João Simões, quem vai acompanhar a atleta nos Jogos do Mediterrâneo, como chefe de equipa.

Marta Simões divide o tempo entre os treinos em Coruche e a frequência do curso universitário no Instituto Superior Técnico. “O meu futuro profissional passa pela engenharia, mas não me vejo sem o Esqui Aquático. Faz parte da minha vida e vou praticar até ao resto da minha vida”, revela. Apesar de muito jovem, Marta Simões pratica Esqui Aquático há precisamente duas décadas.

TELMA MONTEIRO

“O CAMINHO PARA GANHAR MEDALHAS FAZ-ME MELHOR PESSOA”

A seguir à medalha olímpica no Rio de Janeiro 2016 passou um período difícil, mas voltou para fazer justiça ao título do seu livro “Na Vida com Garra” e foi de novo ao pódio, no Campeonato da Europa. No horizonte tem mais um título: ser campeã do Mundo

Doze medalhas em doze competições de alto nível é uma marca que anuncia ainda melhores dias?

É muito complicado conseguir manter-me no topo. O Judo é um desporto muito competitivo. A cada competição, as coisas mudam imenso e estar estes anos todos no topo é para mim um grande orgulho. Mas também significa que ainda tenho muito para conquistar.

Aos 32 anos, já foi campeã europeia, vencedora dos 1.ºs Jogos Europeus, em Baku 2015, e medalhada olímpica no Rio de Janeiro 2016. Que objetivos há para alcançar?

Penso sempre que se ainda vou competir e todas as competições em que entrar serão para ganhar medalhas. Obviamente, quero estar em Tóquio. É o principal objetivo deste ciclo. Quero lá estar em condições de ganhar uma nova medalha. E também quero ser campeã do Mundo. Tenho outros objetivos a médio-curto prazo, mas mais importante agora é a qualificação olímpica. Até lá tenho mais campeonatos do Mundo e da Europa. Gostava de ser campeã do Mundo.

Daquilo que ficou para trás – e já foi muito – houve alguma coisa que pudesse ter sido diferente?

Se fizesse uma retrospectiva, haveria sempre coisas que poderia mudar. Faz parte do nosso crescimento. É um processo pelo qual temos de passar: traçar objetivos e tentar melhorar. Voltar atrás é impossível, portanto, é viver o presente e tentar sempre melhorar as várias vertentes do treino e fora dele, para continuar a evoluir até ao topo. Agora, olhar para trás e pensar que podia ter sido diferente é fácil.

Para si, o desporto sem a presença no pódio não faz sentido?

Não. Faz sentido. Sempre fui muito competitiva e o meu objetivo sempre foi ser a melhor, estar entre as melhores do Mundo. Mas, no desporto, empenhamo-nos a 100 por cento todos os dias, independentemente de ganhar ou não medalhas. Há sempre recompensas e melhorias pessoais. Agora, a minha mentalidade é ganhar, estar sempre focada no pódio. Mas eu consigo desfrutar do processo enquanto pessoa. Todas as etapas fizeram de mim melhor >





“NÃO CONSIGO PENSAR NAS MINHAS ADVERSÁRIAS COMO UM PROBLEMA”

peessoa. O caminho que eu faço para ganhar medalhas faz-me melhor pessoa.

Já foi a quatro Jogos Olímpicos, vêm aí os quintos, em Tóquio 2020. Serão os melhores e... os últimos?

Desde o momento em que pensei que ir aos Jogos Olímpicos do Rio seria a última qualificação olímpica e já estou na quinta... portanto, desde essa altura que não traço planos. Agora, o meu objetivo são os Jogos Olímpicos de Tóquio.

Que peso têm as lesões numa atleta com o seu perfil?

Há lesões que são recuperáveis e permitem ir a campeonatos da Europa, do Mundo e provas do circuito mundial. Há outras lesões que permanecem crónicas e que nos impedem de ter uma melhor performance diariamente. As lesões que eu tive foram ultrapassadas – algumas impediram-me de estar no Campeonato da Europa. Agora, a experiência permite-nos ir gerindo os treinos e o momento competitivo de forma a ter o melhor rendimento possível para continuar ao mais alto nível. Felizmente, tenho conseguido fazer isso.

Quem é a sua maior adversária?

Eu não penso na maior adversária, porque, sinceramente, quando penso nas minhas adversárias, sinto-me afortunada. A categoria em que luto, os -57kg, é tão competitiva e são tão fortes as adversárias que vejo isso como uma oportunidade de melhorar. Em todos os ciclos olímpicos há duas ou três adversárias com as quais tenho maior dificuldade. Depois, acabo por trabalhar tanto para vencer essas adversárias – e as outras também, obviamente – que acabo por melhorar e tornar-me ainda mais forte. Por isso,

não consigo pensar nas minhas adversárias como um problema. Neste momento, existem muitos países em que as adversárias, seja da Mongólia, do Japão, de França, da Alemanha, Rússia... são difíceis, são muito competitivas. O pódio dos -57kg está sempre a mudar.

A próxima adversária é sempre a mais difícil?

Aí é tentar sempre dar o melhor e estar a um bom nível, física e psicologicamente, para ser competitiva.

A Telma chegou relativamente tarde ao Judo, porque antes praticava Atletismo e Futebol. Como é que escolheu e por que escolheu a modalidade?

Foi um processo natural. Eu pratiquei Atletismo durante dois anos e gostei. Estava num clube de bairro e era uma experiência completamente diferente. Depois, uma amiga convidou-me para jogar Futebol, que era o que eu mais gostava. Acabei por ficar num clube em que não houve integração na equipa sénior. Praticamente não jogava. Fiz alguns torneios com equipas da minha idade. A minha irmã, que praticava Judo, disse-me para experimentar, e eu, que estava desmotivada no Futebol, por não poder jogar, experimentei e comecei. As experiências que tive – no Atletismo, no Futebol e nas atividades de rua – acabaram por desenvolver a minha motricidade e isso fez com que eu quando cheguei ao Judo – apesar de ser tarde – estivesse fisicamente bastante desenvolvida.

O treino para si é duro? Não há aquele dia do ... “hoje não me apetece nada”?

Felizmente não tenho muitos dias desses, porque isso contribuiria para que eu não praticasse Judo. Obviamente, tenho os meus dias em que psicologicamente é mais difícil ir ao treino, nos quais apetece ficar a descansar. No verão, os amigos vão para a praia e nós não podemos. Eu ainda tenho muito prazer e motivação para treinar. E isso é que faz com que continue ao mais alto nível a competir, porque, quando eu não estiver feliz a treinar e não tiver motivação é o momento em que tenho de deixar de vir ao tapete.

No alto rendimento os resultados são decididos muitas vezes em pequenos pormenores, muito treinados. Tem desfrutado das melhores condições para trabalhar?

Sim, de um modo geral, sim. Obviamente que, se olharmos para fora, se compararmos com outras seleções e, principalmente, com as grandes potências, aí diria “ok, faltam aqui algumas coisas”. Com as ferramentas que tenho, posso vencer as grandes potências. Tenho conseguido fazer isso, mas devemos procurar sempre evoluir em todos os sentidos e ter as melhores condições possíveis. .

Como vê o Judo português para além da Telma?

Neste momento, de forma muito positiva. Nós tivemos uma fase em que não se percebia o que é que iria acontecer em termos de competitividade. Depois apareceram alguns judocas muito bons no setor masculino, mas estávamos com algumas lacunas no setor feminino. Neste momento, temos um equilíbrio. Tanto no setor feminino

como no masculino, existem jovens com muito potencial, alguns já com bons resultados no circuito mundial e isso dá esperança ao Judo português para que se renove. Não conseguimos, pela dimensão do país e pela cultura desportiva, ter as 14 categorias competitivas, mas já temos nos dois setores categorias muito competitivas a nível mundial.

“Na vida com garra” é o título de um livro seu. De outro modo não faria sentido?

Quando penso nisso é algo que para mim é natural, ter garra e lutar por aquilo que quero e aquilo em que acredito. Não faço um esforço para ter de me empenhar em alguma coisa. É natural, não consigo imaginar a minha vida de outra forma, sem ser a lutar por aquilo que quero conquistar.

Revê-se em algum modelo?

A minha linha de pensamento é que tenho de ser sempre a melhor que consiga ser, em qualquer vertente da minha vida, seja como pessoa, seja como atleta. Depois tenho atletas que admiro muito, claro... o Cristiano Ronaldo, o Rafa Nadal e a Serena Williams. Podemos ter grandes referências desportivas, mas o que tem de fazer a diferença é aquilo que está dentro da nossa cabeça, a nossa mentalidade e o empenho que colocamos na tarefa diária.

Quem é a Telma fora do desporto?

Acho que é uma pessoa bastante simples. Um pouco da Telma atleta é um pouco da Telma no dia-a-dia, determinada, competitiva, mas muito bem disposta, tímida, mas muito extrovertida com as pessoas que conhece melhor. Basicamente, sou uma pessoa muito positiva.

Que peso têm para si as reações dos fãs?

Diria que eu gosto que as pessoas fiquem contentes quando eu ganho. Isso eu gosto de saber, que as pessoas ficam orgulhosas. Mas não me influenciam de forma negativa se fizerem críticas. De forma alguma. Porque eu sei que dou o meu melhor todos os dias. Vejo as coisas sempre pelo lado positivo e a minha maior motivação é intrínseca. Eu dou o melhor e quero ser melhor e sou a minha maior crítica. Se me criticarem de forma negativa, não me afetam.

Portugal tem-na reconhecido?

Sim, desde que comecei a minha carreira, o reconhecimento das pessoas pelo meu trabalho cresceu e foi acompanhando o nível dos meus resultados. Nunca passa despercebido quando eu ganho uma medalha. E mesmo nos últimos anos, quando as coisas não correram tão bem, senti mais apoio. Só tenho coisas positivas a dizer a esse respeito e fico feliz, porque isso também contribuiu para dar mais atenção ao Judo.

Tem o próximo passo planeado?

Tenho sempre. O próximo passo é preparar-me bem para entrar na qualificação olímpica, nos dois “grand prix” que vão ocorrer no verão. E depois preparar bem o Campeonato do Mundo, é esse o meu objetivo.

A medalha de bronze no Europeu representa exatamente o quê? Estamos a meio do ciclo olímpico, é uma fronteira importante?

O ano passado, depois de ter estado um ano parada e ter sido operada ao ombro, o resultado no Campeonato do Mundo foi bom – fui 5.^a classificada –, apesar de estar habituada sempre às medalhas. Depois houve dois “grand slams” em que os resultados não foram aqueles a que estava acostumada, mas senti que estava a crescer em todas as competições. Este ano, em que ganhei o Grand Slam na Rússia e a medalha no Campeonato da Europa, também é uma marca: “Eu estou aqui, eu estou aqui para ganhar.” Continuei a competir depois do Rio porque acreditei ser capaz de estar entre as melhores do Mundo. E isso prova-se com os resultados.

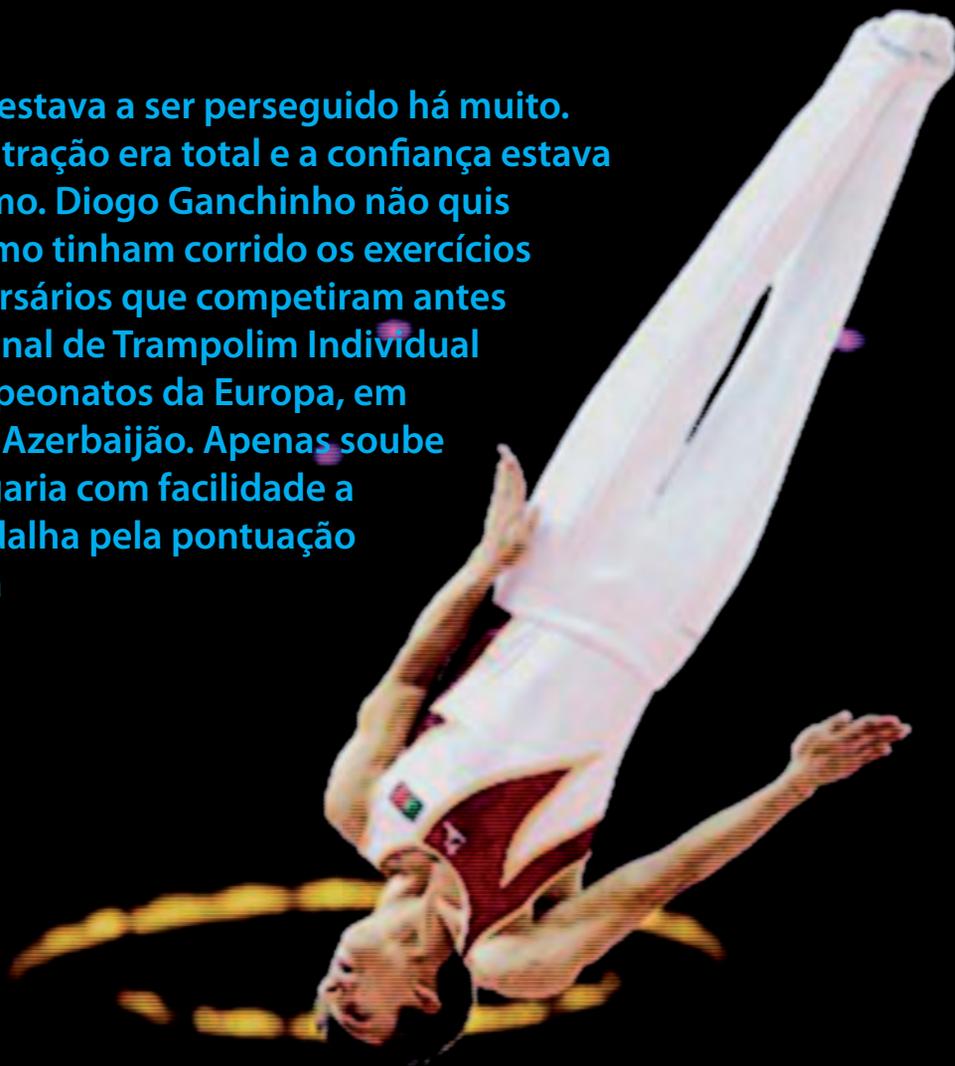


“Continuei a competir depois do Rio porque acreditei ser capaz de estar entre as melhores do Mundo. E isso prova-se com os resultados”

O pós-Judo para si é um problema?

Não. De maneira alguma. Profissionalmente, penso que surgirão oportunidades e serei noutras áreas aquilo que sou no Judo, competitiva e a querer dar o meu melhor. Procurei fazer uma formação para além do Judo e fiz a licenciatura em Educação Física, na área do treino desportivo, e a pós-graduação em gestão e marketing. Com a minha experiência académica e a minha experiência de profissional de Judo, sinto-me confiante. Obviamente que há sempre a questão de como é que vamos lidar com o fim da carreira. Quero acreditar que quando o momento chegar vai ser tudo muito tranquilo e sereno. E vou guardar as boas memórias. ●

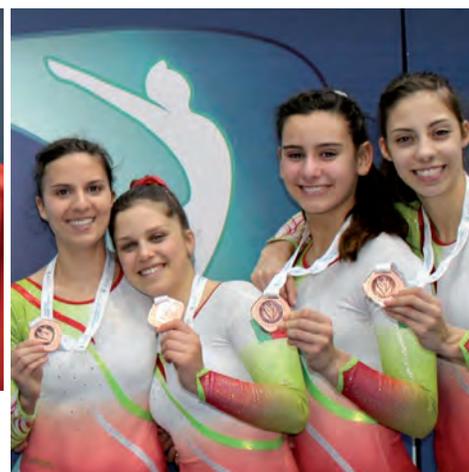
O sonho estava a ser perseguido há muito. A concentração era total e a confiança estava no máximo. Diogo Ganchinho não quis saber como tinham corrido os exercícios dos adversários que competiram antes dele na final de Trampolim Individual dos Campeonatos da Europa, em Baku, no Azerbaijão. Apenas soube que chegaria com facilidade a uma medalha pela pontuação atribuída



| DIOGO GANCHINHO | SALTOU PARA O OURO

London 2012

Lo



Ana Rente, Mariana Carvalho,
Catarina Nunes e Beatriz Martins

E CHEGOU AO OURO. Aos 30 anos, o ginasta olímpico português tornou-se campeão da Europa. O feito é inédito na ginástica portuguesa de trampolins e Diogo Ganchinho repartiu o mérito por todos: “É minha, é tua, é nossa!”, escreveu o olímpico na sua página do Facebook.

Agora, passado mais de um mês da conquista da medalha, Diogo Ganchinho admite que pouco mudou no seu dia-a-dia: “Continuo a ser a mesma pessoa, o mesmo ginasta, com os mesmos objetivos e a mesma atitude. O meu dia não se alterou. O que considero que pode ter alterado foi ter contribuído para uma maior visibilidade da ginástica de trampolins em Portugal. Foi um feito inédito e, se calhar, daqui para a frente, podemos ver estes feitos acontecerem também com outros atletas, porque já chegámos longe”, admite Diogo Ganchinho.

O que move o atleta português é a paixão pela modalidade. O esforço e o tempo que dedica diariamente aos treinos são compensados por aquilo que considera ser parte do seu mundo. Diogo Ganchinho conhece os riscos que corre nesta modalidade, mas sabe que, como em tudo na vida, levar o trabalho com responsabilidade e muita dedicação, terá um dia, resultados positivos.

“Temos de estar bastante concentrados. Quando atingimos um elevado nível técnico o tempo muito curto entre cada salto parece muito longo. E às vezes pensa-se muita coisa nesses décimos de segundo. Quando estou a fazer o meu exercício tento sempre pensar em antecipar o movimento para o salto seguinte. Tento não me distrair ou deslumbrar quando as coisas estão a correr muito bem, porque ao mínimo erro tudo se pode transformar num pesadelo. Temos que ter a nossa noção aéreo-espacial muito sóbria. Por isso tento pensar o mínimo, dentro daquilo que deve ser pensado”, diz com um sorriso no rosto.

Tóquio 2020 é objetivo

O ginasta de Santarém começou a sua atividade gímnica no Minitrampolim e depois no Duplo Minitrampolim. Chegou naturalmente ao Trampolim e garantiu presença nos Jogos Olímpicos de Pequim em 2008, onde foi 11.º classificado, e em Londres 2012 (15.º lugar). Não esteve no Rio de Janeiro, em 2016, apesar de ter chegado à 3.ª posição na prova de teste, uma vez que a quota de participação de Portugal já estava preenchida por Diogo Abreu, seu companheiro de clube (Sporting) e parceiro no Trampolim Sincronizado.

Agora aponta os objetivos para os Jogos Olímpicos de Tóquio 2020. “Somos quatro na equipa a lutar por duas vagas possíveis. Acho que não é descabido sonharmos com dois lugares nos 16 que vão aos Jogos Olímpicos. E eu gostava muito de contribuir para isso e esse é o grande foco da próxima época”, revela o ginasta campeão europeu.

Apesar de ser o mais velho do leque de ginastas que ocupam o topo nacional da modalidade, Diogo Ganchinho sente que continua a progredir. “Tenho gostado muito de competir. Sinto que o facto de não ter saltado nos Jogos do Rio me fez refletir um pouco sobre a forma de estar em competição. Trabalhar muito e depois não usufruir desse trabalho aproveitando a competição, aproveitando aquele momento também para estar feliz, não pode acontecer”, acrescenta o olímpico que admite que, depois dos próximos Jogos Olímpicos, dificilmente continuará no alto rendimento. ●

11 MEDALHAS NO EUROPEU

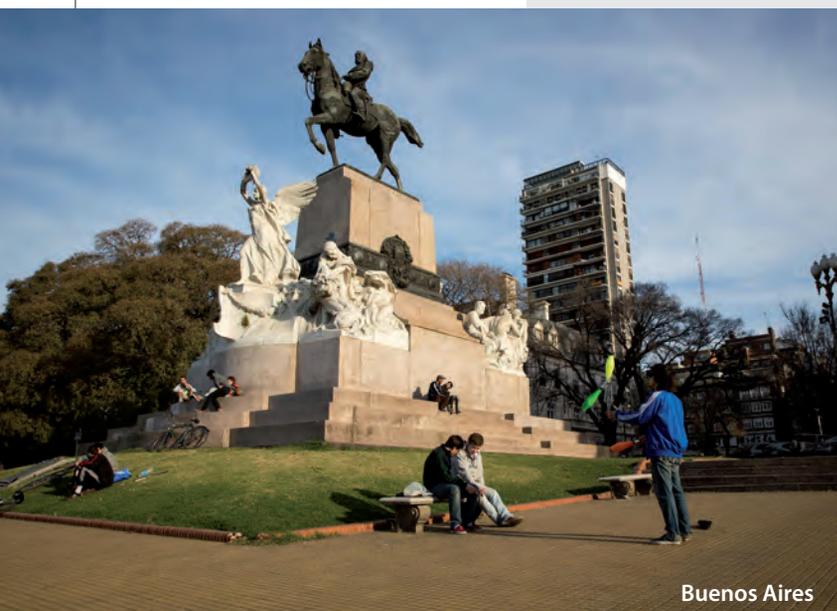
Para além do ouro de Diogo Ganchinho nos Europeus de Trampolins, os ginastas portugueses trouxeram mais 10 medalhas – quatro de prata e seis de bronze.

Ainda no plano individual, Diogo Vilela foi 2.º em Tumbling masculino Júnior. Diogo Costa (Duplo Minitrampolim Sénior), Henrique Moreira e Sara Guido (Duplo Minitrampolim Júnior) conquistaram todos o bronze.

Rúben Tavares e Gonçalo Martins foram segundos na prova de Duplo Minitrampolim Sincronizado Júnior.

Nas competições por equipas foram garantidas para Portugal mais cinco medalhas. A prata sorriu às equipas de Duplo Minitrampolim Sénior (Diogo Costa, Tiago Romão, João Caeiro e Luís Afonso) e de Duplo Minitrampolim Júnior (Ana Oliveira, Sara Guido, Maria Carvalho e Diana Gago).

Ainda a destacar o bronze de mais três equipas de Portugal: em Duplo Minitrampolim sénior (Mafalda Brás, Inês Martins e Sara Sousa), em Duplo Minitrampolim Júnior (Henrique Moreira, João Félix, Lucas Santos e Diogo Fernandes) e em Trampolim Individual sénior (Ana Rente, Beatriz Martins, Catarina Nunes e Mariana Carvalho).



Buenos Aires



Singapura 2010

PORTUGAL PREPARA-SE PARA OS JOGOS OLÍMPICOS DA JUVENTUDE

Período de qualificação para Buenos Aires 2018 ainda não terminou, mas a Missão Portuguesa começa a ganhar forma com presença garantida em várias modalidades e disciplinas

CANOAGEM, ESGRIMA, GINÁSTICA ACROBÁTICA, GINÁSTICA DE TRAMPOLINS, NATAÇÃO E VELA são as modalidades e disciplinas que já garantiram presença na Missão Portuguesa participante nos Jogos Olímpicos da Juventude Buenos Aires 2018.

O balanço dos atletas portugueses apurados é o seguinte, quando já se encontram finalizadas algumas fases de qualificação por modalidade e disciplina:

Andebol de praia – equipa feminina e equipa masculina

Canoagem – 1 atleta masculino

EsgRima – 1 atleta masculino

Futsal – equipa feminina e equipa masculina

Ginástica acrobática – 1 par misto

Ginástica de trampolins – 1 atleta masculino

Natação – 2 atletas femininos e 2 atletas masculinos

Vela – 1 atleta masculino.

O Andebol de praia e o Futsal qualificaram-se, tanto em femininos como em masculinos, mas a participação nos Jogos Olímpicos da Juventude só é acessível a duas equipas, uma por género, pelo que, das quatro, duas não irão a

Buenos Aires. A escolha só será feita durante o mês de julho.

Estão a decorrer ainda as fases de qualificação nas modalidades de Golfe, Judo, Karaté, Pentatlo Moderno, Ténis, Ténis de Mesa e Voleibol de Praia.

Por disputar estão as qualificações em Atletismo, Ginástica Artística, Patinagem, Saltos para a Água e Triatlo.

O apuramento final de todas as modalidades e disciplinas ficará concluído durante o mês de julho.

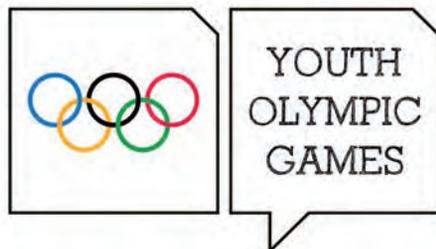
Sete medalhas ganhas em três edições

Portugal já participou em três edições dos Jogos Olímpicos da Juventude (JOJ), duas de verão – Singapura 2010 e Nanjing 2014 – e uma de inverno – Lillehammer 2016.

Em Nanjing 2014, a Missão Portuguesa foi composta por 21 atletas de 10 modalidades distintas, tendo sido alcançadas duas medalhas de ouro, uma de prata e uma de bronze.

Maria Miguéis Teixeira e Maria Siderot conquistaram o ouro em provas de equipas (no Pentatlo Moderno e Judo, respetivamente); a medalha de prata foi ganha por Rodolfo Pires na Vela; e Pedro Ferreira alcançou o bronze com o terceiro na prova masculina de Ginástica de trampolins.

BUENOS AIRES 2018



Nanjing 2014

Em Singapura 2010, a primeira edição dos JOJ de verão, Portugal apresentou-se com 19 atletas de 10 modalidades. Foram conquistadas três medalhas: Miguel Fernandes – Ouro (Triatlo Equipas); Mário Silva – Prata (Taekwondo -63 Kg); e Ana Rodrigues – Bronze (Natação - 50m Bruços).

Nos JOJ de inverno, Portugal estreou-se em Lillehammer 2016, com a participação de Andrea Bugnone e Joana Lopes, em esqui alpino. Não se fez representar na primeira edição em Innsbruck 2012

Luciana e Nuno atletas modelo

O Comité Olímpico Internacional nomeou os olímpicos portugueses Luciana Diniz (Equestre) e Nuno Merino (Ginástica) como atletas modelo para Buenos Aires 2018, onde irão dar testemunho da sua experiência nos Jogos aos atletas mais jovens.

Buenos Aires 2018 celebra a paridade

Os 3.^{os} Jogos Olímpicos da Juventude de verão, em Buenos Aires, Argentina – depois de Singapura 2010 e Nanjing 2014 –, destinam-se a atletas nascidos entre 2000 e 2003 (entre os 15 e os 18 anos) e serão disputados de 6 a 18 de outubro, em 36 disciplinas, de 32 modalidades, por representantes de 206 países.

A competição integra 115 provas para o setor masculino, 104 para o setor feminino, 20 provas mistas e duas disputadas em regime open. Nestas 241 provas serão distribuídas 1 250 medalhas, estando previstas mais de 500 horas de transmissão ao vivo.

Buenos Aires 2018 será o primeiro evento olímpico em que o número de atletas femininos é igual ao masculino: 1 999 em cada género.

Pretende-se que os Jogos possam ser verdadeiramente uma celebração do desporto em toda a capital argentina. Em quatro parques diferentes – Urbano, Tecnopolis, Olímpico da Juventude e Verde - e qua-

tro locais autónomos, haverá 286 sessões de competição, 468 sessões de iniciação à prática de diversas modalidades e disciplinas, atividades culturais e educacionais para o público em geral e atletas.

Buenos Aires 2018 será o primeiro evento olímpico em que o número de atletas femininos é igual ao masculino: 1 999 em cada género

Em Buenos Aires 2018 surgem pela primeira vez no programa dos Jogos Olímpicos da Juventude as modalidades de Escalada, Dança Desportiva, Karaté e Patinagem (velocidade), juntando-se à Natação Pura e Saltos para a Água, Atletismo, Tiro com Arco, Badminton, Básquete 3x3, Andebol de praia, Voleibol de praia, Boxe, Canoagem, Ciclismo, Equestre, Esgrima, Futsal, Ginástica, Golfe, Hóquei 5, Judo, Halterofilismo, Lutas Amadoras, Pentatlo Moderno, Remo, Râguebi de sevens, Taekwondo, Ténis, Ténis de mesa, Tiro, Triatlo e Vela.

Pandi é a mascote

O #Pandi é a mascote dos Jogos Olímpicos da Juventude e foi inspirado no jaguar, com o objetivo de que os jovens possam adotar o desporto como uma ferramenta para construir um mundo melhor e consciencializar-se sobre os perigos enfrentados por aquela espécie animal.

A criação da mascote foi da responsabilidade da agência argentina Human Full Agency, sob a direção criativa de Peta Rivero y Hornos. ●



O HÓQUEI EM PATINS E A MEDICINA são as duas paixões de João Souto, jogador da União Desportiva Oliveirense e estudante na Universidade do Porto. E até agora as duas carreiras puderam seguir lado a lado, sem prejuízo de uma ou de outra. Os resultados têm sido de eleição e a grande motivação para prolongar o esforço.

“O meu objetivo sempre foi conciliar as minhas duas paixões. Na medicina, o grau de exigência foi aumentando à medida que os anos iam passando e, felizmente, no hóquei em patins também consegui atingir um nível de atleta de alta competição, de atleta profissional”, explica João Souto. “Sempre consegui, com a minha perseverança e vontade de triunfar, conciliar as duas coisas. Foi sempre o meu objetivo desde o início da carreira desportiva nunca deixar para segundo plano a carreira académica.”

Mas a prática desportiva foi tendo alguma primazia, que a boa compreensão da Medicina permitiu. “A prioridade tem de ser o hóquei em patins, porque sou profissional e remunerado como tal. No entanto, tive a felicidade de me organizar bem e ter uma faculdade que sempre me ajudou, com professores compreensivos e que colaboram nesta minha dupla carreira, desportiva e académica. Como sempre digo, só tenho a agradecer à Faculdade de Medicina da Universidade do Porto e aos meus orientadores, que me foram acompanhando ao longo do curso, porque sempre me facilitaram a nível de horários e de exames.”

O enquadramento legal existente protege as duas carreiras, mas, no entender do hoquista da Oliveirense, acaba por ter alcance reduzido. “O estatuto de alta competição é-nos facultado quando estamos ao serviço da seleção nacional, no entanto, a maior parte da nossa carreira desportiva é passada ao serviço do clube. E a nível do clube não entra em vigor.” Ainda assim, no caso de João Souto, a lei acabou por ter um efeito decisivo: “O estatuto de alta competição para mim foi uma dádiva, porque me permitiu entrar na Faculdade de Medicina, mas foi-me útil apenas nessa transição do ensino secundário para o ensino superior. Agora, dentro da faculdade a exigência é maior e o estatuto não cobre todas as situações.”

João Souto chegou, aos 25 anos, a uma encruzilhada que o obriga a tomar decisões. “O meu objetivo será terminar o curso de medicina e, como tal, começar a minha carreira profissional como médico. No entanto, isso vai implicar a colocação num hospital e essa colocação poderá acontecer fora da região onde se pratica o hóquei em patins e complicar-me-á a vida.” Como fez até aqui,



JOÃO SOUTO

Hóquei em Patins lado a lado com a Medicina

É um desportista de topo, com carreira internacional, prestes a ser médico. As duas atividades são as paixões de que nunca abdicou

a opção é procurar criar condições para que as duas carreiras continuem em simultâneo. “O meu lema sempre foi de que a esperança é a última a morrer e vou lutar por ficar colocado num hospital próximo da minha área de residência ou de uma zona onde se pratique hóquei em patins. Vou lutar para que as duas coisas continuem a ser possíveis. Acredito que ter uma carreira académica e ser profissional ao mesmo tempo também nos torna mais conscientes, melhores atletas.”

Hoquista internacional por Portugal, campeão europeu de Sub-20, vencedor da Taça das Nações e da Taça Latina, João Souto acredita ter muito por conquistar. “O meu objetivo e onde eu procuro chegar a curto prazo no hóquei em patins - se calhar o objetivo maior - será representar a seleção nacional numa grande competição, campeonato da Europa ou campeonato do Mundo. A longo prazo, se houver a possibilidade de continuar a jogar hóquei, há muitas outras coisas que pretendo conquistar e tenho a certeza que, bem acompanhado, conseguirei evoluir e conquistar essas coisas, como a Liga Europeia.” ●

É árbitro internacional de rãguebi no Circuito Mundial de Sevens e, aos 29 anos, tem um objetivo muito claro: atingir Tóquio 2020



PAULO DUARTE

“Posso chegar aos Jogos Olímpicos”

A PARTICIPAÇÃO DE PORTUGAL NOS JOGOS OLÍMPICOS DE TÓQUIO será pontuada por atletas, dirigentes e árbitros, e entre estes a novidade poderá vir do rãguebi: Paulo Duarte, de 29 anos, dirige jogos do Circuito Mundial de Sevens e tem 2020 no horizonte.

Para Paulo Duarte tudo começou pela prática da modalidade no Belas Rugby Clube, mas logo com interesse na arbitragem. “Quando comecei a jogar senti necessidade de saber mais sobre o jogo, porque é um jogo complexo, de contacto.” Em 2006/07, fez formação. “A partir daí, jogava e arbitrava, sempre que tinha disponibilidade.” A acumulação de funções durou três anos, até aparecer uma lesão que comprometeu o jogador. “Fiz uma transição para ‘full time’ como árbitro – pelo menos na modalidade – que me permitiu ser internacional em dois anos.”

Em pouco tempo, foi considerado o melhor juiz do rãguebi português. “Nós tínhamos muito bons árbitros na altura, nomeadamente o João Mourinha e o Rohan Hoffman, pessoas que ainda hoje admiro”, refere Paulo Duarte. Mas, entretanto, houve uma renovação na equipa de árbitros internacionais. “Eu fui um dos felizardos, obviamente com algum trabalho e acompanhamento muito especializado, que me permitiu ter boas observações e boas referências para continuar, e chegar onde cheguei.”

A carreira de Paulo Duarte como árbitro internacional é feita especialmente na variante de sevens. No rãguebi de 15 em Portugal existem maiores constrangimentos. “Não tenho exposição suficiente para conseguir arbitrar competições profissionais ou de grande nível”, explica Paulo Duarte. Nos sevens é diferente. “Todas as nações onde a modalidade não é tão expressiva têm uma oportunidade, quer de participar, quer de ganhar a equipas de maior expressão, como é o caso de Portugal, que jogou contra a Nova Zelândia, a Austrália e a África do Sul, e ganhou. Ganhou várias vezes à Inglaterra, foi pentacampeão europeu e eu, como árbitro de uma pequena nação, tive a oportunidade de arbitrar o nível de elite na Europa, e agora o Circuito Mundial de Sevens, que é um caminho para os Jogos Olímpicos.”

O maior desafio para o jovem árbitro português vem a seguir, no trajeto até Tóquio 2020. “Começámos com uma seleção de 21 árbitros, neste momento só estamos 16, e prevê-se que nos próximos dois anos haja mais cortes. Eu estou bastante positivo, otimista, porque comecei com quatro torneios. Este ano vou fazer sete, num total de dez. Se tudo correr bem, nos próximos dois anos, e não for cortado, posso chegar aos Jogos Olímpicos.” Para já, Paulo Duarte foi integrado no grupo de árbitros que estará nos Jogos Olímpicos da Juventude, em Buenos Aires. ●



FÍSICA DE TORRES VEDRAS

Responsabilidade social através do desporto

Completo 93 anos no dia 9 de abril de 2018 e tem desde 1977 o Troféu Olímpico, que lhe foi atribuído pelo Comité Olímpico de Portugal. Atualmente contempla uma vertente social que inclui a promoção e o desenvolvimento de uma escola de música



Sérgio Galvão, presidente da Física de Torres Vedras

A ASSOCIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTIVA DE TORRES VEDRAS é um clube quase centenário que investe na formação de desportistas. Em março de 1977 foi-lhe atribuído o Troféu Olímpico pelo Comité Olímpico de Portugal.

Atualmente a Física de Torres Vedras, assim é conhecida por todos, não se dedica apenas ao fomento do desporto. A vertente social continua muito enraizada no clube que insiste na promoção e desenvolvimento da escola de música, na manutenção de um centro de estudos para os atletas do clube, em serviços de fisioterapia para toda a população de Torres Vedras e na organização das colónias de férias e na gestão do Parque de Campismo.

A escola de música funciona nas instalações da Física desde 1979. Os alunos participam frequentemente em concertos dentro e fora do clube e quem passa pela sede pode assistir esporadicamente a aulas abertas. Neste caso, alunos e professores saem da sala de aula e interpretam várias peças musicais no átrio principal, para que todos possam usufruir de uns momentos de música.

Outra das valências que a Física oferece é a possibilidade dos antigos atletas e dos sócios mais velhos poderem conviver numa sala que lhes é destinada especificamente. No espaço têm possibilidade de conversar, promover jogos, ver televisão e visitar momentos antigos que fazem parte das suas vidas e da história do clube.



Promover a diversidade

No plano desportivo, o clube tem dois mil praticantes em 14 modalidades, repartidas pelas seguintes secções: ginástica, basquetebol, artes marciais, dança, esgrima, natação, hóquei em patins e patinagem artística. O clube está atualmente a atingir a meta dos 10 mil associados.

Sérgio Galvão é o presidente do clube e orgulha-se do ecletismo que a instituição oferece a todos, sejam sócios, ou apenas residentes em Torres Vedras: “É para nós fundamental poder oferecer a todos este leque de serviços. Os valores Olímpicos são muito importantes para nós e, por isso, fazemos questão de ter o Troféu Olímpico mesmo à entrada das nossas instalações. Hoje em dia a Física é e quer continuar a ser uma referência nas questões do Olimpismo. Os resultados para nós são importantes porque é importante vencer e queremos educar as pessoas a vencer, mas não é o mais importante, não é vencer a todo o custo”.

A prova do orgulho nesta filosofia de clube é a história de uma jogadora da equipa feminina de basquetebol: “Uma atleta nossa ia praticamente isolada para o cesto, chocou com uma adversária e esta lesionou-se. A nossa atleta parou e não marcou o cesto. Chegámos ao fim do jogo empatados e acabámos por perder o jogo no prolongamento. Se calhar, se ela tivesse continuado a jogada podíamos ter ganho o jogo, mas para nós foi muito mais importante a atitude da nossa jogadora ao querer ajudar a adversária”.

A instituição assinou também protocolos com associações de apoio a desporto adaptado e possibilita

a prática desportiva a pessoas com deficiência. Os casos da esgrima e da natação são os mais paradigmáticos do sucesso destas iniciativas: “Temos cerca de 14 mil pessoas por semana nas nossas instalações. Se nos ajudarmos uns aos outros conseguiremos cumprir o lema ‘juntos somos mais fortes’. É para tudo isto que a Física existe e é por todas estas pessoas que queremos continuar a trabalhar”, adianta Sérgio Galvão.

Pela ética no desporto

A ética é um dos pilares da Física de Torres Vedras, como explica o seu presidente: “Criámos internamente uma Comissão de Ética com uma série de projetos que queríamos implementar. Assinámos um compromisso com todos os atletas, com pais, treinadores, promovemos torneios com prémios para a equipa que teve melhor fair-play”.

E foi assim que surgiu o Sano, a mascote que está presente em todos os eventos da Física e que tem como objetivo educar o público nas bancadas. Mostra cartões à assistência (branco, cinza e rosa), em função dos comportamentos exemplares ou de práticas menos corretas. “O nosso principal objetivo é o de que os jovens de hoje sejam os grandes homens de amanhã.

O desenho da mascote foi concebido por um aluno da instituição e a escolha do nome foi também feita internamente. Surgiu de forma consensual, uma vez que o lema na Física é precisamente ‘Mens Sana in Corpore Sano’. ●

ULISSES PEREIRA

“SOU DOIDO POR DESPORTO”

No meio desportivo é conhecido pela ligação de sempre ao andebol. Ulisses Pereira é o selecionador nacional feminino e gere esta área na Federação de Andebol de Portugal, depois de ter passado 11 anos com a equipa feminina do Alavarium e de ter tido a experiência de treinar os seniores masculinos do São Bernardo, com a coordenação do andebol de todo o clube. Mas o técnico português tem também outra paixão. Licenciou-se em Gestão pela Faculdade de Economia do Porto. Tornou-se comentador da estação de televisão SIC e criou o caldeiraodebolsa.com, que se tornou o maior fórum da Internet portuguesa sobre Mercados Financeiros.

Escreve há cerca de 20 anos sobre Bolsa com o objetivo de desmistificar as ideias dos investidores em relação ao mercado de capitais e para que as pessoas descubram que a Bolsa é muito mais do que “números amontoados”. Para Ulisses Pereira, “são as emoções que fazem girar o mundo dos mercados financeiros”. É autor do livro “Amo-te, Bolsa”.

Como é que surgiu esta paixão pela Bolsa?

A minha mãe diz que quando eu tinha cerca de 12 anos se preocupou muito comigo, porque assim que o jornal diário chegava a casa eu ia logo ver a página das cotações (risos). Depois acabou por ficar mais descansada porque percebeu que eu também via desenhos animados e jogava à bola. Isso acabou por a tranquilizar... Mas mantive essa paixão ao longo dos anos. Quando entrei para a Faculdade havia um terminal da Reuters com as cotações em tempo real. Passava lá horas a fazer análise. Depois, para ajudar ao bichinho, o meu avô deu-me algum dinheiro para eu gerir e comecei a fazer informalmente gestão de carteiras, até começar a trabalhar de forma profissional.

É fácil conciliar a atividade profissional na área financeira, com o cargo de selecionador nacional de andebol?

Sim, é fácil. Quando tenho concentrações, estágios e jogos das seleções dedico-me exclusivamente ao andebol. Nessas fases do ano tenho muito trabalho. Noutras alturas consigo conciliar, porque os jogos são ao fim de semana e as bolsas estão fechadas. Consigo fazer bem a gestão do tempo entre as duas atividades, sem prejuízo de nenhuma delas.

Para além do andebol e da bolsa, tem mais paixões na sua vida?

Sou maluco por tudo o que é desporto. Sou doido por desporto. Tento estar a par de tudo. De há 3 anos para cá jogo

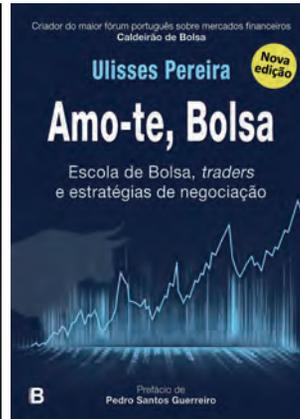


“Há um grande hiato entre as jogadoras jovens e as jogadoras mais velhas e mais experientes. Costumo dizer que para se ser andebolista (feminina) em Portugal é preciso ter coragem”

Padel quase diariamente. Adoro praia e tenho a sorte de ter a praia muito perto de casa, e também gosto muito de ir ao cinema.

O que é que o torna feliz e realizado?

Se colocar um sorriso nas caras de quem gosto, fico feliz! Adoro fazer bem aos outros. É isso que faz sentido na minha



“O meu avô deu-me algum dinheiro para eu gerir e comecei a fazer informalmente gestão de carteiras, até começar a trabalhar de forma profissional”

vida. Vivo para fazer os outros felizes, seja a família, os amigos ou alguém com quem me cruze no desporto.

Recentemente sugeriu que houvesse uma alteração das idades nos escalões mais jovens. Porquê?

Existem poucas equipas de juniores femininas e também existe um reduzido número de atletas, o que provoca muitas vezes a inexistência de juniores em muitos clubes, fundamentalmente por razões escolares. A minha sugestão foi de recuar um ano em todos os escalões (os juniores passam a ser aos 16/17 anos e assim aos 18 anos passam a ser seniores, o que coincide com o fim do ensino secundário). Aos 18 anos as atletas estão aptas a jogar nas seniores e dessa forma consegue-se alimentar o segundo escalão de seniores, que neste momento tem poucas equipas.

Como caracteriza a equipa nacional sénior?

Esta é uma seleção muito jovem, com jogadoras que estiveram nos campeonatos da Europa e do Mundo de jovens. Mas a nível sénior ainda não têm experiência de grandes competições internacionais. Queremos daqui a um ou dois anos garantir o apuramento para as competições internacionais de topo.

Que análise faz a esta equipa em relação ao que foi o andebol feminino há 10 anos?

O que aconteceu no andebol feminino nos últimos 10 anos deve ser motivo de orgulho para nós. Nas últimas 10 competições jovens, entre europeus e mundiais, participámos em 8. Isto no desporto feminino em Portugal, em modalidades coletivas, é um grande resultado! O que nos falta é potenciar estes grandes resultados das camadas jovens para a equipa sénior. E isso tem a ver com os

problemas da falta de profissionalismo em Portugal, no desporto feminino.

E o que fazer para alterar esta situação?

Acho que temos de mudar um pouco as mentalidades. É muito bonito falarmos de igualdade de géneros, vermos os nossos governantes falarem disso, mas depois na prática temos problemas. Há atletas que não podem participar em provas como os Jogos do Mediterrâneo em Tarragona, porque as entidades patronais torcem o nariz às suas ausências para representar o país. Por outro lado, as atletas que jogam cá não podem treinar tanto como as que estão no estrangeiro e são profissionais... Já temos cerca de 5 a 6 atletas que costumam participar nos nossos trabalhos que jogam lá fora. Essa situação enfraquece um pouco o campeonato português, mas dá hipóteses às jogadoras de terem as mesmas ambições que as outras estrangeiras. Estamos na transição de podermos ser melhores mas para isso temos de ter profissionalismo em Portugal. Elas são profissionais na atitude, mas não são profissionais nas horas de treino. Até aos 18 anos conseguem conciliar os treinos com a escola e equiparam-se ao nível das jogadoras estrangeiras. A partir do momento em que têm de trabalhar, passam a treinar menos e quando chegam a seniores passa a ser fatal. Quando visito os clubes da primeira divisão e vejo que as equipas têm uma ou duas jogadoras com 30 ou mais anos, isto diz tudo do que é o andebol no país. Há um grande hiato entre as jogadoras jovens e as jogadoras mais velhas e mais experientes. Costumo dizer que para se ser andebolista (feminina) em Portugal é preciso ter coragem. O nosso grande desafio é o de fazer com que estas jogadoras joguem andebol mais 5, 6, 7 ou 8 anos e não parem porque não podem. ●



CONCEIÇÃO FERREIRA

Fui à cerimónia de abertura e não estava nada à espera de uma coisa daquelas. Na Aldeia Olímpica havia tudo, o restaurante estava aberto 24 horas por dia. Era um mundo

IMPRESSÃO MAIS FORTE FOI DOS PRIMEIROS JOGOS

TINHA 22 ANOS, QUANDO FUI AOS MEUS PRIMEIROS JOGOS OLÍMPICOS, em Los Angeles 1984. Não tinha experiência nenhuma e acabei a maratona no 39º lugar, com a Rita Borralho (38ª), uma atleta muito mais experiente do que eu. Lembro-me que fiz os mínimos para esses Jogos na Maratona de Almeirim.

Fui à cerimónia de abertura e não estava nada à espera de uma coisa daquelas. Na Aldeia Olímpica havia tudo, o restaurante estava aberto 24 horas por dia. Era um mundo.

Quando fui para os Jogos Olímpicos de Seul, em 1988, já tinha a experiência da participação anterior, conhecia o ambiente, com muita gente, mas a cultura era outra. Fui à maratona e fiquei no 20º lugar. Naquela altura, participar já era muito bom.

Os Jogos Olímpicos de Barcelona, em 1992,



foram um falhanço. Eu tinha a melhor marca do ano nos 10 000 metros, mas acabei por desistir. Deixei a maratona e fui aos 10 000 metros, porque gostava muito de correr, mas de treinar não. Tudo quanto era mais de uma hora de treino já era muito para mim.

Lembro-me que nesses Jogos estava muito calor e muita humidade. E a pressão também era muita.

Quatro anos depois, em Atlanta, na minha última participação nos Jogos Olímpicos, fui outra vez aos 10 000 metros e não passei das eliminatórias [14ª na 1.ª elim.]. Não fiquei com grandes recordações.

A impressão mais forte com que fiquei foi dos meus primeiros Jogos, em Los Angeles. Marcou-me estar ali ao lado dos melhores atletas do Mundo. ●

Historiadora e professora universitária, autora recente de *Breve História da Europa*, revela admiração pelos representantes simbólicos do Black Power nos Jogos Olímpicos da Cidade do México 1968

RAQUEL VARELA

“TOMMIE SMITH E JOHN CARLOS SÃO ADMIRÁVEIS”



Que relação tem com o desporto? É ativa ou contemplativa?

Eu sou hiperativa (risos) – acordo todos os dias, elétrica, às 6 da manhã. Mas para escrever em silêncio por horas, não para correr. Mas às dez da noite adormeço em qualquer lado. Faço pilates e caminhada com regularidade. Ginásios só o meu que é familiar – aqueles ambientes artificiais, fechados, impessoais onde nos tratam por tu (todos os dias um trabalhador diferente), sem luz natural, com a TV ligada ou música estilo batida no zinco (tecno), para mim equivalem a uma sessão de tortura. Faço muito, em família, bicicleta, montanhismo, rafting, canoa, tudo o que seja ao ar livre, divertido. Sou uma fã de montanha. Só o entusiasmo dos meus filhos – gêmeos de 13 anos – antes das nossas aventuras já é metade da festa. Proibi os telemóveis em férias, conversamos e observamos a natureza à procura de bichos, lugares difíceis para atravessar, pedras tortas para nos equilibrarmos.

Quais são para si os momentos mais sugestivos da história dos Jogos Olímpicos?

Em 1936, nos Jogos Olímpicos de Berlim, formou-se uma coligação de organizações de judeus e de sindicatos de trabalhadores contra o nazismo. Exigiam a não participação dos EUA. Em 1972, o atentado nos Jogos Olímpicos da Paz. Em 1980, os Estados Unidos da América boicotaram, levando consigo dezenas de aliados, os Jogos Olímpicos de Moscovo. Em 1984, a URSS respondeu boicotando os de Los Angeles. O mais marcante momento político veio para mim em 1968, nos Jogos Olímpicos da Cidade do México, quando dois atletas negros, afro-americanos, Tommie Smith e John Carlos, foram ao pódio receber as medalhas erguendo o punho. Na mão uma luva negra, simbolizando o Black Power, a luta dos negros norte americanos pelos direitos civis e a igualdade. O presidente do Comité Olímpico Internacional exigiu de imediato a sua expulsão dos Jogos, o que acabou por concretizar-se. De volta a casa foram alvo de ameaças de morte e ostracizados no meio

desportivo. Mas nos meios de esquerda do mundo inteiro, no ano do Maio de 68, foram aclamados como heróis.

Alguma vez se projetou na identidade de um campeão?

Não, mas Tommie Smith e John Carlos são admiráveis. Também não resisto ao charme do Dr. Sócrates da Democracia Corintiana ou a democracia anti estrelato da Laranja Mecânica holandesa, dirigida por Johan Cruyff no ano do 25 de Abril, 1974. Sou irmã de um desportista profissional, Zé Gregório, surfista. O meu irmão foi tricampeão de surf e o primeiro a entrar nas ondas da Nazaré – sim, não foi o McNamara, oh povo subserviente ao que vem de fora! Como o conheço de perto admiro a disciplina, a determinação, capacidade de trabalho e a coragem dele.

Como observa a glória que é dispensada aos vencedores e o tratamento dado aos vencidos?

Acho lamentável. O futebol e o desporto profissional em geral foram, como tudo na sociedade, marcados pela mercantilização. Exige-se às crianças treinos intensos federados ao sábado e domingo de manhã mas os miúdos não brincam entre eles, de forma livre, sem a supervisão de um adulto ou sem um objetivo não lúdico. No mundo profissional os clubes são sociedades anónimas – não são mais o clube, mas uma sociedade marcada pelo anonimato financeiro. E os pequenos são uma espécie de empresas subcontratadas que alimentam os grandes. Quando os valores associados a isto falirem como um castelo de cartas vai ser catastrófico.

O desporto é um lugar de união?

Pode ser ou não. Como em tudo. Uma casa pode ser um lugar para fazer amor e cuidar dos nossos ou um espaço de violência extrema e medo. Um campo de jogo também. Um ginásio também. Acredito que os espaços gregários nos ajudam a ser melhores porque compreendemos que não existimos sós. Mas tem que se perguntar para quem, em que condições, por que se faz desporto? A resposta a estas perguntas vai determinar se o objetivo é unir ou desunir. ●

JULHO

- 2 a 15** TÊNIS
Torneio de Wimbledon, Inglaterra
- 6 a 15** CICLISMO
Volta a Itália (feminina)
- 6 a 7** TRAMPOLINS
Taça do Mundo, Arosa, Suíça
- 7 a 29** CICLISMO
Volta a França (masculina)
- 9 a 19** TIRO COM ARMAS DE CAÇA
Taça do Mundo, Tucson, Estados Unidos
- 13** ATLETISMO
Liga Diamante, Rabat, Marrocos
- 13** REMO
Taça do Mundo, Lucerna, Suíça
- 14 e 15** TRIATLO
World Series, Hamburgo, Alemanha
- 14 e 15** ATLETISMO
Taça do Mundo, Londres, Inglaterra
- 14 a 28** POLO AQUÁTICO
Campeonato da Europa, Barcelona, Espanha
- 15** FUTEBOL
Final do Campeonato do Mundo, Moscovo, Rússia
- 16 a 28** JOGOS EUROPEUS UNIVERSITÁRIOS
Coimbra
- 19 a 22** GOLFE
British Open (masculino), Carnoustie, Escócia
- 19 a 27** ESRIMA
Campeonato do Mundo, Wuxi, China
- 20** ATLETISMO
Liga Diamante, Mónaco
- 20 a 22** RÂGUEBI
Taça do Mundo de sevens, San Francisco, Estados Unidos
- 21 a 5 (Agosto)** HÓQUEI
Taça do Mundo (feminina), Londres, Inglaterra
- 27 a 29** JUDO
Grand Prix de Zagreb, Croácia
- 27 a 29** TRIATLO
World Series, Edmonton, Canadá
- 30 a 5 (Agosto)** BADMINTON
Campeonato do Mundo, Nanjing, China
- 30 a 12 (Agosto)** VELA
Campeonato do Mundo, Aarhus, Dinamarca
- 30 a 13 (Agosto)** TIRO COM ARMAS DE CAÇA
Campeonato da Europa, Leobersdorf, Áustria
- 31 a 5 (Agosto)** TAEKWONDO
Campeonato do Mundo, Buenos Aires, Argentina

AGOSTO

- 1 a 12** CAMPEONATOS DA EUROPA
Glasgow, Escócia, e Berlim, Alemanha
- 2** REMO
Campeonato da Europa, Strathclyde, Escócia
- 2 a 5** GOLFE
British Open (feminino), Royal Lytham & St. Annes, Inglaterra
- 2 a 5** GINÁSTICA ARTÍSTICA
Campeonato da Europa (feminino), Glasgow, Escócia
- 7 a 12** ATLETISMO
Campeonato da Europa, Berlim, Alemanha
- 9 a 12** GINÁSTICA ARTÍSTICA
Campeonato da Europa (masculino), Glasgow, Escócia

- 10 a 12** JUDO
Grand Prix de Budapeste, Hungria
- 15** FUTEBOL
Supertaça europeia, Tallin, Estónia
- 16 a 19** GOLFE
PGA Championship, Missouri, Estados Unidos
- 18** ATLETISMO
Liga Diamante, Birmingham, Inglaterra



- 23 a 26** CANOAGEM
Campeonato do Mundo de velocidade, Montemor-o-Velho, Portugal
- 25 e 26** TRIATLO
World Series, Montreal, Canadá
- 25 a 16 (Setembro)** CICLISMO
Volta a Espanha
- 27 a 9 (Setembro)** TÊNIS
US Open, Nova Iorque, Estados Unidos
- 31 a 15 (Setembro)** TIRO
Campeonato do Mundo, Changwon, Coreia do Sul

SETEMBRO

- 1 a 10** PENTATLO MODERNO
Campeonato do Mundo, México
- 6 a 16** ESCALADA
Campeonato do Mundo, Innsbruck, Áustria
- 9 a 16** REMO
Campeonato do Mundo, Plovdiv, Bulgária
- 10 a 16** GINÁSTICA RÍTMICA
Campeonato do Mundo, Sofia, Bulgária
- 10 a 30** VOLEIBOL
Campeonato do Mundo, Itália e Bulgária
- 16 a 23** JUDO
Campeonato do Mundo, Baku, Azerbaijão
- 22 a 30** BASQUETEBOL
Campeonato do Mundo (feminino), Tenerife, Espanha
- 23 a 30** CICLISMO
Campeonato do Mundo de estrada, Innsbruck, Áustria
- 23 a 7 (Setembro)** XADREZ
Olimpíadas, Batumi, Geórgia
- 28 a 30** GOLFE
Ryder Cup, Le Golf National, Paris
- 28 a 30** TÊNIS DE MESA
Campeonato do Mundo individual (feminino), Chengdu, China
- 29 a 20 (Outubro)** VOLEIBOL
Campeonato do Mundo (feminino), Pequim, China



CARRERA



Novas CARRERA

*Treina com o máximo amortecimento
e a melhor qualidade*

Joma[®]

Exercise your freedom

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

